

**EFEKTIVITAS KONSELING SEBAYA DENGAN TEKNIK *SHAPPING*  
UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL  
PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA TAMANSISWA TELUK BETUNG  
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018**



**Skripsi**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan ( S.Pd)  
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling



Oleh

**EVITA SARI  
NPM. 1311080103**

**Jurusan: Bimbingan dan Konseling**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439/2017 M**

**EFEKTIVITAS KONSELING SEBAYA DENGAN TEKNIK *SHAPPING*  
UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL  
PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA TAMANSISWA TELUK BETUNG  
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan ( S.Pd)  
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

**Oleh**

**EVITA SARI  
NPM. 1311080103**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling**

**Pembimbing I : Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd**

**Pembimbing II : Mega Aria Monica, M.Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439/2017 M**

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS KONSELING SEBAYA DENGAN TEKNIK *SHAPPING* UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA TAMAN SISWA TELUK BETUNG SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Oleh  
EVITA SARI

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara seorang komunikator dan seorang komunikan yang sangat efektif dalam upaya mengubah sifat, pendapat dan perilaku seseorang, karena sifatnya dialogis berupa percakapan dan arus balik yang bersifat langsung dimana komunikan pada saat itu juga yaitu pada saat komunikasi berlangsung. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah konseling sebaya dengan teknik *shapping* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Tamansiswa Teluk Betung.

Desain eksperimen *quasi* yang digunakan adalah *nonequivalent pretest-posttest group design*, yaitu jenis desain yang biasanya dipakai pada eksperimen yang menggunakan kelas-kelas yang sudah ada sebagai kelompoknya, dengan memilih kelas-kelas yang diperkirakan sama keadaan atau kondisinya. Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Tamansiwa Teluk Betung yang memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah dan sangat rendah.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik setelah melaksanakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dengan diperoleh (df) 20 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel} 0,05 = 2,086$  maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel} (5,016 \geq 2,086)$  atau nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0.000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $162.00 \geq 143.09$ ). Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya dengan teknik *shapping* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung Tahun Pelajaran 2017/2018.

Kata Kunci: komunikasi interpersonal, *shapping*, layanan konseling sebaya.

**ABSTRAK**

**EFEKTIVITAS KONSELING SEBAYA DENGAN TEKNIK *SHAPPING*  
UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL  
PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA TAMANSISWA TELUK BETUNG  
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Oleh  
EVITA SARI**

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara seorang komunikator dan seorang komunikan yang sangat efektif dalam upaya mengubah sifat, pendapat dan perilaku seseorang, karena sifatnya dialogis berupa percakapan dan arus balik yang bersifat langsung dimana komunikan pada saat itu juga yaitu pada saat komunikasi berlangsung. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah konseling sebaya dengan teknik *shapping* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Tamansiswa Teluk Betung.

Desain eksperimen *quasi* yang digunakan adalah *nonequivalent pretest-posttest group design*, yaitu jenis desain yang biasanya dipakai pada eksperimen yang menggunakan kelas-kelas yang sudah ada sebagai kelompoknya, dengan memilih kelas-kelas yang diperkirakan sama keadaan atau kondisinya. Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Tamansiwa Teluk Betung yang memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah dan sangat rendah.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik setelah melaksanakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dengan diperoleh (df) 20 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel} 0,05 = 2,086$  maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel} (5,016 \geq 2,086)$  atau nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0.000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $162.00 \geq 143.09$ ). Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya dengan teknik *shapping* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung Tahun Pelajaran 2017/2018.

Kata Kunci: komunikasi interpersonal, *shapping*, layanan konseling sebaya.

## MOTTO

حَتَّىٰ إِذَا أَتَوْا عَلَىٰ وَادِ النَّمْلِ قَالَتْ نَمْلَةٌ يَتَأَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَسْكِنَكُمْ لَا

تَحْطِمَنَّكُمْ سُلَيْمَانُ وَجُنُودُهُ وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ ﴿١٨﴾

*Artinya: "Hingga apabila mereka sampai di lembah semut berkatalah seekor semut: Hai semut-semut, masuklah ke dalam sarang-sarangmu, agar kamu tidak diinjak oleh Sulaiman dan tentaranya, sedangkan mereka tidak menyadari."(QS.Al-An Naml:18)<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup> Al-Qur'an dan Terjemah, *Al-Hikmah*, (Jawa Barat: CV. Diponegoro, 2013), hal.378

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucap Bismillahirrohmanirohim, saya ucapkan banyak terimakasih, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kepada orang tua saya yang tercinta, untuk Bapak Muhammad Basar, dan ibu Barsini yang telah menyayangi, mengasahi, dan mendidik saya, serta senantiasa selalu mendo'akan saya untuk meraih kesuksesan.
2. Kakak-kakak yang saya cintai, Muhammad Azhar, Kholifa Nur Rohman dan Ridwansyah yang selalu menemani dan memberikan semangat dalam kondisi senang maupun susah.
3. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung yang telah mengajarkan saya untuk belajar istiqomah, berfikir dan bertindak lebih baik.



## RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 28 Maret 1994 di Panjerejo, Kecamatan Gading Rejo, Kabupaten Pringsewu. Penulis adalah anak keempat dari 4 bersaudara dari Bapak Muhammad Basar dan Ibu Barsini.

Penulis mulai menempuh pendidikan formal dari TK Roudotul Ulum Tanjung Mas Makmur, Kec. Mesuji Timur, Kab. Mesuji dari tahun 1999-2000, kemudian melanjutkan SD Negeri 01 Tanjung Mas Makmur, Kec. Mesuji Timur, Kab. Mesuji dari tahun 2001-2007, kemudian melanjutkan SMP Negeri 02 Mesuji Timur, Kec. Mesuji Timur, Kab. Mesuji dari tahun 2007-2010, kemudian melanjutkan SMA Negeri 01 Mesuji Timur, Kec. Mesuji Timur, Kab. Mesuji dari tahun 2010-2013. Pada tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Raden Intan Lampung Tahun Ajaran 2013/2014. (Sekarang (UIN) Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung).

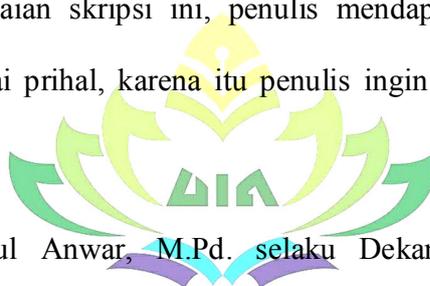


## KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT yang tak henti-hentinya melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Terimakasih tiada bertepi penulis ucapkan kepada Ayah dan Ibu yang tidak hentinya mendo'akan, memberikan kasih sayang dan memberi semangat kepada penulis dan telah banyak berkorban untuk penulis selama penulis menimba ilmu, terimakasih untuk semuanya.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis mendapat bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:



1. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung;
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung;
3. Dr.Ahmad Fauzan, M.Pd., selaku sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung;

4. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd, selaku Pembimbing I yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
5. Mega Aria Monica, M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
7. Ki Drs. H. Surip Salamto, selaku Kepala SMA Tamansiswa Teluk Betung yang telah memberikan izin kepada Penulis untuk melakukan penelitian dalam mengumpulkan data skripsi penulis, dan bapak Ki Winaya Agus, S.E, selaku Waka Kurikulum dan juga selaku Guru BK SMA Tamansiswa Teluk Betung terimakasih atas kerja sama dan bantuannya selama penulis melakukan penelitian, semoga Allah membalas jasa baiknya.
8. Sahabat terkasih sekaligus teman seperjuangan selama 4 tahun bersama, susah senang bersama, Siti Munawaroh, terimakasih untuk doa dan motivasinya selama ini.
9. Sahabat-sahabat saya Amelia, Upi Jayanti, Dewi Rosita, Ria Hasriati terimakasih atas motivasi dan semangatnya selama ini.

10. Teman-teman angkatan 2013 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung terimakasih atas kebersamaanya selama ini.

11. Almamaterku tercinta.

Semoga Allah SWT membalas amal kebajikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat.

Bandar Lampung, 09 September 2017

**Evita Sari**  
**NPM. 1311080103**



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xviii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	13
C. Batasan Masalah.....	14
D. Rumusan Masalah.....	14
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	14
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	15

### **BAB II LANDASAN TEORI**

A. Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> .....	17
1. Pengertian Konseling Sebaya .....	17

2. Tujuan Konseling Sebaya.....	18
3. Fungsi dan Manfaat Konseling Sebaya .....	19
4. Karakteristik Konseling Sebaya.....	20
5. Langkah-langkah Konseling Sebaya .....	21
6. Pelaksanaan Konseling Sebaya.....	23
B. Teknik Shaping.....	24
1. Pengertian Teknik <i>Shapping</i> .....	24
2. Langkah-langkah Penerapan <i>Shapping</i> .....	25
3. Penerapan Perencanaan <i>Shapping</i> .....	26
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Efektivitas <i>Shapping</i> .....	27
C. Komunikasi Interpetsonal .....	28
1. Pengertian Komunikasi Interpersonal .....	28
2. Pentingnya Komunikasi Interpersonal .....	29
3. Keterampilan Dasar Komunikasi .....	30
4. Proses Komunikasi Interpersonal .....	31
5. Karakteristik Kecerdasan Interpersonal .....	33
6. Meningkatkan Komunikasi Interpersonal.....	35
D. Kerangka Berfikir .....	38
E. Hipotesis.....	40

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Pedekatan dan Desain Penelitian.....	41
B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
1. Lokasi Penelitian.....	43
2. Populasi .....	44
3. Sampel.....	45
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel .....	46
1. Variabel Penelitian .....	46
2. Definisi Operasional Variabel.....	47



D. Pengembangan Instrumen Penelitian .....	55
1. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen.....	55
2. Pengujian Instrumen Penelitian .....	62
E. Tahap-tahap Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> .....	64
F. Teknik Pengumpulan Data.....	67
1. Wawancara (Interview).....	67
2. Metode Kuesioner/Angket .....	68
3. Metode Observasi .....	69
G. Analisis Data.....	69
1. Uji Normalitas .....	69
2. Uji Homogenitas.....	70
3. Uji t Independen .....	71

## **BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	64
1. Sejarah Singkat Berdirinya SMA Tamansiswa Teluk Betung.....	72
2. Visi dan Misi Sekolah .....	73
3. Tujuan sekolah.....	74
4. Sarana dan Prasarana Sekolah .....	75
5. Struktur Organisasi .....	76
B. Hasil Penelitian.....	77
1. Gambaran Umum Komunikasi Interpersonal Peserta Didik .....	77
2. Deskripsi data.....	85
3. Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal.....	89
4. Hasil Uji Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal.....	96
5. Perbandingan Nilai <i>Prestest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Gain Score</i> .....	119

C. Pembahasan.....	122
1. Gambaran Umum Komunikasi Interpersonal Peserta Didik.....	122
2. Konseling Sebaya .....	123
3. Teknik <i>Shapping</i> .....	125
4. Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal.....	129
D. Keterbatasan penelitian .....	

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	132
B. Saran .....	133

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **DAFTAR LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1	Hasil Pra Penelitian Komunikasi Interpersonal Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung ..... 6
Tabel 2	Desain Penelitian ( <i>Quasi-Eksperiment Pretest and Posttest Control Group Design</i> )..... 43
Tabel 3	Populasi Penelitian ..... 44
Tabel 4	Sampel Penelitian ..... 46
Tabel 5	Penskoran Item ..... 56
Tabel 6	Kriteria Penilaian Komunikasi Interpersonal ..... 57
Tabel 7	Kriteria Komunikasi Interpersonal Pada Indikator Keterbukaan dan Kesetaraan ..... 58
Tabel 8	Kriteria Komunikasi Interpersonal Pada Indikator Empati ..... 58
Tabel 9	Kriteria Komunikasi Interpersonal Pada Indikator Sikap Mendukung dan Sikap Positif ..... 59
Tabel 10	Kriteria Skor Komunikasi Interpersonal Perindikator ..... 59
Tabel 11	Kisi-kisi Angket Komunikasi Interpersonal ..... 60
Tabel 12	Rancangan <i>Treatment</i> Yang Akan Diberikan..... 64
Tabel 13	Kategori Penilaian Gambaran Umum Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung..... 78
Tabel 14	Gambaran Indikator Keterbukaan ..... 80
Tabel 15	Gambaran Indikator Empati..... 81
Tabel 16	Gambaran Indikator Sikap Mendukung..... 82
Tabel 17	Gambaran indikator sikap positif ..... 83
Tabel 18	Gambaran indikator kesetaraan ..... 84
Tabel 19	Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen Peserta Didik Kelas XI IPS..... 86
Tabel 20	Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol Peserta Didik Kelas XI IPS..... 87

Tabel 21	Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen Peserta Didik Kelas XI IPS .....	88
Tabel 22	Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol Peserta Didik Kelas XI IPS .....	89
Tabel 23	Validitas Manual.....	98
Tabel 24	Validitas <i>SPSS 16</i> .....	100
Tabel 25	Normalitas <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen .....	104
Tabel 26	Normalitas <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol .....	105
Tabel 27	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Secara Keseluruhan .....	111
Tabel 28	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Keterbukaan.....	112
Tabel 29	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Empati.....	114
Tabel 30	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Sikap Mendukung .....	115
Tabel 31	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Sikap Positif.....	117
Tabel 32	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Kesetaraan .....	118
Tabel 33	Deskripsi Data <i>Pretest, Posttest, Gain Score</i> .....	120
Tabel 34	Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Sebelum dan Sesudah Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> .....	130



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1	Proses Komunikasi Interpersonal ..... 32
Gambar 2	Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal ..... 39
Gambar 3	Hasil Pretest Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung ..... 79
Gambar 4	Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Secara Keseluruhan ..... 112
Gambar 5	Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Keterbukaan ..... 113
Gambar 6	Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Indikator Empati ..... 115
Gambar 7	Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Sikap Mendukung ..... 116
Gambar 8	Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Indikator Sikap Positif ..... 118
Gambar 9	Peningkatan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Indikator Kesetaraan ..... 119
Gambar 10	Peningkatan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol ..... 121
Gambar 11	Peningkatan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Sebelum dan sesudah Diberikan Layanan Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> ..... 131

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1	Surat Keterangan Penelitian..... 135
Lampiran 2	Surat Balasan Penelitian..... 136
Lampiran 3	Daftar Hadir Peserta Didik..... 137
Lampiran 4	Surat Validasi Angket..... 139
Lampiran 5	Angket Peserta Didik..... 140
Lampiran 6	Hasil Uji T SPSS 16 Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol..... 144
Lampiran 7	Tabel Distribusi t..... 162
Lampiran 8	Tabel F..... 163
Lampiran 9	Tabel L..... 164
Lampiran10	Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen Peserta Didik Kelas XI IPS ..... 165
Lampiran 11	Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol Peserta Didik Kelas XI IPS ..... 166
Lampiran 12	Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen Peserta Didik Kelas XI IPS..... 167
Lampiran 13	Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol Peserta Didik Kelas XI IPS ..... 168
Lampiran 14	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)..... 169
Lampiran 15	Hasil Uji Reliabilitas Manual Bantuan Mr.Excel ..... 187
Lampiran 16	Dokumentasi Kegiatan ..... 194



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pergaulan remaja di masyarakat, khususnya di sekolah sering dijumpai adanya persinggungan emosional dan sosial yang disebabkan oleh pengaruh situasi sosial budaya yang ada. Remaja ingin tampil dan menunjukkan jati dirinya, namun yang tampak adalah perilaku yang menyimpang dari norma kesopanan dan tatakrama yang ada. Masa remaja merupakan masa yang paling rawan dalam situasi sosial atau hubungan interpersonal.

Dalam kehidupan sehari-hari remaja sering mengalami perbedaan pendapat, ketidaknyamanan situasi atau bahkan terjadi konflik yang terbuka yang disebabkan adanya kesalahpahaman dalam berkomunikasi. Hal ini menimbulkan perdebatan, perkelahian, dengan teman sebayanya yang sering dialami oleh para remaja khususnya peserta didik SMA dimana merupakan masa transisi menjadi dewasa. Dalam masa transisi ini remaja banyak mengalami perubahan dengan peran sosialnya dan hubungan interpersonalnya. Terkadang dalam usia ini remaja belum sepenuhnya dapat mengerti dan memahami bagaimana menjalin hubungan interpersonal yang baik.

Mengingat masa remaja merupakan masa yang paling banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan teman-teman sebaya dan dalam rangka menghindari hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain. Remaja hendaknya

memahami kondisi atau situasi yang dapat mempengaruhi hubungan interpersonal yang kurang baik.

Pada umumnya individu yang telah memiliki penguasaan keterampilan hubungan sosial yang baik, mampu saling memahami, mampu saling mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas, mampu saling menerima dan memberikan dukungan, mampu memecahkan konflik dan masalah. Jika dikaji lebih dalam hubungan interpersonal merupakan tugas perkembangan yang paling penting bagi seorang remaja dalam menjalankan hubungan sosialnya.

Hubungan interpersonal adalah bagaimana individu berinteraksi dan berkomunikasi antara dua orang atau lebih dan dalam kegiatan itu terjadi suatu proses psikologis yang bisa merubah sikap, pendapat, atau perilaku orang yang sedang melakukan interaksi tersebut. Jika seorang remaja sudah tidak mampu menjalin hubungan interpersonal, maka kemungkinan besar remaja tersebut menjadi individu yang terisolir, yang tidak mampu bergaul dengan lingkungan sosialnya.

Menurut Effendi komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara seorang komunikator dan seorang komunikan yang sangat efektif dalam upaya mengubah sifat, pendapat dan perilaku seseorang, karena sifatnya dialogis berupa percakapan dan arus balik yang bersifat langsung dimana komunikan pada saat itu juga yaitu pada saat komunikasi berlangsung.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup>Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling, *Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X*

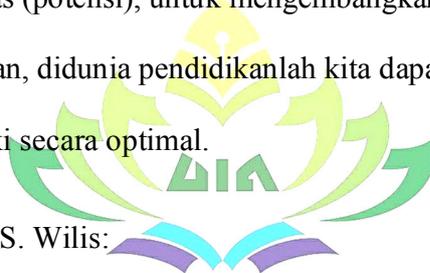
Efektivitas komunikasi interpersonal menurut Devito yaitu:

1. Keterbukaan (*Openness*);
2. Empati (*Empathy*);
3. Sikap mendukung (*Supportiveness*);
4. Sikap positif (*Positiveness*);
5. Kesetaraan (*Equality*).<sup>3</sup>

Hubungan interpersonal sangat besar pengaruhnya bagi kehidupan sosial remaja. Remaja yang mempunyai hubungan interpersonal yang kurang baik, akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat mereka tinggal, baik itu di rumah, sekolah maupun di masyarakat.

Hubungan interpersonal yang baik tercipta apabila ada komunikasi yang baik. Untuk menumbuhkan hubungan interpersonal yang baik, kita perlu bersikap terbuka, empati kepada orang lain, positif terhadap orang lain, kita juga perlu memiliki sikap percaya, sikap mendukung, dan terbuka yang mendorong timbulnya sikap saling memahami, menghargai, tidak membeda-bedakan sesama teman sebayanya. Saling mengembangkan kualitas (potensi), untuk mengembangkan kualitas (potensi) tersebut diperlukannya pendidikan, di dunia pendidikanlah kita dapat mengembangkan kualitas (potensi) yang kita miliki secara optimal.

Menurut Sofyan S. Wilis:



---

Multimedia SMK IKIP Surabaya, 2013.h.3 diunduh pukul 10:31 AM 03/01/2017. Tersedia <http://ejournal.Udiksha.ac.id>

<sup>3</sup>Evi Zuhara, *Efektivitas Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa (Penelitian Kuasi Eksperimen Kelas X I SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014)*, Jurnal Ilmiah Edukasi Vol 1, Nomor 1, Juni 2015, h.82. Diunduh pada tanggal 01 Januari 2017 pukul 16.19

Pendidikan pada umumnya selalu berintikan bimbingan, sebab pendidikan bertujuan agar peserta didik menjadi kreatif, produktif, dan mandiri. Artinya pendidikan berupaya untuk mengembangkan peserta didik selaku individu. Segala aspek dari anak didik harus dikembangkan seperti intelektual, moral, sosial, kognitif dan emosional. Bimbingan dan konseling adalah upaya untuk membantu perkembangan aspek-aspek tersebut menjadi optimal, harmonis dan wajar.<sup>4</sup>

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan selalu berintikan bimbingan, karena pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki peserta didik, agar peserta didik menjadi pribadi yang kreatif, produktif serta mandiri dan dapat mengembangkan kemampuan intelektual, moral, kognitif dan emosionalnya. Untuk mengembangkan aspek-aspek tersebut perlu adanya bimbingan dan konseling.

Sejalan dengan itu Tohirin mengemukakan :

Bimbingan dan konseling merupakan bagian yang integral dari keseluruhan program pendidikan. Bimbingan dan konseling adalah merupakan proses bantuan yang diberikan oleh pembimbing (konselor) kepada individu (konseli) melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya, supaya konseli mempunyai kemampuan atau kecakapan melihat dan menemukan masalahnya serta mempunyai kemampuan memecahkan masalahnya sendiri.<sup>5</sup>

Bimbingan dan konseling sangatlah penting disekolah, karena bimbingan dan konseling merupakan usaha membantu peserta didik agar dapat memahami dirinya, yaitu potensi dan kelemahan-kelemahan diri. Jika hal-hal itu diketahuinya dan dipahaminya dengan baik, maka peserta didik itu tentu mempunyai rencana untuk

---

<sup>4</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, Alfabeta: Bandung, 2004.h.5

<sup>5</sup>Tohiri, *Bimbingan Dan Konseling Disekolah Dan Madrasah Berbasis Integrasi*, Rajawali Pers, Jakarta, 2013, h.25

mengarahkan dirinya kearah yang baik dan dapat menemukan masalah yang dialaminya.

Menyoroti tentang fenomena yang banyak dijumpai di sekolah-sekolah saat ini adalah masih banyak peserta didik yang memiliki ciri komunikasi interpersonal rendah, sebagaimana yang terjadi di SMA Tamansiswa Teluk Betung. Hal ini dapat diketahui melalui perilaku mereka dalam berinteraksi atau berhubungan sosial dengan teman sebayanya maupun seluruh warga di sekolah. Karena pada dasarnya peserta didik ditekankan untuk dapat bersosialisasi dan memiliki kecakapan dalam berkomunikasi interpersonal yang baik untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik dan meningkatkan kualitas dalam belajarnya. Komunikasi interpersonal yang terjalin dengan baik dapat menciptakan hubungan yang hangat dan nyaman dalam kehidupan kesehariannya.

SMA Tamansiswa Teluk Betung masih banyak memiliki masalah komunikasi interpersonal terutama kelas XI IPS yang sebelumnya kelas X3. Hal ini didasarkan pada hasil observasi, wawancara guru BK dan penyebaran angket komunikasi interpersonal yang dilakukan peneliti pada hari Kamis 17 Maret 2017, diperoleh data tingkat komunikasi interpersonal peserta didik SMA Tamansiswa Teluk Betung yang memiliki karakteristik sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Hasil Pra Penelitian Komunikasi Interpersonal**  
**Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Tamansiswa Teluk Betung**

No.	Nama Inisial Peserta Didik	Masalah Peserta Didik					Jumlah
		Keterbukaan	Empati	Sikap Mendukung	Sikap Positif	Kesetaraan	
1.	SF	√	√	√	√	√	5
2.	AH	√	√	√	√	√	5
3.	WN	√	√	√	√	√	5
4.	ED	√	√	√	√	√	5
5.	SN	√	√	√	√	√	5
6.	PLA	√	√	√	√	√	5
7.	I WYI	√	√	√	√	√	5
8.	MR	√	√	√	√	√	5
9.	WF	√	√	√	√	√	5
10.	AD	√	√	√	√	√	5
11.	PLA	√	√	√	√	√	5
12.	SA	√	√	√	√	√	5
13.	EA	√	√	√	√	√	5
14.	EF	√	√	√	√	√	5
15.	MS	√	√	√	√	√	5
16.	NA	√	√	√	√	√	5
17.	LD	√	√	√	√	√	5
18.	RO	√	√	√	√	√	5
19.	SF	√	√	√	√	√	5
20.	NVR	√	√	√	√	√	5
21.	RR	√	√	√	√	√	5
22.	AM	√	√	√	√	√	5

Sumber: Hasil Kuesioner Peserta Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung.

Berdasarkan tabel 1 hasil kuesioner tersebut dapat diketahui bahwa 22 peserta didik kelas XI IPS yang sebelumnya kelas X3 SMA Tamansiswa Teluk Betung memiliki komunikasi interpersonal yang rendah, dimana kelas ini dibandingkan dengan kelas yang lain lebih dominan terdapat peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal rendah. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil observasi dan

wawancara terhadap guru BK yang mengatakan bahwa peserta didik memiliki permasalahan pada setiap indikator.

Permasalahan-permasalahan yang terdapat pada setiap indikator yaitu pada indikator keterbukaan peserta didik tidak menunjukkan keterbukaan, yaitu peserta didik belum mampu bersikap ramah terhadap orang lain; peserta didik masih enggan berhubungan baik sesama teman, ditandai dengan peserta didik yang lebih suka menyendiri. Pada indikator empati peserta didik tidak menunjukkan rasa empatinya terhadap sesama teman, yaitu peserta didik belum terlihat menunjukkan kepedulian terhadap orang lain, ditandai dengan masih seringnya menertawakan teman yang mengalami hal memalukan atau kesalahan.

Pada indikator sikap mendukung peserta didik yang tidak menunjukkan sikap mendukung sesama temannya, yaitu peserta didik masih enggan memberikan penghargaan kepada peserta didik lain yang telah menjadi perwakilan kelompok untuk menstimulasikan kegiatan di depan kelas. Pada indikator sikap positif peserta didik tidak menunjukkan sikap positifnya terhadap teman sebayanya, yaitu peserta didik enggan menghargai pendapat dari peserta didik lain; kemauan yang rendah mengakui kesalahan dan cenderung menyalahkan orang lain; serta keengganan minta maaf ketika melakukan kesalahan terutama terhadap teman.

Pada indikator kesetaraan peserta didik tidak menunjukkan kesetaraan terhadap sesama temannya, yaitu peserta didik terlihat belum mampu mengkomunikasikan pendapatnya dengan nada yang ramah, masih memilih-milih dalam berteman.

Permasalahan tersebut seharusnya tidak terjadi karena sebagai peserta didik membutuhkan informasi tentang pemahaman memiliki komunikasi interpersonal yang baik dilingkungannya juga didalam kehidupannya. Oleh karena itu permasalahan tersebut perlu adanya penanganan agar peserta didik mampu berinteraksi dengan lingkungan dengan baik.

Memiliki kecakapan komunikasi interpersonal yang baik sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, karena kita merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan selalu berinteraksi dengan orang lain. Sebagaimana yang dijelaskan dalam firman Allah SWT dalam surat Al-Hujarat (49) ayat 13, sebagai berikut:

يٰۤاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ لِتَعَارَفُوْۤا اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ

اَللّٰهِ اَتْقٰنُكُمْ ۗ اِنَّ اَللّٰهَ عَلِيْمٌ حَبِيْرٌ ﴿١٣﴾

Yang artinya: *“Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.”*<sup>6</sup>

Ayat tersebut menjelaskan bahwa sebagai makhluk hidup diharuskan untuk saling kenal-mengenal, menjalin silaturahmi terhadap sesama manusia. Menjalinkan silaturahmi dapat dilakukan dengan proses komunikasi yang baik. Dengan memiliki kecakapan komunikasi interpersonal yang baik maka hubungan antara peserta didik dengan seluruh warga sekolah dapat berjalan dengan efektif.

---

<sup>6</sup> -*Qur'an dan Terjemah, Al-Hikmah, Al* (Jawa Barat: CV. Diponegoro, 2013), h.517

Komunikasi interpersonal juga dapat membantu perkembangan intelektual sosial, terbentuknya jati diri. Pemahaman terhadap realitas di sekeliling, dan menguji kebenaran. Meskipun begitu, ada berbagai macam faktor yang potensial menghambat keberhasilan komunikasi tersebut. Salah satu penyebabnya adalah adanya perbedaan latar belakang sosial budaya antar individu. Apabila terjadi kesalahpahaman pengertian dalam berkomunikasi, maka dapat menimbulkan *miss communication* sehingga menyebabkan terjadinya pertengkaran, perselisihan, perdebatan, perkelahian, dan lain sebagainya.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut guru BK di SMA Tamansiswa Teluk Betung menggunakan layanan bimbingan klasikal, konseling individu, dan konseling kelompok. Dari ketiga *treatment* layanan tersebut dapat disimpulkan bahwa belum bisa dikatakan efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik, karena masih terdapat peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonalnya rendah. Peserta didik merasa tidak nyaman dengan Guru BK, peserta didik beranggapan bahwa apabila peserta didik keruangan BK atau dipanggil guru BK adalah peserta didik yang bermasalah, peserta didik malu terhadap peserta didik lainnya.

Peserta didik lebih nyaman dengan teman sebayanya untuk menceritakan berbagai masalahnya. Meskipun peserta didik memiliki komunikasi interpersonal rendah terhadap temanya sebaya dan lingkungan sekolahnya, namun sebagian besar peserta didik lebih sering membicarakan masalah-masalah serius mereka dengan

teman sebaya, dibandingkan dengan orang tua dan guru pembimbing. Maka dari itu peneliti menetapkan menggunakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal yang menurut peneliti lebih efektif untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Konselor sebaya menurut Tindall dan Gray adalah konseling teman sebaya sebagai suatu ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu nonprofesional yang berusaha membantu orang lain.<sup>7</sup> Melalui kelompok teman sebaya anak-anak menerima umpan balik dari teman-teman mereka tentang kemampuan mereka. Anak-anak menilai apa-apa yang mereka lakukan, apakah dia lebih baik dari pada teman-temannya, sama, ataukah lebih buruk dari apa yang anak-anak lain kerjakan.

Teknik *shapping* menurut Skinner adalah membentuk tingkah laku baru yang sebelumnya belum ditampilkan dengan memberikan *reinforcement* secara sistematis dan langsung setiap kali tingkah laku ditampilkan. Tingkah laku diubah secara bertahap dengan memperkuat unsur-unsur kecil tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir<sup>8</sup>.

Berdasarkan pendapat dari kedua para ahli tersebut, tentang konseling sebaya dan teknik *shapping*, maka peneliti menyimpulkan bahwa konseling sebaya dengan

---

<sup>7</sup> Suwarjo, *Konseling Sebaya Untuk Mengembangkan Resilensi Remaja*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2008. Tersedia <http://digilib.Uinsby.ac.id>. diunduh 19 Maret 2016 pukul 17.45 h.5

<sup>8</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta 2014, h.169

teknik *shapping* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal. Setelah diberikan konseling sebaya dengan teknik *shapping*, diharapkan peserta didik yang rendah komunikasi interpersonalnya dapat mengubah tingkah laku menjadi mudah untuk berkomunikasi dengan lingkungannya. Dalam kegiatan pembentukan tingkah laku tersebut, peserta didik juga diharapkan dapat memahami dan mengerti maksud dari tindakan orang lain, peka terhadap ekspresi wajah, suara, dan gerakan tubuh yang ditunjukkan orang lain, dan mampu memberikan respon secara positif dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Sebelum peneliti melakukan penelitian ini, ada diantara penelitian terdahulu yang meneliti tentang bimbingan teman sebaya dan tentang teknik *shapping*.

- 1.) Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yoana Astianingrum dan Asrowi yang berjudul Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Nguter Sukaharjo Tahun Ajaran 2013/2014.

Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada 30 peserta didik kelas VIII yang memiliki kategori kemampuan komunikasi rendah. Sampel ini diperoleh melalui angket pada pengukiran awal dan hasil wawancara. Kemampuan komunikasi rendah yang dialami oleh 30 peserta didik mengalami perubahan yang signifikan yaitu dari 30% menjadi 92.16% setelah diberi layanan bimbingan teman sebaya. Hal itu menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal meningkat setelah pemberian layanan bimbingan teman sebaya pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Nguter Sukaharjo.

2.) Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh I Wayan Andika Sari Putra, Kadek Suranata, dan I Ketut Dharsana yang berjudul Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Peserta Didik Kelas X Mia 4 Di SMA Negeri 2 Singaraja.

Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada 28 peserta didik kelas X Mia 4 yang memiliki kategori disiplin belajar rendah. Sampel diperoleh melalui kuesioner pada pengukuran awal. Perilaku disiplin belajar yang rendah pada peserta didik mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberi perlakuan sebanyak II tahap siklus, sebelum tindakan sebesar 66 % menjadi 73 % pada siklus I dan tindakan layanan konseling pada Siklus II persentase peningkatannya mencapai 80%. Hal itu menunjukkan bahwa disiplin belajar meningkat setelah pemberian konseling behavioral dengan teknik *shapping* pada peserta didik kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja.

Dari kedua penelitian sebelumnya menyatakan bahwa layanan bimbingan teman sebaya dinyatakan efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik dan teknik *shapping* efektif dalam mengatasi permasalahan peserta didik. Meskipun dalam penelitian terdahulu permasalahan yang diatasi dengan teknik *shapping* tidak sama dengan permasalahan peneliti, namun teknik yang digunakan untuk mengatasi permasalahan peserta didik sama. Sehingga memotivasi peneliti untuk membuktikan penelitian ini bahwa konseling sebaya dengan teknik *shapping* sangatlah tepat untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik. Kekhasan dari penelitian ini adalah pada konseling sebaya dengan teknik *shapping*.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian eksperimen dengan judul “Efektivitas Konseling Sebaya Dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2017/2018.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan penelitian pada latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka identifikasi masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Belum adanya pemberian layanan bimbingan dan konseling yang efektif dalam upaya meningkatkan komunikasi interpersonal, layanan yang diberikan sebelumnya yaitu:

1. Layanan bimbingan klasikal untuk meningkatkan komunikasi interpersonal
2. Layanan konseling individu untuk meningkatkan komunikasi interpersonal
3. Layanan konseling kelompok untuk meningkatkan komunikasi interpersonal.

Ketiga *treatment* layanan tersebut belum bisa dikatakan efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik, terdapat 22 peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung yang memiliki komunikasi interpersonal rendah.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka peneliti membatasi masalah agar tidak meluas yaitu “Efektivitas Konseling Sebaya Dengan Teknik *Shapping*

Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung.”

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah Konseling Sebaya Dengan Teknik *Shapping* Efektif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pesera Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung?

#### **E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

##### 1. Tujuan Penelitian

Tujuan adalah target yang hendak dicapai dalam melakukan suatu kegiatan berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut: untuk mengetahui efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pesera didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung.

##### 2. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki kegunaan antara lain:

###### a) Kegunaan secara teoritis

Dari segi teoritis, penelitian ini berguna untuk mengembangkan konsep-konsep ilmu tentang bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya layanan konseling sebaya.

###### b) Kegunaan secara praktis



Informasi yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat mengetahui peserta didik memiliki komunikasi interpersonal yang rendah sehingga dapat membantu guru bidang studi dan pembimbing dalam mengatasi masalah redahnya komunikasi interpersonal peserta didik yang pada akhirnya dapat memberikan hasil yang baik dalam proses belajar dan bergaul di sekolah.

#### **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Penulis membuat ruang lingkup penelitian ini agar lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

##### 1. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini masuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling.

##### 2. Ruang Lingkup Objek

Objek dalam penelitian ini adalah meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik menggunakan layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping*.

##### 3. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2017/2018.

##### 4. Ruang Lingkup Tempat

Tempat dalam penelitian ini adalah SMA Tamansiswa Teluk Betung.

##### 5. Ruang Lingkup Waktu

Waktu dalam penelitian ini adalah Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2017/2018.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping***

##### **1. Pengertian Konseling Sebaya**

Konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya (biasanya seusia/tingkat pendidikannya hampir sama) yang telah terlebih dahulu, diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya. Sehingga diharapkan dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.

Melalui kelompok teman sebaya individu menerima umpan balik dari teman-teman mereka tentang kemampuan mereka. Remaja menilai apa-apa yang mereka lakukan, apakah dia lebih baik dari pada teman-temannya, sama, ataukah lebih buruk dari apa yang remaja lain kerjakan. Hal demikian akan sulit dilakukan dalam keluarga karena saudara-saudara kandung biasanya lebih tua atau lebih muda (bukan sebaya).

Konselor sebaya menurut Tindall dan Gray adalah konseling teman sebaya sebagai suatu ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan

oleh individu nonprofesional yang berusaha membantu orang lain.<sup>9</sup> Sesuai istilah yang digunakan, konselor sebaya bukanlah seorang profesional di bidang konseling, namun mereka diharapkan dapat menjadi perpanjangan tangan konselor profesional.

Dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya, sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadinya.

## 2. Tujuan Konseling Sebaya

Setelah mengetahui pengertian dari konseling sebaya, maka selanjutnya yang diketahui adalah tujuan dari konseling sebaya.

Menurut Bernardus Widodo tujuan konseling yang diharapkan yaitu:

- a. Terjadinya perubahan kearah yang positif;
- b. terciptanya suatu kondisi agar konseli merasa bebas melakukan eksplorasi diri;
- c. penyesuaian diri;
- d. kesehatan mental dan
- e. Kebebasan secara psikologis tanpa mengabaikan tanggungjawab sosial.<sup>10</sup>

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan tujuan konseling sebaya adalah untuk menumbuhkan personal remaja untuk mengembangkan potensi yang ada

---

<sup>9</sup> Neni Noviza, *Konseling Teman Sebaya (Peer Caounseling) Suatu Inovasi Layanan Bimbingan dan Konseling Diperguruan Tinggi*, Jurnal Konseling Sebaya, Diunduh pada tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.57 h.88

<sup>10</sup> Suwarjo, *Konseling Sebaya Untuk Mengembangkan Resilensi Remaja*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2008. Tersedia <http://digilip.Uinsby.ac.id>. diunduh 19 Maret 2016 pukul 17.45 h.29

dalam dirinya. Melalui hubungan sosial yang baik, meningkatkan keyakinan remaja untuk mampu mempelajari semua kemampuan untuk dapat melakukan hubungan sosial serta beradaptasi dengan baik dengan lingkungan sekitar, dan yakin mampu mengendalikan diri dari tidak untuk melakukan penyimpangan sosial.

### **3. Fungsi dan Manfaat Konseling Sebaya**

Fungsi suatu layanan dapat diketahui dengan melihat kegunaan, manfaat, ataupun keuntungan yang dapat diberikan oleh layanan tersebut. Suatu pelayanan dapat dikatakan tidak berfungsi apabila ia tidak memperlihatkan kegunaan ataupun memberikan manfaat atau keuntungan tertentu. Fungsi konseling sebaya ditinjau dari kegunaan dan manfaat, ataupun keuntungan-keuntungan apa yang diperoleh melalui pelayanan secara umum, fungsi dan manfaat konseling sebaya yaitu:

- a. Fungsi konselor sebaya menurut Rogation adalah
  - 1) Sahabat yang bersedia membantu, mendengarkan, dan memahami
  - 2) Fasilitator yang bersedia membantu remaja untuk tumbuh dan berkembang bersama kelompoknya
  - 3) Sebagai pemimpin yang karena kepeduliannya pada orang lain menjadi penggerak perubahan sosial.
- b. Manfaat konseling sebaya bagi konseli adalah
  - 1) Proses kognitif  
Menumbuhkan pemikiran remaja mengenai kapasitas dan komitmennya untuk terus bersikap baik dan positif.
  - 2) Proses motivasional  
Menjadikan remaja dapat menentukan tujuannya sendiri, menentukan besarnya usaha, dan menetapkan kegigihan menghadapi kesulitan dan kegagalan.
  - 3) Proses efektif  
Menjadikan remaja tidak akan mengalami gangguan pola pikir dan berani menghadapi tekanan dan ancaman.

- 4) Proses seleksi  
Menjadikan remaja dapat memilih jenis aktifitas dan lingkungan yang dapat mendukung perilaku sehat dan menghindari perilaku beresiko.<sup>11</sup>

#### 4. Karakteristik Konselor Sebaya

Berdasarkan dari definisi konseling sebaya, bahwa layanan konseling sebaya adalah layanan konseling yang diberikan oleh tenaga nonprofesional yang dalam hal ini adalah teman sebaya, yang telah mendapatkan pelatihan atau pembekalan terlebih dahulu. Menurut Fatiyah, syarat sebagai konselor sebaya yang akan mendapat pelatihan adalah:

- a. Prestasi akademik 15 besar di kelasnya
- b. Kemampuan sosial dan kepribadian baik
- c. Aktif dalam kegiatan organisasi disekolah.<sup>12</sup>

Selain itu, Amelia Atika dalam penelitiannya menjelaskan kembali bahwa syarat untuk menjadi konselor sebaya adalah:

- a. Berpengalaman sebagai pendidik sebaya (tidak mutlak);
- b. memiliki minat, kemauan, dan perhatian untuk membantu klien;
- c. terbuka untuk pendapat orang lain;
- d. menghargai dan menghormati klien;
- e. peka terhadap perasaan orang dan mampu berempati;
- f. dapat dipercaya dan mampu memegang rahasia;
- g. pendidikan minimal setingkat SLTA (lebih diutamakan).<sup>13</sup>

---

<sup>11</sup> Kartika Nur Fathiyah Dan Farida Harahap, *Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Remaja*, FIP UNY Bandung, 2009, H.8

<sup>12</sup> *Ibid*, h.7

<sup>13</sup> Amelia Atika, *Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Peer Counseling Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 10 Pontianak*, Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial Volume 2 No 2 Desember 2015, Diunduh Pada Tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.39 .h.127

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahawa untuk menjadi kenselor sebaya tidaklah mudah. Calon konselor sebaya harus memiliki prestasi akademik yang baik, memiliki kepribadian yang baik dan hubungan sosial yang baik, baik dilingkungan sekolah maupun dilingkungan masyarakat. Selain itu, calon konselor sebaya juga harus memiliki minat dan kemauan untuk membantu klien. Bersifat terbuka, perhatian, menghargai perasaan orang lain dan mampu menjaga rahasia dengan baik.

#### **5. Langkah-langkah Membangun Konselor Sebaya**

Sebelum pelaksanaan konseling sebaya adapun langkah-langkah membangun konselor sebaya menurut suwarjo yaitu:

- a. Pemilihan calon konselor sebaya. Meskipun keterampilan pemberian bantuan dapat dikuasai oleh siapa saja, faktor kesukarelaan dan faktor kepribadian pemberi bantuan (“konselor” sebaya) ternyata sangat menentukan keberhasilan pemberian bantuan. Oleh karena itu perlu dilakukan pemilihan calon “konselor” sebaya. Pemilihan didasarkan pada karakteristik-karakteristik hangat, memiliki minat untuk membantu, dapat diterima orang lain, toleran terhadap perbedaan sistem nilai, energik, secara sukarela bersedia membantu orang lain, memiliki emosi yang stabil, dan memiliki prestasi belajar yang cukup baik atau minimal rerata, serta mampu menjaga rahasia. Dalam setiap kelas dapat dipilih 3 atau 4 siswa yang memenuhi kriteria tersebut untuk dilatih selama beberapa minggu.

b. Pelatihan calon "konselor" teman sebaya. Tujuan utama pelatihan "konselor" sebaya adalah untuk meningkatkan jumlah remaja yang memiliki dan mampu menggunakan keterampilan-keterampilan pemberian bantuan. Pelatihan ini tidak dimaksudkan untuk menghasilkan personal yang menggantikan fungsi dan peran konselor. Calon "konselor" teman sebaya dibekali kemampuan untuk membangun komunikasi interpersonal secara baik. Sikap dan keterampilan dasar konseling yang meliputi kemampuan berempati, kemampuan melakukan attending, keterampilan bertanya, keterampilan merangkul pembicaraan, asertifitas, genuineness, konfrontasi, dan keterampilan pemecahan masalah, merupakan kemampuan-kemampuan yang dibekalkan dalam pelatihan konseling teman sebaya. Penguasaan terhadap kemampuan membantu diri sendiri dan kemampuan untuk membangun komunikasi interpersonal secara baik akan memungkinkan seorang remaja memiliki sahabat yang cukup.

c. Pelaksanaan dan pengorganisasian konseling teman sebaya. Dalam praktiknya, interaksi "konseling" teman sebaya lebih banyak bersifat spontan dan informal. Spontan dalam arti interaksi tersebut dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, tidak perlu menunda. Meskipun demikian prinsip-prinsip kerahasiaan tetap ditegakkan. Interaksi triadik terjadi antara "konselor"

sebaya dengan ”konseli” sebaya, konselor dengan ”konselor” sebaya, dan konselor dengan konseli.<sup>14</sup>

## 6. Pelaksanaan Konseling Sebaya

Pelaksanaan konseling sebaya beberapa teknik yang harus dikuasai oleh konselor sebaya yaitu:

- a. *Attending*. Perilaku *attending* disebut juga perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa tubuh, dan bahasa lisan. Contoh: Kepala: melakukan anggukan jika setuju, Ekspresi wajah: tenang, ceria, senyum.
- b. *Empathizing*. Keterampilan atau teknik yang digunakan konselor untuk memusatkan perhatian kepada klien agar klien merasa dihargai dan terbina suasana yang kondusif, sehingga klien bebas mengekspresikan atau mengungkapkan pikiran, perasaan, ataupun tingkah lakunya. Kemampuan untuk mengenali dan berhubungan dengan emosi dan pikiran orang lain. Melihat sesuatu melalui cara pandang dan perasaan orang lain.
- c. *Summarizing*. Keterampilan konselor untuk mendapatkan kesimpulan atau ringkasan mengenai apa yang telah dikemukakan oleh konseli.
- d. *Questioning*. Teknik mengarahkan pembicaraan dan memberikan kesempatan pada konseli untuk mengelaborasi, mengeksplorasi atau memberikan jawaban

---

<sup>14</sup> Suwarjo, “Konseling Teman Sebaya (*Peer Counseling*) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja,” Modul Disampaikan dalam Seminar Pengembangan Ilmu Pendidikan FIP UNY, 29 Februari 2008, h. 9-10

dari berbagai kemungkinan sesuai dengan keinginan konseli dan bersifat mendalam.

- e. Mengarahkan (Directing) Yaitu teknik untuk mengajak dan mengarahkan klien melakukan sesuatu. Misalnya menyuruh klien untuk bermain peran dengan konselor atau menghayalkan sesuatu.<sup>15</sup>

## **B. Teknik *Shapping***

### **1. Pengertian Teknik *Shapping***

*Shapping* adalah salah satu teknik yang dipilih peneliti dalam konseling sebaya. Peneliti memilih teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik dengan alasan karena teknik ini bertujuan untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik. Yaitu konseli belajar perilaku baru, mengeliminasi perilaku maladaptif dan memperkuat perilaku yang diinginkan. Perilaku yang diinginkan ialah peserta didik dapat berkomunikasi interpersonal dengan yang baik.

*Shapping* adalah membentuk tingkah laku baru yang sebelumnya belum ditampilkan dengan memberikan *reinforcement* secara sistematis dan langsung setiap kali tingkah laku ditampilkan, tingkah laku diubah secara bertahap dengan memperkuat unsur-unsur kecil tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Ibid, h. 36-37

<sup>16</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta 2014, h.169-170

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teknik *shapping* merupakan pembentukan perilaku atau perilaku yang belum pernah dilakukan individu, dan sulit atau tidak mungkin untuk memunculkan perilaku baru yang diinginkan tersebut. Dengan cara memberi penguat jika telah muncul perilaku-perilaku yang menyerupai atau mendekati perilaku yang diinginkan, sehingga pada akhirnya memunculkan perilaku yang sama sekali baru yang diinginkan.

## 2. Langkah-langkah Penerapan *Shapping*

Dalam pembentukan tingkah laku (*shapping*) ada beberapa langkah-langkah yang harus dilakukan yaitu:

- a. Membuat analisis ABC yaitu: A = Antecedent (pencetus perilaku), B = Behavior (perilaku yang dimasalahkan), C = Consequence (konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut).
- b. menetapkan target perilaku spesifik yang akan dicapai bersama konseli;
- c. tentukan bersama jenis *reinforcement* positif yang akan digunakan;
- d. membuat perencanaan dengan membuat tahapan pencapaian perilaku mulai dari perilaku awal sampai perilaku akhir (misalnya tidak menyapa teman saat bertemu menjadi menyapa);
- e. perencanaan dapat dimodifikasi selama berlangsungnya program *shapping*;
- f. penetapan waktu pemberian *reinforcement* pada setiap tahap program, misalnya setelah beberapa kali percobaan perilaku target dalam satu tahapan.<sup>17</sup>

Dalam penelitian ini jika konseli telah menunjukkan adanya perilaku yang diinginkan atau yang akan dicapai (misalnya menyapa saat bertemu teman) maka konseli akan diberikan sebuah penguatan atau *reward* yang telah ditentukan.

---

<sup>17</sup>SM Zain, *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Teknik Shaping Untuk Mengatasi Remaja Yang Melalaikan Sholat*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam 2015, Diunduh Pada Tanggal 22 Desember 2016 Pukul 19.03 h. 44

### 3. Penerapan Perencanaan *Shapping*

Untuk melakukan penerapan perencanaan *shapping* ada beberapa hal yang perlu dilakukan yaitu:

- a. Konseli harus diberitahu sebelum perencanaan dilakukan;
- b. beri penguatan segera pada saat awal perilaku;
- c. jangan pindah ketahap berikutnya sebelum konseli menguasai perilaku pada satu tahap;
- d. bila belum yakin penguasaan perilaku konseli, dapat digunakan aturan, perindahan tahap bila sudah benar 6 dari 10 percobaan;
- e. jangan terlalu sering memberi penguatan pada satu tahap, dan tidak memberi penguatan pada tahap lainnya;
- f. kalau konseli berhenti bekerja, maka konselor dapat berpindah cepat ke tahap berikutnya, mungkin tahapan tidak tepat atau *reinforcement* tidak efektif;
- g. cek efektivitas penguatan;
- h. atau tahapan terlalu rendah;
- i. atau perpindahan tahap terlalu cepat, sehingga harus kembali pada tahap sebelumnya;
- j. bila untuk melanjutkan konseli mendapat kesulitan, maka dilatih ulang pada tahap yang dirasa sulit.<sup>18</sup>

Dari penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa sebelum melakukan perencanaan konseli diberitahu terlebih dulu dan memberi penguatan awal, konseli harus menguasai setiap tahap sebelum berlanjut ketahap selanjutnya. Masing-masing tahap harus memiliki kemajuan mendekati perilaku target, dibandingkan dengan tahap sebelumnya. Meskipun belum sampai pada perilaku akhir yang diharapkan, apabila konseli telah berubah atau membentuk perilaku baru maka diberikan *reinforcement*. Proses *shapping* akan sangat berjalan cepat dan efektif bila *reinforcement* tepat bersamaan waktu dengan respon.

---

<sup>18</sup> Gantina Komalasari, dkk, Op.Cit, h.170-171

#### 4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Efektivitas *Shapping*

Dalam pembentukan tingkah laku (*shapping*) ada beberapa faktor yang mempengaruhi efektivitas *shapping* yaitu:

- a. Spesifikkan perilaku akhir yang ingin dicapai, ketetapan pemilihan perilaku yang spesifik akan mempengaruhi ketepatan hasil.
- b. Memilih perilaku awal, hal ini bertujuan untuk menetapkan level pencapaian awal yang dimiliki, karena program *shapping* bertujuan untuk mencapai perilaku secara bertahap.
- c. Memilih tahapan *shapping*, mulai perilaku awal bergerak ke perilaku akhir. (contoh pada anak belajar mengucapkan kata daddy, mulai dari daa-da-da-dad-dad-ee-daddy).
  - 1) Tidak ada pedoman yang ideal: berapa kali percobaan dari langkah ke langkah berikutnya.
  - 2) tidak ada pedoman yang ideal: berapa banyak tahapan yang harus digunakan pada program *shapping*.
  - 3) penetapan ditentukan fleksibel sesuai kecepatan belajar konseli
- d. Ketetapan jarak waktu perpindahan tahapan
  - 1) Perpindahan dari langkah pertama ke langkah berikutnya harus sesuai dengan tahapan, jangan terlalu cepat dan jangan terlalu lambat, upayakan pindah saat perilaku sudah mantap;
  - 2) penetapan setiap tahapan jangan terlalu dekat/kecil jaraknya;
  - 3) tapi kalau terlanjur cepat pindah tahap dan perilaku yang diharapkan hilang atau tidak muncul, maka kembali ke tahap sebelumnya.<sup>19</sup>

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa setiap konseli pasti mempunyai harapan-harapan agar tujuannya dalam konseling dapat tercapai, begitu juga konselor berusaha untuk membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling. Penjelasan faktor-faktor diatas adalah hal yang perlu diperhatikan dalam proses konseling agar pelaksanaan teknik *shapping* dapat dilaksanakan secara efektif.

---

<sup>19</sup> *Ibid*, h.171-172

## C. Komunikasi Interpersonal

### 1. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Kehidupan manusia tidak lepas dari sebuah komunikasi, baik yang bersifat verbal maupun nonverbal. Komunikasi itu sendiri berlangsung dalam berbagai konteks, mulai dari komunikasi intrapersonal, komunikasi interpersonal, komunikasi kelompok, komunikasi organisasi sampai dengan komunikasi massa. Masing-masing konteks memiliki karakteristik unik yang semuanya menghendaki adanya efektivitas dalam prosesnya.

Menurut Devito komunikasi interpersonal adalah pengiriman pesan dari seseorang dan diterima oleh orang lain dengan efek dan umpan balik yang langsung.<sup>20</sup> Definisi komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara seorang komunikator dan seorang komunikan yang sangat efektif dalam upaya mengubah sifat, pendapat dan perilaku seseorang, karena sifatnya dialogis berupa percakapan dan arus balik yang bersifat langsung dimana komunikan pada saat itu juga yaitu pada saat komunikasi berlangsung<sup>21</sup>. Sehingga dapat disimpulkan komunikasi interpersonal adalah pengiriman pesan yang terjadi antara komunikator dan komunikan atau pribadi yang satu dengan pribadi yang lain dengan efek dan

---

<sup>20</sup>Galih Wicaksono dan Najlatun Naqiyah, *Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya*. h.3 diunduh 17 maret 2016 pukul 10:31

<sup>21</sup> Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling, *Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya*, 2013h.3 diunduh pukul 10:31 AM 03/01/2017. Tersedia <http://ejournal.Udiksha.ac.id>

umpan balik secara langsung yang sangat efektif dalam upaya mengubah sifat, pendapat dan perilaku seseorang.

## 2. Pentingnya Komunikasi Interpersonal

Berkomunikasi merupakan keharusan bagi manusia, karena dengan berkomunikasi kebutuhan manusia akan terpenuhi. Menurut Johnson dalam Supratiknya menunjukkan beberapa peranan yang disumbangkan oleh komunikasi interpersonal dalam rangka menciptakan kebahagiaan hidup manusia sebagai berikut :

- a. Komunikasi interpersonal membantu perkembangan intelektual dan sosial kita;
- b. identitas dan jati diri kita terbentuk dalam dan lewat komunikasi dengan orang lain;
- c. dalam rangka menguji realitas disekeliling kita serta menguji kebenaran kesan-kesan dan pengertian yang kita miliki tentang di dunia disekitar kita, kita perlu membandingkannya dengan kesan-kesan dan pengertian orang lain tentang realitas yang sama;
- d. kesehatan mental kita sebagian besar juga ditentukan oleh kualitas komunikasi atau hubungan kita dengan orang-orang lain, lebih-lebih orang-orang yang merupakan tokoh-tokoh signifikan (*significant figure*) dalam hidup kita.<sup>22</sup>

Berdasarkan uraian diatas bisa disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal sangat penting bagi kehidupan kita sebagai manusia. Beberapa peranan dari komunikasi interpersonal diatas yang menjadikan kemampuan komunikasi interpersonal menjadi sangat penting bagi seorang peserta didik adalah bahwa

---

<sup>22</sup>Pera Agustina, *Peningkatan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Pada Peserta Didik Kelas VIII*, (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Lampung, 2016), h. 26

komunikasi interpersonal akan bisa membantu perkembangan intelektual dan sosial, serta identitas diri dan jati diri akan terbentuk melalui komunikasi interpersonal.

### 3. Keterampilan Dasar Komunikasi

Agar mampu memulai mengembangkan dan memelihara komunikasi yang akrab, hangat dan produktif dengan orang lain, kita perlu memiliki sejumlah keterampilan dasar komunikasi.

Beberapa keterampilan dasar Menurut Johnson adalah sebagai berikut:

- a. Kita harus mampu saling memahami;
- b. kita harus mampu mengkomunikasikan pikiran dan perasaan kita secara jelas;
- c. kita harus saling menerima dan saling memberikan dukungan atau saling menolong;
- d. harus mampu memecahkan konflik dan bentuk masalah interpersonal lain yang mungkin muncul dalam komunikasi kita dengan orang lain, melalui cara-cara yang konstruktif.<sup>23</sup>

Selain itu, Sedanayasa juga menjelaskan keterampilan yang harus dimiliki dalam komunikasi interpersonal yaitu:

- a. Keterampilan menerima;
- b. keterampilan memperhatikan;
- c. keterampilan merespon;
- d. keterampilan merefleksi perasaan;
- e. keterampilan memberi penguatan;
- f. keterampilan mendengarkan dan
- g. keterampilan bertanya.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> Putu Ari Dharmayanti, *Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK*, 2013, h. 257 Tersedia: <http://ejournal.unese.ac.id> (diakses tanggal 25 april 2016, pukul 23.00)

<sup>24</sup> Ni Nyoman Oktavia Ayu dkk, *Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Penguatan Positif dan Teknik Pencontohan Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Antar Pribadi Siswa Kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Semester Genap Tahun Pelajaran 2013/2014*, Jurnal

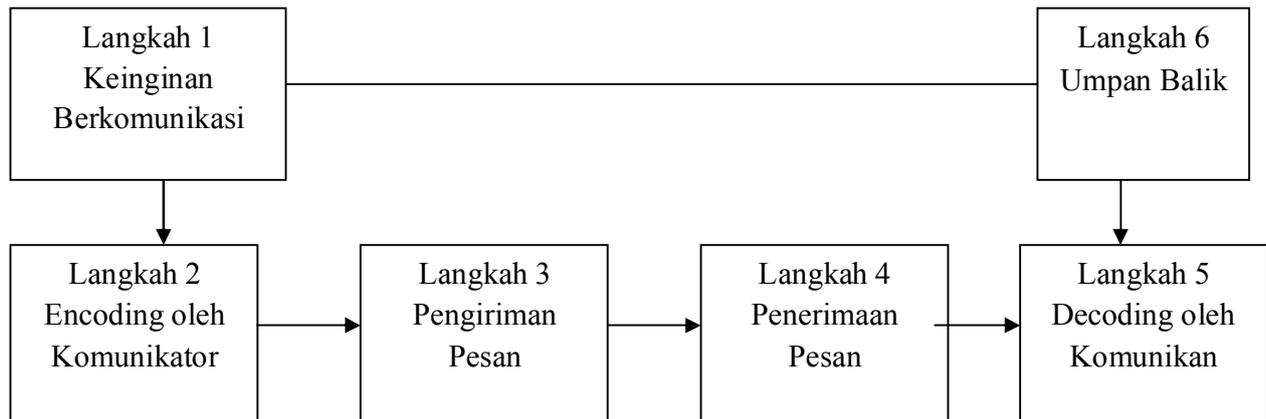
Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dalam komunikasi kita harus memiliki keterampilan dasar tersebut agar dapat saling memahami pertama harus saling percaya, lalu saling membuka diri. Membuka diri kepada orang lain dan mendengarkan dengan penuh perhatian ketika orang lain sedang membuka diri kepada kita adalah cara yang jitu untuk memulai dan memelihara komunikasi. Dengan menunjukkan sikap hangat dan rasa senang serta menunjukkan bahwa kita memahami lawan komunikasi kita. Menerima dan saling memberi dukungan dan mampu memecahkan masalah yang mungkin muncul dalam komunikasi interpersonal tersebut.

#### **4. Proses Komunikasi Interpersonal**

Menurut Suranto proses komunikasi ialah langkah-langkah yang menggambarkan terjadinya kegiatan komunikasi. Secara sederhana proses komunikasi digambarkan sebagai proses yang menghubungkan pengirim dengan penerima pesan. Proses tersebut terdiri dari enam langkah sebagaimana tertuang dalam gambar 1



**Gambar 1**  
**Proses Komunikasi Interpersonal**



Langkah-langkah dalam proses komunikasi interpersonal adalah sebagai

berikut :

- a. Keinginan untuk berkomunikasi  
Seseorang komunikator mempunyai keinginan untuk berbagi gagasan dengan orang lain.
- b. Encoding oleh komunikator  
Encoding merupakan tindakan memformulasikan isi pikiran atau gagasan kedalam simbol-simbol, kata-kata, dan sebagainya sehingga komunikator merasa yakin dengan pesan yang disusun dan cara penyampaianya.
- c. Pengiriman pesan  
Untuk mengirim pesan kepada orang yang dikehendaki, komunikator memilih saluran komunikasi seperti telepon, SMS, e-mail, surat, ataupun secara tatap muka.
- d. Penerimaan pesan  
Pesan yang dikirim oleh komunikator telah diterima oleh komunikan.
- e. Decoding oleh komunikan  
Decoding merupakan kegiatan internal dalam diri penerima. Melalui indera, penerima mendapatkan macam-macam data dalam bentuk mentah, berupa kata-kata dan simbol-simbol yang harus diubah kedalam pengalaman-pengalaman yang mengandung makna. Dengan demikian, decoding adalah proses memahami pesan.

f. Umpan balik

Setelah menerima pesan dan memahaminya, komunikator memberikan respon atau umpan balik. Dengan umpan balik ini, seorang komunikator dapat mengevaluasi efektifitas komunikasi. Umpan balik ini biasanya juga merupakan awal dimulainya suatu siklus proses komunikasi baru, sehingga proses komunikasi berlangsung secara berkelanjutan.<sup>25</sup>

Berdasarkan uraian gambar dan uraian proses komunikasi interpersonal diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kegiatan komunikasi interpersonal terdiri dari 6 proses. Pertama yaitu adanya keinginan untuk berkomunikasi, kemudian dilanjutkan dengan encoding oleh komunikator, lalu diteruskan dengan pengiriman pesan, selanjutnya adalah langkah decoding oleh komunikan yaitu proses memahami pesan yang dikirimkan oleh komunikator, dan langkah terakhir adalah adanya umpan balik yang terima oleh komunikator dari komunikan, dan umpan balik ini menjadi awal dimulainya siklus komunikasi yang baru sehingga proses komunikasi terjadi secara berkelanjutan.

## 5. Karakteristik Kecerdasan Interpersonal

Dalam berkomunikasi dengan orang lain kita harus mempunyai kecerdasan interpersonal yang tinggi agar komunikasi berjalan dengan baik, apabila kita memiliki kecerdasan interpersonal yang rendah maka kita akan sulit berkomunikasi dengan orang lain.

- a. Karakteristik anak yang memiliki kecerdasan interpersonal yang tinggi yaitu:

---

<sup>25</sup> Pera Agustina, Op.Cit., h.21

- 1) Anak mampu mengembangkan dan menciptakan relasi sosial baru secara efektif.
  - 2) Anak mampu berempati dengan orang lain atau memahami orang lain secara total.
  - 3) Anak mampu mempertahankan relasi sosialnya secara efektif sehingga tidak musnah dimakan waktu dan senantiasa berkembang semakin intim/mendalam/penuh makna.
  - 4) Anak mampu menyadari komunikasi verbal maupun non verbal yang dimunculkan orang lain, atau dengan kata lain sensitif terhadap perubahan situasi sosial dan tuntutan-tuntutannya. Sehingga anak mampu menyesuaikan dirinya secara efektif dalam segala macam situasi.
  - 5) Anak mampu memecahkan masalah yang terjadi dalam relasi sosialnya dengan pendekatan *win-win solution*, serta yang paling penting adalah mencegah munculnya masalah dalam relasi sosialnya.
  - 6) Anak memiliki ketrampilan komunikasi yang mencakup ketrampilan mendengarkan efektif, berbicara efektif dan menulis secara efektif. Termasuk pula di dalamnya mampu menampilkan penampilan fisik (model busana) yang sesuai dengan tuntutan lingkungan sosialnya.
- b. Individu yang memiliki tingkat kecerdasan interpersonal yang rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut:
- 1) Tidak suka berbaur dengan teman yang lain atau orang lain.
  - 2) Lebih suka menyendiri.
  - 3) Tidak memiliki keterampilan sosial yang baik.
  - 4) Berperilaku agresif seperti menendang atau memukul orang lain.
  - 5) Sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dan tidak suka mendengarkan pendapat orang lain.
  - 6) Merasa kesulitan untuk berkomunikasi dengan orang baru.<sup>26</sup>

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang mempunyai kecerdasan komunikasi interpersonal yang tinggi, peserta didik mampu mengembangkan dan menciptakan relasi sosial yang baru, mampu memahami orang lain baik dilingkungan di sekolah maupun dimasyarakat. Mampu menyadari komunikasi verbal maupun nonverbal dan mampu memecahkan permasalahan sosialnya secara efektif. Sedangkan peserta didik yang kecerdasan

---

<sup>26</sup> Galih Wicaksono dan Najlatun Naqiyah, Op.Cit., h.64

komunikasi interpersonalnya rendah, peserta didik hanya suka menyendiri, sulit untuk berbaur dengan teman sebayanya, tidak memiliki keterampilan sosial yang baik dan sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya baik di sekolah maupun di masyarakat.

## 6. Meningkatkan Komunikasi Interpersonal

Menurut Devito efektivitas komunikasi interpersonal dimulai dengan lima kualitas umum yang dipertimbangkan yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*)<sup>27</sup>.

### a. Keterbukaan (*Openness*)

Sebuah keterbukaan mengacu pada sedikitnya tiga hal yaitu: komunikator antarpribadi yang efektif harus terbuka kepada *patnernya*, kesetiaan komunikator untuk bereaksi secara jujur terhadap stimulus yang datang, serta adanya tanggung jawab terhadap pikiran dan perasaan yang dilontarkan.<sup>28</sup>

Niat yang tulus untuk terbuka dari seorang komunikator kepada *patner* komunikasi merupakan langkah awal yang akan membawa hubungan kepada saling keterbukaan. Ada kecenderungan bahwa kita akan terbuka terhadap orang lain yang terbuka dengan kita. Dengan kata lain bahwa tidak ada upaya untuk saling menyembunyikan sesuatu di antara kita. Orang banyak menyebut hal ini

---

<sup>27</sup> Srie Wahyuni Pratiwi dan Dina Sukma, *Komunikasi Interpersonal Antar Siswa Di Sekolah Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling*, KONSELOR\_ Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 2013, Diunduh Pada Tanggal 22 Desember 2016 Pukul 18.36 .h.325

<sup>28</sup> Suciati, *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis Dan Persepektif Islam*, Buku Litera Yogyakarta, 2015, h.2

dengan “curhat” (mencurahkan isi hati). Saling melakukan “curhat” merupakan suatu bentuk keterbukaan dalam komunikasi.

b. Empati (*empathy*)

Empati dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk merasakan apa yang orang lain rasakan dan dapat menghayati pengalaman dari orang lain tersebut.<sup>29</sup> Orang yang berempati adalah orang yang merasakan sesuatu seperti orang lain yang mengalaminya, berada di kapal yang sama dan merasakan perasaan yang sama dengan cara yang sama.

c. Sikap Mendukung (*supportiveness*)

Sikap suportif sering diartikan dengan sikap mendukung orang lain. Dukungan merupakan pengenalan kognitif atau verbal tetapi hanya tentang seseorang/pribadi, bukan tentang sebuah tindakan. Sebuah pujian selalu diarahkan untuk sebuah tindakan (contoh: Nani, terimakasih sudahh hadi tepat waktu).<sup>30</sup>

Hubungan interpersonal yang efektif adalah hubungan dimana terdapat sikap mendukung (*supportiveness*). Suatu komunikasi yang dilakukan dengan terbuka dan empati tidak dapat berlangsung dalam suasana yang tidak mendukung. Sebuah dukungan akan berpengaruh ketika dua hal terpenuhi, yaitu murni dan tulus (muncul dari dalam hati) serta diungkapkan dengan tanpa syarat.

---

<sup>29</sup> Ni Made Rahmi Suryawati, *Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa*, Jurnal Konseling Sebaya 2015, hal 205, Diunduh Pada Tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.21

<sup>30</sup> Suciati, *Op.Cit*, h. 67

d. Sikap Positif (*positiveness*)

Sikap positif ialah berfikir positif, sikap positif, dan berperilaku positif. Sikap positif dalam komunikasi interpersonal dapat ditunjukkan melalui dua cara yaitu menyatakan sikap positif dan secara positif mendorong orang yang berinteraksi dengan kita.<sup>31</sup>

Komunikasi interpersonal terbina jika seseorang memiliki sikap positif terhadap diri mereka sendiri, dan merefleksikannya kepada orang lain. Memiliki perasaan positif saat berinteraksi dengan orang lain, dapat menikmati interaksi dan menciptakan suasana yang menyenangkan selama komunikasi berlangsung, dan perilaku mendorong menghargai keberadaan dan pentingnya orang lain, dorongan positif berbentuk pujian dan penghargaan.

e. Kesetaraan (*Equality*)

Saling memberikan kontribusi dan memahami perbedaan dalam hubungan interpersonal merupakan kunci mewujudkan kesetaraan.<sup>32</sup> Dalam setiap situasi, barangkali terjadi ketidaksetaraan, salah seorang mungkin lebih pandai, lebih kaya, lebih tampan atau cantik, atau lebih atletis daripada yang lain. Tidak pernah ada dua orang yang benar-benar setara dalam segala hal, terlepas dari ketidaksetaraan ini, komunikasi interpersonal akan lebih efektif bila suasananya setara. Artinya harus ada pengakuan secara diam-diam bahwa kedua pihak sama-sama bernilai

---

<sup>24</sup> *Ibid*, h.55

<sup>32</sup> *Ibid*, h.75

dan berharga, dan bahwa masing-masing pihak mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan.

Kesetaraan tidak mengharuskan kita menerima dan menyetujui begitu saja semua perilaku verbal dan nonverbal pihak lain, tetapi kesetaraan berarti kita menerima pihak lain.

#### **D. Kerangka Berfikir**

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut sugiyono, kerangka berpikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari beberapa teori yang dideskripsikan.<sup>33</sup> Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa efektivitas konseling sebaya untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dengan menggunakan teknik *shaping*, diharapkan dapat membantu peserta didik untuk menerima dan memahami berbagai informasi berkenaan dengan pengertian, fungsi, dan manfaat penting dalam memiliki komunikasi interpersonal yang baik terhadap diri sendiri dan lingkungan. Berikut ini merupakan kerangka berpikir dalam penelitian:



---

<sup>33</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Alfabeta 2015, h.60

**Gambar 2**  
**Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik *Shaping***  
**Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi interpersonal rendah yang ditemui di lapangan:

- 1) Keterbukaan: peserta didik belum mampu bersikap ramah terhadap orang lain;
- 2) empati: peserta didik belum terlihat menunjukkan kepeduliaannya terhadap orang lain;
- 3) sikap Mendukung: peserta didik masih enggan memberikan penghargaan kepada peserta didik lain yang telah menjadi perwakilan kelompok untuk menstimulasikan kegiatan di depan kelas;
- 4) sikap Positif: peserta didik enggan menghargai pendapat dari peserta didik lain;
- 5) kesetaraan: peserta didik terlihat belum mampu mengkomunikasikan pendapatnya dengan nada yang ramah, masih memilih-milih dalam berteman.

Konseling sebaya dengan teknik *shaping*:

- Konseling sebaya adalah layanan konseling yang membantu peserta didik melalui teman sebayanya.
- Konseling sebaya bertujuan untuk mengubah perilaku maladaptif (komunikasi interpersonal rendah) menjadi tingkah laku adaptif (adanya komunikasi interpersonal yang baik)
- *Shaping* dirancang untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri kearah yang efektif.
- Dengan cara mengatur perilaku siswa agar mampu mengelola perilaku, fikiran, dan perasaan agar diperoleh perilaku komunikasi interpersonal yang baik.
- *Shaping* dilakukan dengan enam tahap: menganalisis ABC, menetapkan targer perilaku, *reinforcement* positif, perencanaan tahapan, perencanaan modifikasi, penetapan waktu pemberian *reinforcement*.

Komunikasi interpersonal yang tinggi antara lain:

- 1) Keterbukaan: peserta didik dapat bersikap ramah kepada orang lain;
- 2) empati: peseta didik terlihat menunjukkan kepedulian terhadap orang lain;
- 3) sikap mendukung: peserta didik memberikan pengahargaan kepada peserta didik lain yang telah menjadi perwakilan kelompok untuk mensimulasikan kegiatan di depan kelas;
- 4) sikap positif: peserta didik menghargai pendapat yang berbeda dari peserta didik lain lain;
- 5) kesetaraan: peserta didik mampu mengkomunikasikan pendapatnya dengan nada yang ramah.



## E. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.<sup>34</sup> Berdasarkan pengertian tersebut hipotesis adalah jawaban sementara yang kebenarannya masih harus dibuktikan/diuji kebenarannya.

1. Ho : layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* tidak efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI di SMA Tamansiswa Teluk Betung.
2. Ha : layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI di SMA Tamansiswa Teluk Betung.
3. Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_1 \neq \mu_0$$

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$



---

<sup>34</sup> *Ibid*, h.64

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Bab ini membahas tentang hal-hal yang berkaitan dengan perencanaan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi. Pokok bahasan bab ini adalah pendekatan dan metode penelitian, subjek dan lokasi penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, pengembangan instrumen penelitian, tahap-tahap penelitian dan teknik data.

#### **A. Pendekatan dan Desain Penelitian**

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu suatu jenis penelitian ilmiah di mana peneliti memutuskan apa yang akan diteliti dengan cara mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang spesifik atau sempit, mengumpulkan data yang dikuantifikasikan, menganalisis angka-angka tersebut dengan menggunakan statistik dan melakukan penelitian dalam suatu cara yang objektif.

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen quasi. Penelitian eksperimen quasi yaitu rancangan penelitian eksperimen tapi tidak dapat berfungsi untuk mengontrol atau mengendalikan variabel-variabel luar yang dapat mempengaruhi eksperimen. Pada eksperimen quasi tidak dilakukan dengan teknik random.<sup>35</sup>

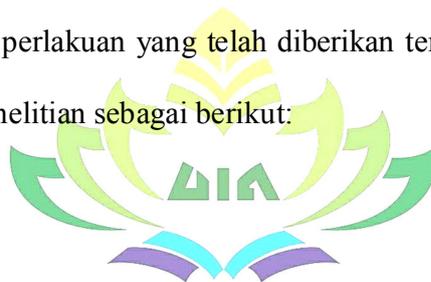
---

<sup>35</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*. Bandung, Alfabeta., 2014, h.114

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Nonequivalent Control Group Design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama diberikan perlakuan (*treatment*).<sup>36</sup>

Desain eksperimen ini digunakan karena pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan layanan konseling sebaya dengan teknik *shaping* dan kelompok kontrol sebagai pembanding diberikan layanan konseling sebaya dengan teknik diskusi. Pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan.

Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan layanan konseling sebaya dengan teknik *shaping* dan pada kelompok kontrol diberikan layanan konseling sebaya dengan teknik diskusi. Selanjutnya akan dilakukan kembali pengukuran (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subjek yang diteliti. Adapun skema desain penelitian sebagai berikut:



---

<sup>36</sup> Johan Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2013, h.242

**Tabel 2**  
**Desain Penelitian**  
*(Quasi-Eksperiment Pretest and Posttest Control Group Design)*



Control Group	<i>Pretest</i>	Eksperimental Treatment (Layanan Konseling Sebaya dengan Teknik Diskusi)	<i>Posttest</i>
Eksperimental Group	<i>Pretest</i>	Eksperimental Treatment (Layanan Konseling Sebaya dengan Teknik <i>Shapping</i> )	<i>Posttest</i>

Keterangan:

Control Group = Kelompok Kontrol

Eksperimental Graoup = Kelompok Eksperimen

Eksperimental Treatment = Pemberian Perlakuan

Eksperimental Treatment = Pemberian Perlakuan.

## **B. Lokasi, Populasi Dan Sampel Penelitian**

### 1) Lokasi penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMA Tamansiswa Teluk Betung yang beralamat di Jalan. WR. Supratman No. 74 Teluk Betung. Hasil studi pendahuluan terhadap peserta didik di SMA Tamansiswa Teluk Betung menunjukkan adanya

peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah bahkan sangat rendah.

## 2) Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas sampel yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>37</sup> Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IPS yang dulunya kelas X3. Berikut ini pengelompokkannya:

**Tabel 3**  
**Populasi Penelitian**

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	XI IPS	22
	Jumlah	22

---

<sup>37</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung, Alfabeta, 2015, h.80

### 3) Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>38</sup> Penarikan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik skala komunikasi interpersonal yaitu teknik penentuan sampel dengan karakteristik tertentu. Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung yang teridentifikasi memiliki karakteristik kemampuan komunikasi interpersonal sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Adapun langkah-langkah untuk menentukan sampel dalam penelitian ini, yaitu memberikan *pretest* kepada peserta didik kelas XI yang bertujuan untuk mengetahui peserta didik manakah yang memiliki karakteristik kemampuan komunikasi interpersonal tersebut.

Peneliti menjadikan 22 peserta didik kelas XI IPS yang sebelumnya kelas X3, sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan beberapa pertimbangan, diantaranya selain rekomendasi dari guru BK, observasi peneliti pada saat PPL, penyebaran angket/kuesioner, mayoritas peserta didik di kelas tersebut memiliki skor komunikasi interpersonal yang rendah. Peserta didik kelas XI dan juga antusias dalam menyambut peneliti, dan bersedia (terbuka), yang tentunya hal ini sangat membantu kelancaran proses penelitian dan pencapaian tujuan penelitian yaitu efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

---

<sup>38</sup> Ibid, h. 81

**Tabel 4**  
**Sampel Penelitian**

No	Jenis Kelamin	Kelas	Jumlah Peserta Didik	Keterangan
1.	Laki-laki	XI IPS	4	Kelompok Eksperimen
2.	Perempuan	XI IPS	7	
3.	Laki-laki	XI IPS	7	Kelompok Kontrol
4.	Perempuan	XI IPS	4	
<b>Jumlah</b>			<b>22</b>	

### C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

#### 1. Variabel Penelitian

Variabel pada dasarnya adalah segala sesuatu yang membentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut yang kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini akan dilaksanakan pada dua variabel yaitu:

- a. Variabel *independen* atau bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya variabel terikat. Dalam penelitian ini variabel bebasnya konseling sebaya dengan teknik *shapping*.
- b. Variabel *dependen* atau terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya komunikasi interpersonal.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

##### 1. Sejarah Singkat Berdirinya SMA Tamansiswa Teluk Betung

Perguruan Tamansiswa Teluk Betung terletak di Jalan W.R. Supratman 74 Teluk Betung Bandar Lampung, mulai melaksanakan kegiatan belajar mengajar sejak tahun 1932. Lokasi belajar siswa di Kampung Gedong Pakuon, menggunakan rumah adat Lampung berupa rumah panggung milik Bapak Hamzah dengan cara sewa. Tokoh masyarakat dan penyokong Tamansiswa Teluk Betung, antara lain Ki. Muhammad, tinggal di Kampung Talang pekerjaannya adalah Kepala Rumah Obat Dr. Kajat, Ki. Sanu yang tinggal di Kampung Kupang Kota dan Ki. Hamzah yang tinggal di Kampung Gedong Pakuon. Tahun 1932–1934 status Tamansiswa Teluk Betung adalah Anak Cabang Tamansiswa Tanjung Karang, seperti halnya Tamansiswa Talang Padang. Jumlah Pamong ada dua orang yaitu :

1. Ki. Derwanto, berasal dari Jawa Tengah
2. Ki. Rustam Pesawik, seorang pemuda Lampung asli berasal dari Bunga Mayang Lampung Utara

Sebelum Tahun Ajaran baru tahun 1934, bertambah pamong satu orang dari perwakilan Majelis Luhur Jakarta, seorang pemuda Aceh yang lahir di Panteraja bernama Ki. Ismaill. Beliau terkenal dengan panggilan Ismaill dobel

el. Beliau meninggal lebih kurang seminggu sebelum Konferensi Nasional Tamansiswa 1994 dan dimakamkan di Taman Wijaya Brata Yogyakarta. Pada awal tahun ajaran baru tahun 1934 status Tamansiswa Teluk Betung ditingkatkan, dari Anak Cabang menjadi Cabang. Berdasarkan keterangan itu maka ditetapkan tanggal berdirinya Tamansiswa Teluk Betung adalah tanggal 01 Agustus 1934. Sebagai Ketua Perguruan ditetapkan Ki. Ismail. Pamong Tamansiswa Teluk Betung:

1. Ki Ismail : Tahun 1934 – 1950
2. Ki Slamet Jaya Saputra : Tahun 1950 – 1971
3. Ki A.R. Parwoto : Tahun 1971 – 1977
4. Ki Rustam Pesawik : Tahun 1977 – 1979
5. Ki Sarjuni Raharjo : Tahun 1979 – 1983
6. Ki Hi. Wiyono : Tahun 1983 – 03 Juni 2017

## **2. Visi dan Misi Sekolah**

### a. Visi

Menghasilkan peserta didik yang unggul dalam mutu. Memiliki pengetahuan yang luas, berwawasan serta penguasaan teknologi informasi dan komunikasi yang tinggi dengan dilandasi iman dan taqwa.

### b. Misi

1. Membentuk peserta yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta berakhlak dan berbudi pekerti luhur.

2. Meningkatkan prestasi akademik dan bimbingan secara berkelanjutan.
3. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif sehingga setiap siswa berkembang secara optimal, sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
4. Menumbuhkan dan mendorong keunggulan dalam penerapan ilmu pengetahuan teknologi dan seni.
5. Mewujudkan sekolah yang berwawasan lingkungan.
6. Meningkatkan prestasi pada bidang ekstra kurikuler.
7. Menumbuhkan dan meningkatkan minat baca siswa.
8. Meningkatkan kemampuan ber-Bahasa Inggris.
9. Meningkatkan wawasan pengetahuan serta penguasaan teknologi informasi.

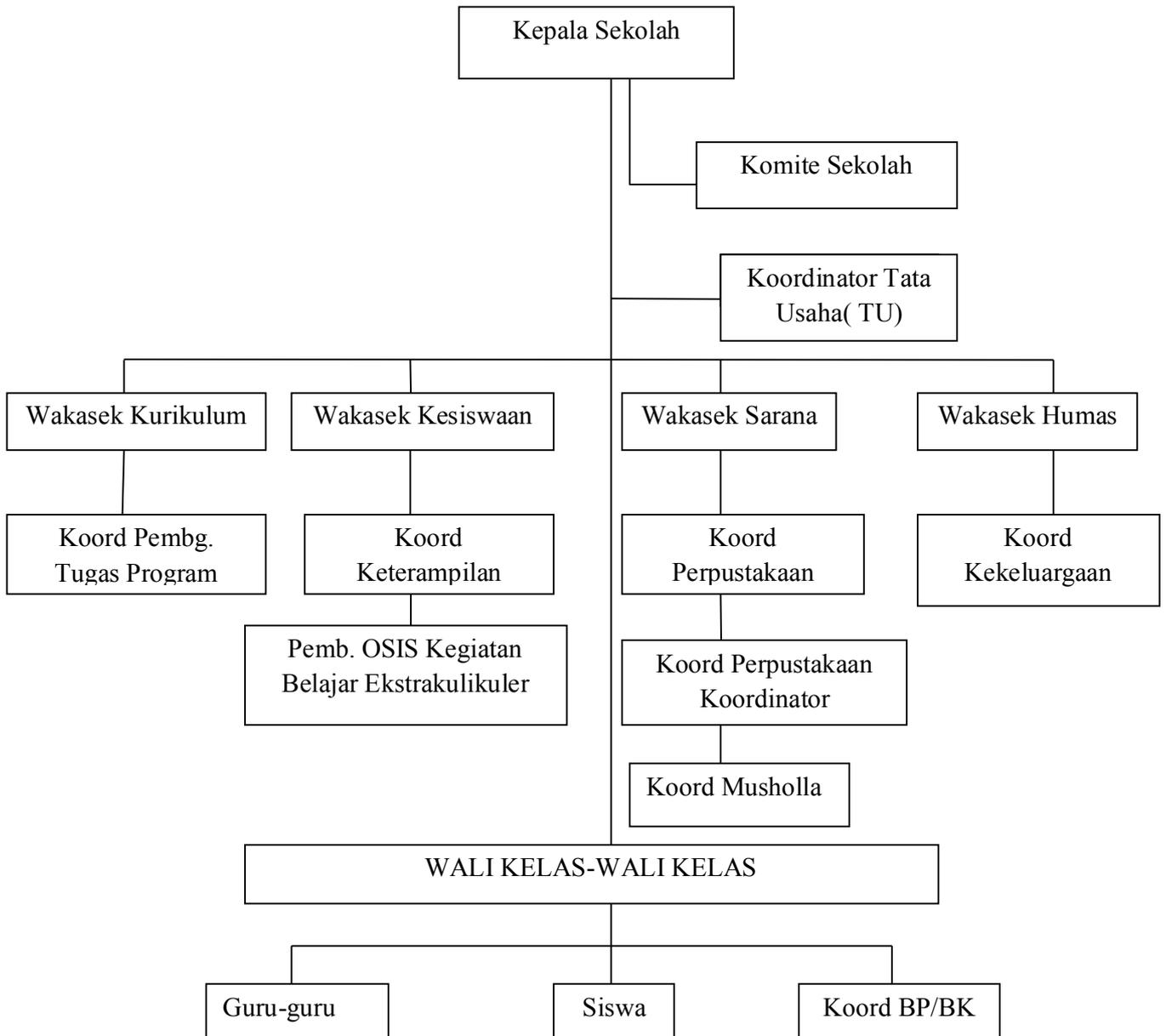
### **3. Tujuan Sekolah**

Secara umum tujuan Taman Madya (SMA) Tamansiswa Teluk Betung sebagai salah satu sekolah jenjang pendidikan menengah adalah meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, serta keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut.

#### **4. Sarana dan Prasarana Sekolah**

- a. Ruang kelas
- b. Ruang kepala sekolah
- c. Ruang guru
- d. Ruang TU
- e. Ruang perpustakaan
- f. Ruang laboratorium, biologi, kimia, dan fisika.
- g. Ruang konseling
- h. Ruang olahraga

## 5. Struktur organisasi



## **B. Hasil Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di SMA Tamansiswa Teluk Betung tahun pelajaran 2017/2018 pada bulan Juli sampai dengan bulan Agustus 2017. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai gambaran komunikasi interpersonal peserta didik dan sekaligus sebagai dasar penyesuaian isi layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* terhadap komunikasi interpersonal peserta didik. Hasil penyebaran instrumen dijadikan analisis awal untuk perumusan layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* terhadap peserta didik yang kemudian diuji cobakan guna memperoleh keefektifan.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI IPS SMA Tamansiswa Teluk Betung yang berjumlah 30 peserta didik. Sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal rendah dan sangat rendah. Dalam sampel tersebut dibagi menjadi dua kelompok yaitu 11 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan 11 peserta didik sebagai kelompok kontrol.

### **1. Gambaran Umum Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik SMA Tamansiswa Teluk Betung. Keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah sangat berpengaruh dalam kegiatan belajar peserta didik dalam berinteraksi terutama pada lingkungan sekolah. Peneliti dalam menangani permasalahan yang terjadi menggunakan teknik *shapping*. Dalam pelaksanaan

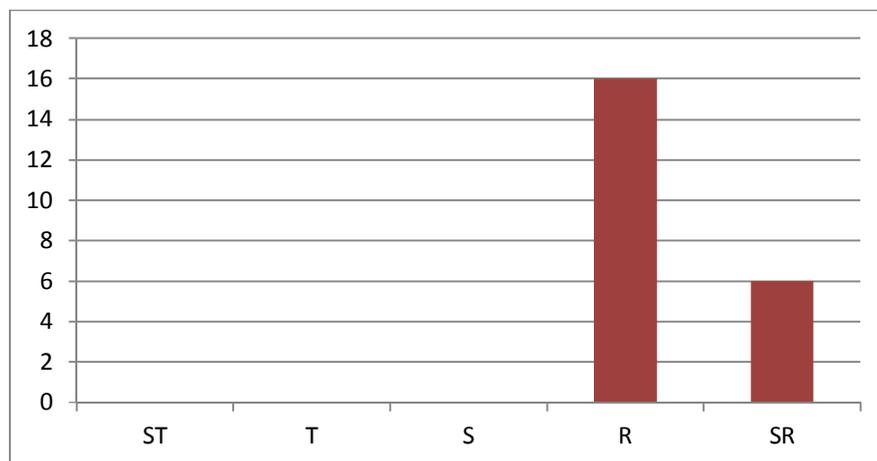
teknik *shapping* peneliti menggunakan sampel peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol kelas.

Sebelum memberikan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peneliti terlebih dahulu menentukan peserta didik yang akan menjadi subjek dalam penelitian berdasarkan pra penelitian dan rekomendasi guru BK. Kemudian melakukan penyebaran instrumen penelitian komunikasi interpersonal terhadap peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung tahun pelajaran 2017/2018, diperoleh persentase komunikasi interpersonal peserta didik yang selanjutnya dikategorikan dalam lima kategori sebagaimana yang terdapat pada Tabel 13 sebagaiberikut:

**Tabel 13**  
**Kategori Penilaian Gambaran Umum Komunikasi Interpersonal**  
**Peserta Didik Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung**

No	Kategori	Interval	$\Sigma$	Pesentase
1.	Sangat Tinggi	169-200	0	0%
2.	Tinggi	137-168	0	0%
3.	Sedang	105-136	0	0%
4.	Rendah	73-104	16	72.7%
5.	Sangat Rendah	40-72	6	27.27%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 13 peneliti mengambil sampel yaitu 22 (dua puluh dua) peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal dengan kriteria rendah dan sangat rendah. Peserta didik dengan skor dibawah  $\leq 104$  dikategorikan memiliki komunikasi interpersonal rendah, sedangkan peserta didik yang memiliki skor  $\geq 104$  komunikasi interpersonal baik. Sehingga dapat digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 3**  
**Hasil *Pretest* Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung**

Berdasarkan gambar 3 komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung cenderung rendah sehingga peneliti akan memberikan layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk membantu meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung.

Selanjutnya gambaran komunikasi interpersonal dapat dilihat dari setiap indikator yaitu: 1) keterbukaan; 2) Empati; 3) sikap mendukung; 4) sikap positif; 5) kesetaraan. Hasil *pretest* kelima indikator komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung dideskripsikan sebagai berikut:

**a. Gambaran Indikator Keterbukaan**

Berdasarkan hasil *pretest* menunjukan gambaran keterbukaan peserta didik pada kategori sangat tinggi ada sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori tinggi sebanyak peserta didik 0 (0%); pada kategori sedang sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori rendah sebanyak 17 peserta didik (77.27%); dan pada kategori sangat rendah terdapat 5 peserta didik (22.7%).

**Tabel 14**  
**Gambaran Indikator Keterbukaan**

No	Kategori	Interval	$\Sigma$	Pesentase
1.	Sangat Tinggi	43-50	0	0%
2.	Tinggi	35-42	0	0%
3.	Sedang	27-34	0	10%
4.	Rendah	19-26	17	77.27%
5.	Sangat Rendah	10-18	5	22.7%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 14 terdapat beberapa peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah hal ini dapat ditandai dengan hasil observasi peneliti melihat peserta didik kurang mampu berkomunikasi secara efektif, kurang mampu menunjukkan keterbukaan terhadap lawan berkomunikasi, tidak menganggap serius pesan yang disampaikan komunikan.

#### **b. Gambaran Indikator Empati**

Berdasarkan hasil *pretest* menunjukkan gambaran empati peserta didik pada kategori sangat tinggi ada sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori tinggi sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori sedang sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori rendah sebanyak 16 peserta didik (72.7%); dan pada kategori sangat rendah terdapat 6 peserta didik (27.27%).

**Tabel 15**  
**Gambaran Indikator Empati**

No	Kategori	Interval	$\Sigma$	Pesentase
1.	Sangat Tinggi	43-50	0	0%
2.	Tinggi	35-42	0	0%
3.	Sedang	27-34	0	0%
4.	Rendah	19-26	16	72.7%
5.	Sangat Rendah	10-18	6	27.27%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 15 terdapat beberapa peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah hal ini dapat ditandai dengan hasil observasi peneliti melihat peserta didik kurang mampu berkomunikasi secara efektif, kurang mampu menunjukkan tanggapan positif terhadap lawan berkomunikasi, bersikap cuek, acuh tak acuh dan tidak peduli terhadap sesama teman.

### c. Gambaran Indikator Sikap Mendukung

Berdasarkan hasil *pretest* menunjukkan gambaran sikap mendukung peserta didik pada kategori sangat tinggi ada sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori tinggi sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori sedang sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori rendah sebanyak 19 peserta didik (86.36%); dan pada kategori sangat rendah terdapat 3 peserta didik (13.6%).

**Tabel 16**  
**Gambaran Indikator Sikap Mendukung**

No	Kategori	Interval	$\Sigma$	Pesentase
1.	Sangat Tinggi	43-50	0	0%
2.	Tinggi	35-42	0	0%
3.	Sedang	27-34	0	0%
4.	Rendah	19-26	19	86.36%
5.	Sangat Rendah	10-18	3	13.6%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 16 terdapat beberapa peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah hal ini dapat ditandai dengan hasil observasi peneliti melihat peserta didik kurang mampu berkomunikasi secara efektif, kurang mampu menunjukkan tanggapan positif terhadap lawan berkomunikasi, enggan memberikan penghargaan kepada peserta didik lain yang telah menjadi perwakilan kelompok untuk menstimulasikan kegiatan di depan kelas, bersikap cuek (masa bodo).

#### **d. Gambaran Sikap Positif**

Berdasarkan hasil *pretest* menunjukkan gambaran sikap positif peserta didik pada kategori sangat tinggi ada sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori tinggi sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori sedang sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori rendah sebanyak 17 peserta didik (77.27%); dan pada kategori sangat rendah terdapat 5 peserta didik (22.7%). Dapat dilihat pada tabel 17

**Tabel 17**  
**Gambaran Indikator Sikap Positif**

No	Kategori	Interval	$\Sigma$	Pesentase
1.	Sangat Tinggi	43-50	0	0%
2.	Tinggi	35-42	0	0%
3.	Sedang	27-34	0	0%
4.	Rendah	19-26	17	77.27%
5.	Sangat Rendah	10-18	5	22.7%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 17 terdapat beberapa peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah hal ini dapat ditandai dengan hasil observasi peneliti melihat peserta didik kurang mampu berkomunikasi secara efektif, kurang mampu menunjukkan tanggapan positif terhadap lawan berkomunikasi, enggan untuk menghargai orang lain, selalu berprasangka tidak baik terhadap orang lain.

#### e. Gambaran Indikator Kesetaraan

Berdasarkan hasil pretest menunjukkan gambaran sikap positif peserta didik pada kategori sangat tinggi ada sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori tinggi sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori sedang sebanyak 0 peserta didik (0%); pada kategori rendah sebanyak 18 peserta didik (81.8%); dan pada katekgori sangat rendah terdapat 4 peserta didik (18.18%).

**Tabel 18**  
**Gambaran Indikator Kesetaraan**

No	Kategori	Interval	$\Sigma$	Pesentase
1.	Sangat Tinggi	43-50	0	0%
2.	Tinggi	35-42	0	0%
3.	Sedang	27-34	0	0%
4.	Rendah	19-26	18	81.8%
5.	Sangat Rendah	10-18	4	18.18%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 18 terdapat beberapa peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah hal ini dapat ditandai dengan hasil observasi peneliti melihat peserta didik kurang mampu berkomunikasi secara efektif, kurang mampu menunjukkan tanggapan positif terhadap lawan berkomunikasi, membedakan teman dan memilih-milih dalam berteman.

Selanjutnya adalah peserta didik dipanggil dan berkumpul dalam ruang bimbingan dan konseling sekolah yang telah disepakati sebelumnya, yaitu 22 peserta didik tersebut yang nantinya akan diberikan perlakuan dengan menggunakan layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk kelas eksperimen (11 peserta didik) dan layanan konseling sebaya dengan teknik diskusi untuk kelompok kontrol (11 peserta didik) yang bertujuan untuk meningkatkan komunikasi nterpersonal peserta didik.

## **2. Deskripsi Data**

### **a. Hasil *Pretest* Komunikasi Interpersonal Pada Peserta Didik**

*Pretest* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran awal kondisi komunikasi interpersonal peserta didik sebelum diberi perlakuan. *Pretest* diberikan kepada sampel penelitian yaitu 22 peserta didik kelas XI IPS di SMA Tamansiswa Teluk Betung. Berdasarkan hasil *pretest* peserta didik dengan berbagai kategori terdapat pada tabel:

**Tabel 19**  
**Hasil *Pretest* Kelompok Eksperimen Peserta Didik**  
**Kelas XI IPS**

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kategori
1	SF	75	Rendah
2	AH	80	Rendah
3	WN	85	Rendah
4	ED	70	Sangat Rendah
5	SN	72	Sangat Rendah
6	PLA	90	Rendah
7	I WYI	95	Rendah
8	MR	88	Rendah
9	WF	98	Rendah
10	AD	91	Rendah
11	FY	89	Rendah
N 11		$\Sigma$ 933	
Mean/rata-rata		84.18	

Berdasarkan tabel 19 dapat diketahui bahwa ada 11(sebelas) peserta didik yang memiliki kategori rendah, dan sangat rendah dalam komunikasi interpersonal, yaitu terdapat 9 peserta didik dengan kategori rendah, dan 2 peserta didik dengan kategori sangat rendah, adapun skor rata-rata yakni 84.18. Kemudian peneliti memberikan *treatment* (perlakuan) layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal. Sedangkan untuk hasil *pretest* kelompok kontrol kelas XI IPS SMA Tamansiswa Teluk Betung dipaparkan pada tabel 20:

**Tabel 20**  
**Hasil *Pretest* Kelompok Kontrol Peserta Didik**  
**Kelas XI IPS**

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kategori
1	SA	73	Rendah
2	EA	77	Rendah
3	EF	80	Rendah
4	MS	67	Sangat Rendah
5	NA	70	Sangat Rendah
6	LD	85	Rendah
7	RO	90	Rendah
8	SF	86	Rendah
9	NVR	95	Rendah
10	RR	88	Rendah
11	AM	87	Rendah
N 11		$\Sigma$ 898	
Mean/rata-rata		81.63	

Berdasarkan tabel 20 dapat diketahui bahwa ada 11 (sebelas) peserta didik yang memiliki kategori rendah dan sangat rendah dalam komunikasi interpersonal, yaitu terdapat 9 peserta didik dengan kategori rendah, 2 peserta didik dengan kategori sangat rendah, adapun skor rata-rata yakni 81.63. Kemudian peneliti memberikan *treatment* (perlakuan) layanan konseling sebaya dengan teknik diskusi untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

**b. Hasil *Posttest* Komunikasi Interpersonal Pada Peserta Didik**

Untuk melihat perubahan pada peserta didik terkait layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal. Berdasarkan hasil *posttest* kelompok eksperimen pada tabel 21 sebagai berikut:

**Tabel 21**  
**Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen Peserta Didik**  
**Kelas XI IPS**

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Kategori
1	SF	136	Sedang
2	AH	160	Tinggi
3	WN	168	Tinggi
4	ED	155	Tinggi
5	SN	165	Sedang
6	PLA	168	Tinggi
7	I WYI	170	Sangat Tinggi
8	MR	167	Tinggi
9	WF	172	Sangat Tinggi
10	AD	164	Tinggi
11	FY	157	Tinggi
N 11		$\Sigma$ 1782	
Mean/rata-rata		162	

Berdasarkan tabel 21 dapat diketahui bahwa ada 11 (sebelas) peserta didik yang telah di berikan perlakuan teknik *shapping* mengalami perubahan. Hasil dapat diamati dari kategori memiliki kategori tinggi dan sangat tinggi dalam komunikasi interpersonal, yaitu terdapat 1 konseli berkategori sedang, 8 konseli dengan kategori tinggi dan 2 konseli dengan kategori sangat tinggi. Hasil nilai rata-rata *posttest* kelas eksperimen 162.

Sedangkan untuk melihat perubahan komunikasi interpersonal berdasarkan hasil *posttest* kelompok kontrol pada tabel 22 sebagai berikut:

**Tabel 22**  
**Hasil *Posttest* Kelompok Kontrol Peserta Didik**  
**Kelas XI IPS**

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Kategori
1	SA	128	Sedang
2	EA	140	Tinggi
3	EF	148	Tinggi
4	MS	135	Sedang
5	NA	145	Tinggi
6	LD	148	Tinggi
7	RO	150	Tinggi
8	SF	147	Tinggi
9	NVR	152	Tinggi
10	RR	144	Tinggi
11	AM	137	Tinggi
N 11		$\Sigma$ 1576	
Mean/rata-rata		143.09	

Berdasarkan tabel 22 dapat diketahui bahwa ada 11 (sebelas) peserta didik yang telah di berikan perlakuan konseling sebaya dengan teknik diskusi mengalami perubahan. Hasil dapat diamati dari kategori memiliki kategori sedang, dan tinggi dalam komunikasi interpersonal, yaitu terdapat 2 konseli dengan kategori sedang, 9 konseli dengan kategori tinggi. Hasil nilai rata-rata *posttest* kelas kontrol 143.09.

### **3. Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal**

Pelaksanaan kegiatan layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik dilaksanakan selama 2 kali dalam seminggu. Sebelum memulai sesi konseling dengan menggunakan teknik *shapping*, peneliti bersama peserta didik melakukan kontrak/komitmen kelompok

guna menjalin komitmen untuk melaksanakan pertemuan-pertemuan konseling, kontrak juga dilaksanakan dalam rangka membangun *rapport* dengan seluruh peserta didik yang menjadi subjek penelitian.

Kontrak/komitmen kelompok dimulai dengan mengumpulkan peserta didik-peserta didik yang termasuk pada kategori komunikasi interpersonal rendah dan sangat rendah. Konselor (peneliti) mengemukakan deskripsi program konseling yang meliputi: tujuan konseling, proses konseling dan sasaran konseling. Peserta didik berjumlah 11 baik itu kelas eksperimen maupun kelas kontrol menyatakan kesediaannya untuk mengikuti program konseling. Kesiapan peserta didik untuk mengikuti program konseling dinyatakan dengan mengisi formulir kontrak/komitmen kelompok.

Adapun deskripsi proses pelaksanaan kegiatan konseling melalui teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung tahun pelajaran 2017/2018, yaitu sebagai berikut.

### **1) Langkah Pertama**

Berdasarkan hasil penyebaran angket komunikasi interpersonal peserta didik pada 30 peserta didik terdapat 2 peserta didik yang berada pada kategori sangat tinggi, 3 peserta didik yang berada pada kategori tinggi, 3 peserta didik yang berada pada kategori sedang, 16 peserta didik yang berada pada kategori rendah dan 6 peserta didik yang berada pada kategori sangat rendah. *Pretest* diberikan

pada hari Selasa, 01 Agustus 2017 pada tahap ini bertujuan untuk membina hubungan dengan peserta didik, memperkenalkan tujuan dan garis besar tahap konseling sebaya pada peserta didik serta mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan berupa konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung.

Dengan memberikan penjelasan secara singkat mengenai tujuan kegiatan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dan petunjuk pengisian instrumen komunikasi interpersonal, peserta didik dapat memahami. Hasil dari *Pretest* kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkatan komunikasi interpersonal. Hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran awal komunikasi interpersonal peserta didik. Gambaran tersebut, digunakan untuk menentukan sampel penelitian yaitu peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal rendah. Hasil pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar hal ini dapat dilihat dari seluruh peserta didik yang bersedia memberikan informasi terkait komunikasi interpersonal peserta didik dalam item instrumen yang dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan *pretest* dilaksanakan selama 45 menit.

## **2) Langkah Kedua**

Setelah menganalisis data *pretest* peserta didik, peneliti selanjutnya membuat 2 kelompok yaitu 11 peserta didik pada kelompok eksperimen dan 11 peserta didik pada kelompok kontrol. Kelompok eksperimen merupakan kelompok

yang akan diberikan perlakuan konseling sebaya dengan teknik *shapping* sedangkan kelompok kontrol tetap diberikan perlakuan konseling sebaya dengan teknik diskusi. Pelaksanaan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dilaksanakan dari tanggal 28 Juli - 28 Agustus 2017 dengan topik pembahasan yang berbeda pada tiap pertemuannya.

Dalam langkah ini peneliti menjelaskan dan memaparkan kegiatan konseling sebaya dengan teknik *shapping* melalui dinamika kelompok yang akan dilakukan serta membantu peserta didik agar dapat mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan komunikasi interpersonal. Adapun tahap-tahap pada langkah ini yaitu:

**a) Tahap Pembentukan**

- (1) konselor sebaya menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih;
- (2) konselor sebaya menjelaskan asas-asas kegiatan konseling sebaya dengan teknik *shapping* melalui dinamika kelompok seperti asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asas kerahasiaan, dan asas kenormatifan;
- (3) konselor sebaya mengadakan perkenalan, setiap anggota kelompok memperkenalkan dirinya dihadapan anggota lain (meskipun sudah saling mengenal). Pimpinan kelompok/konselor sebaya mengawali perkenalan dengan menyebutkan nama dan identitas lainnya kemudian dilanjutkan oleh peserta lain;
- (4) konselor sebaya menjelaskan mengenai topik yang akan dibahas, adapun topik yang dibahas meliputi: 1) apa itu bimbingan dan konseling?

memahami asas-asas bimbingan konseling, serta memahami komunikasi interpersonal sebagai sebuah pilihan (bertanya dan mengungkapkan pendapat). Diharapkan semua anggota kelompok mengungkapkan masalah-masalah terkait topik permasalahan yang dibahas.

Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan tahap ini secara umum berjalan dengan lancar, hal ini terlihat dari antusias peserta didik yang dapat memahami maksud dari kegiatan dan tujuan konseling sebaya dengan teknik *shapping* melalui dinamika kelompok, namun pada awal tahapan masih terdapat peserta didik yang malu-malu dan belum berani mengungkapkan permasalahannya terkait komunikasi interpersonal, tetapi setelah peneliti menunjukkan penerimaan yang hangat berupa motivasi dan penjelasan mengenai manfaat setelah melakukan kegiatan konseling sebaya dengan teknik *shapping* melalui dinamika kelompok sebagian besar peserta didik mulai dapat terbuka dan menganggap kegiatan ini sebagai kegiatan yang berarti untuk meningkatkan pemahaman tentang bimbingan konseling dan mengenai komunikasi interpersonal peserta didik.

#### **b) Tahap Peralihan**

Dalam tahap ini konselor sebaya menanyakan kembali kepada seluruh anggota kelompok apakah anggota kelompok telah memahami dengan baik mengenai kegiatan konseling sebaya ini. Pada tahap ini konselor sebaya menjelaskan peranan para anggota kelompok dalam kelompok tugas, kemudian

konselor sebaya menanyakan apakah para anggota sudah siap untuk memulai kegiatan pada tahap berikutnya.

### **c) Tahap Kegiatan**

Pada tahap ini konselor sebaya memulai kegiatan dengan menanyakan kepada anggota kelompok tentang topik yang akan dibahas secara bergantian dengan sukarela. Selanjutnya konselor sebaya memberikan kesempatan peserta didik untuk mengutarakan masalahnya. Setelah mengutarakan permasalahan masing-masing maka permasalahan tersebutlah yang kemudian dimasukkan kedalam daftar pembahasan dan pemberian treatment. Dan pembahasan setiap pertemuan sesuai dengan topik yang telah disiapkan peneliti dan permasalahan yang dihadapi peserta didik dan anggota kelompok diharapkan untuk dapat berperan aktif dalam proses konseling.

Adapun materi pelaksanaan konseling sebaya dengan teknik *shapping* adalah sebagai berikut: (1) *treatment* sesi pertama membahas tentang membina hubungan baik dengan teman/orang lain pada; (2) *treatment* sesi kedua membahas tentang menempatkan diri pada situasi dan kondisi; (3) *treatment* sesi ketiga membahas tentang menumbuhkan sikap mendukung terhadap sesama teman/orang lain; (4) *treatment* sesi keempat membahas tentang tentang menumbuhkan rasa positif terhadap lawan bicara dan sesama teman/orang lain; (5) *treatment* sesi kelima membahas tentang menumbuhkan sikap kesetaraan terhadap sesama teman/orang lain.

#### **d) Tahap Pengakhiran**

Pada tahap pengakhiran ini konselor sebaya beserta para anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan hasil dari beberapa pertemuan yang sudah dilakukan dan sekaligus pemengemukakan pertemuan yang sudah diakhiri. Adapun hasil kesimpulan dari hasil treatment setiap sesi yaitu untuk dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik yaitu: (a) dapat melatih kemampuan peserta didik berkomunikasi meliputi, menggunakan bahasa tubuh, mengucapkan salam, memperkenalkan diri, menjawab pertanyaan dan bertanya untuk klarifikasi; (b) dapat melatih kemampuan peserta didik menjalin persahabatan meliputi: kemampuan memberikan pujian, meminta dan memberikan pertolongan kepada orang lain; (c) dapat melatih kemampuan peserta didik untuk terlibat dalam aktifitas bersama dengan peserta didik lain diruangan; dan (d) dapat melatih kemampuan peserta didik bersikap terbuka, empati, sikap mendukung, sikap positif, sikap kesetaraan, menumbuhkan hubungan interpersonal dengan lebih baik dan lebih sukarela dalam melakukan sesuatu. Tentunya untuk menjauhkan keyakinan-keyakinan yang irrasional menjadi rasional.

Kemudian konselor sebaya mempersilahkan anggota kelompok untuk dapat mengungkapkan kesan-kesan dari konseling sebaya dengan teknik *shapping*. Adapun kesan-kesan yang mereka rasakan adalah sangat senang dapat merasakan manfaat serta pengetahuan untuk perubahan dirinya kearah yang lebih baik, lebih akrab dengan teman, belajar untuk meningkatkan kemampuan yang ada dalam diri, belajar lebih percaya diri dan tidak minder, dan juga sangat berkesan telah dapat

kesempatan mengikuti sesi konseling layanan bimbingan pribadi-sosial. Meskipun terlihat ditahap awal anggota kelompok canggung dan pemalu, namun pada akhirnya anggota kelompok atau peserta didik dapat memahami, serta sangat antusias dalam kegiatan konseling sebaya berlangsung.

Langkah selanjutnya ialah setelah pemberian perlakuan selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan konseling sebaya dengan teknik *shapping*.

#### **4. Hasil Uji Statistik Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal**

##### **a. Uji validitas**

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesalihan suatu instrumen.<sup>39</sup> Suatu instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Suatu instrumen dikatakan valid bila ia mempunyai validitas tinggi, sebaliknya ia akan dikatakan kurang valid jika validitasnya rendah. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdapat 56 pernyataan sebelum divaliditas dan kemudian divaliditas oleh dua dosen yang ahli validitas hanya terdapat 40 pernyataan yang layak untuk dijadikan sebagai alat ukur. Setelah divaliditas oleh dosen peneliti menguji kevalidan instrumen tersebut kepada 30 peserta didik, 40 pernyataan tersebut valid dan layak dijadikan sebagai alat ukur dalam meneliti komunikasi

---

<sup>39</sup> *Ibid*, h. 121

interpersonal peserta. Sistem perhitungan analisis data instrumen menggunakan manual dan menggunakan bantuan program *SPSS for windows release 16*.

### 1) Uji Validitas Manual

Rumus Product Moment:

$$r_{xy} = \frac{N \sum X Y - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$	= angka indeks korelasi “ <i>r</i> ” Product Moment
$N$	= <i>number of Cases</i>
$\sum X Y$	= jumlah perkalian antara skor X dan skor Y
$\sum X$	= jumlah seluruh skor X
$\sum Y$	= jumlah seluruh skor Y

Instrumen dikatakan valid jika nilai “*r*” lebih besar dari 0,3 atau jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Suatu instrumen dikatakan valid apabila pada output *SPSS*  $\geq 0,300$  dapat dilihat pada kolom corrected item-Total correlation.<sup>40</sup> Mencari *r* tabel, dengan melihat tabel *r* pada  $\alpha$  5%, dan  $df = n-k=30-2=28$  maka didapatkan sebagai berikut  $r_{tabel} = 0,361$ , maka  $r_{hitung} 0,499 > r_{tabel} 0,361$  maka valid.

---

<sup>40</sup> Suci Rahma, *Uji Validitas dan Reliabilitas*, Jurnal Mahasiswa Narotama, 2013, h.11 (diakses pada tanggal 20 september 2017 pukul 21.10 WIB).

**Tabel 23**  
**Validitas Manual**

No Responden	X	Y	XY	(X) <sup>2</sup>	(Y) <sup>2</sup>
1	3	122	366	9	14884
2	2	134	268	4	17956
3	3	128	384	9	16384
4	3	130	390	9	16900
5	4	119	476	16	14161
6	2	122	244	4	14884
7	2	123	246	4	15129
8	2	84	168	4	7056
9	1	74	74	1	5476
10	3	60	180	9	3600
11	2	113	226	4	12769
12	3	125	375	9	15625
13	1	63	63	1	3969
14	1	80	80	1	6400
15	2	121	242	4	14641
16	1	74	74	1	5476
17	4	121	484	16	14641
18	1	80	80	1	6400
19	3	125	375	9	15625
20	1	61	61	1	3721
21	1	72	72	1	5184
22	2	70	140	4	4900
23	4	114	456	16	12996
24	1	64	64	1	4096
25	3	134	402	9	17956
26	3	69	207	9	4761
27	3	66	198	9	4356
28	1	115	115	1	13225
29	1	61	61	1	3721
30	3	72	216	9	5184
	66	2896	6787	176	302076
$(\sum X)^2$	4356				

$(\sum Y)^2$	8386816
$N \sum X Y$	203610
$(\sum X)(\sum Y)$	191136
$[N \sum X^2 - (\sum X)^2]$	924
$[N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]$	675464
$[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]$	624128736
$\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}$	24982,569
$N \sum X Y - (\sum X)(\sum Y)$	12474
$rx_y$	0,4993081

$$r_{xy} = \frac{N \sum X Y - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{(30)(6787) - (66)(2896)}{\sqrt{[(30)(176) - (4356)][(30)(302076) - (8386816)]}}$$

$$r_{xy} = \frac{203610 - 191136}{\sqrt{[5280 - 4356][9062280 - 8386816]}}$$

$$r_{xy} = \frac{12474}{\sqrt{[924][675464]}}$$

$$r_{xy} = \frac{12474}{\sqrt{624128736}}$$

$$r_{xy} = \frac{12474}{24982,6} = 0,499$$

## 2) Uji Validitas SPSS 16

**Tabel 24**  
**Validitas SPSS 16**

No	Angket	<i>Correlate</i>	Keterangan	No	Angket	<i>Correlate</i>	Keterangan
1	Butir 1	0.499	Valid	21	Butir 21	0.585	Valid
2	Butir 2	0.524	Valid	22	Butir 22	0.656	Valid
3	Butir 3	0.627	Valid	23	Butir 23	0.640	Valid
4	Butir 4	0.699	Valid	24	Butir 24	0.737	Valid
5	Butir 5	0.761	Valid	25	Butir 25	0.779	Valid
6	Butir 6	0.849	Valid	26	Butir 26	0.690	Valid
7	Butir 7	0.865	Valid	27	Butir 27	0.612	Valid
8	Butir 8	0.807	Valid	28	Butir 28	0.778	Valid
9	Butir 9	0.754	Valid	29	Butir 29	0.660	Valid
10	Butir 10	0.762	Valid	30	Butir 30	0.633	Valid
11	Butir 11	0.649	Valid	31	Butir 31	0.704	Valid
12	Butir 12	0.587	Valid	32	Butir 32	0.491	Valid
13	Butir 13	0.633	Valid	33	Butir 33	0.597	Valid
14	Butir 14	0.583	Valid	34	Butir 34	0.593	Valid
15	Butir 15	0.754	Valid	35	Butir 35	0.699	Valid
16	Butir 16	0.644	Valid	36	Butir 36	0.648	Valid
17	Butir 17	0.581	Valid	37	Butir 37	0.849	Valid
18	Butir 18	0.555	Valid	38	Butir 38	0.865	Valid
19	Butir 19	0.522	Valid	39	Butir 39	0.800	Valid
20	Butir 20	0.501	Valid	40	Butir 40	0.754	Valid

Berdasarkan hasil perhitungan validitas manual diperoleh nilai rhitung > rtabel ( $0,499 > 0,361$ ), dan hasil perhitungan SPSS nilai *correlate*  $\geq 0,300$  dapat dilihat pada tabel 24 validitas SPSS 16 diatas. Maka data dapat dikatakan valid.

### **b. Reliabilitas**

Instrumen yang telah diuji validitasnya kemudian diuji reliabilitasnya. Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut

sudah baik. Tinggi rendahnya reliabilitas, secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut nilai koefisien reliabilitas. Reliabilitas yang tinggi ditunjukkan dengan nilai  $r_{xx}$  mendekati angka 1. Kecepatan secara umum, reliabilitas yang dianggap cukup memuaskan jika  $\geq 0,700$  (pada output SPSS, dapat dilihat pada nilai ALPHA.<sup>41</sup> Pengujian ini akan menggunakan bantuan program SPSS for windows release 16.

### 1) Reliabilitas Manual

$$r_{11} = \left( \frac{K}{K-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan:

- $r_{11}$  = Reliabilitas instrumen
- $k$  = Banyaknya butir pertanyaan
- $\sum \sigma^2$  = Jumlah varians butir
- $\sigma^2 t$  = Varians total.<sup>42</sup>

#### a) Varians Butir Soal 1

$$X_1 = 66$$

$$\sum X_1^2 = 176$$

$$(\sum X)^2 = 4356$$

$$\frac{(\sum X)^2}{N} = \frac{4356}{30} = 145,2$$

---

<sup>41</sup> Toswari, *Validitas dan Reliabilitas*, Jurnal Metodologi Universitas Gundarma, 2009, h.9  
(diakses pada tanggal 20 september 2017 pukul 21.09)

<sup>42</sup> Sugiyono, 2015, Op.Cit, h.185

$$\sigma_1^2 = \frac{\sum X_1^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}}{30} = \frac{176 - 145,2}{30} = 1,026666667$$

b) Varians Butir Soal Keseluruhan No 1-40

$$\begin{aligned} \sigma^2 t &= \frac{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}}{30} \\ &= \frac{301773 - \frac{(8381025)}{30}}{30} \\ &= \frac{301773 - 279367,5}{30} = \frac{22405,5}{30} = 746,833 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} r_{11} &= \left( \frac{K}{K-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma_t^2} \right) \\ &= \left( \frac{40}{39} \right) \left( 1 - \frac{41,02111}{746,833} \right) \\ &= (1,025641) (1 - 0,0549) \\ &= (1,025641) (0,9450) = 0,9693 \end{aligned}$$

## 2) Reliabilitas SPSS 16

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	96.8
	Excluded <sup>a</sup>	1	3.2
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.969	40

Berdasarkan perhitungan reliabilitas manual dan *SPSS* diatas diketahui bahwa hasil dari perhitungan manual perbutir nilai  $r_{xx}$  1,026666667 , perhitungan manula total nilai  $r_{xx}$  0,9693, dan nilai alpha pada *SPSS* 0,969. Maka data tersebut dapat dikatakan reliabel.

### c. Normalitas

Uji normalitas berguna untuk menentukan data yang telah dikumpulkan berddistribusi normal atau diambil dari populasi normal. Metode klasik dalam pengujian normalitas suatu data tidak begitu rumit. Berdasarkan emiris beberapa pakar statistik, data yang banyaknya lebih dari 30 angka ( $n > 30$ ), maka sudah dapat diasumsikan berdistribusi normal.<sup>43</sup>

#### 1) Normalitas dengan Uji Lilifors Manual Berbantuan Ms. Excel

Rumus Manual:

$$z = \frac{x - \bar{x}}{\sigma}$$

$$f(z) = \text{NORMSDIST}(sel)$$

$$s(z) = \frac{fkum}{n}$$

---

<sup>43</sup> Gina Safitri, *Uji Homogenitas dan Normalitas*, Jurnal Metodologi, 2014, h.6 (diakses pada tanggal 19 september 2017 pukul 21.11)

**Tabel 25**  
**Normalitas Posttest Kelompok Eksperimen**

X	F	Z	f(z)	s(z)	f(z)-s(z)
136	1	-2,42375	0,00768	0,090909	0,083229
155	1	-0,61071	0,270696	0,181818	0,088878
157	1	-0,41986	0,337293	0,272727	0,064566
160	1	-0,13359	0,446862	0,363636	0,083226
164	1	0,248101	0,597972	0,454545	0,143426
165	1	0,343524	0,634398	0,545455	0,088943
167	1	0,534371	0,703458	0,636364	0,067094
168	2	0,629794	0,735585	0,818182	0,082596
170	1	0,820641	0,794075	0,909091	0,115016
172	1	1,011488	0,844109	1	0,155891
	11				
Mean	161,4				
Standar deviasi	10,47960983				
Lhitung	0,155891451				
Ltabel	0,249				
Ket	Lhitung<Ltabel	Data Berdistribusi Normal			

Berdasarkan tabel 25 diatas di ketahui bahwa data yang disajikan memenuhi asumsi normalitas. Hal tersebut dilihat dari Lhitung nilainya 0,155891451 dan nilai Ltabel 0,249, maka nilai tersebut dibawah 0.05. Dapat dilihat dengan jelas bahwa data sudah bisa dikatakan normal.

**Tabel 26**  
**Normalitas Posttest Kelompok Kontrol**

X	F	Z	f(z)	s(z)	f(z)-s(z)
128	1	-1,94255	0,026036	0,090909	0,064874
135	1	-1,01119	0,155963	0,1818182	0,025855
137	1	-0,74509	0,22811	0,272727	0,044617
140	1	-0,34593	0,364697	0,363636	0,00106
144	1	0,186272	0,573884	0,4545455	0,119339
145	1	0,319323	0,625259	0,5454545	0,079805
147	1	0,585425	0,720869	0,636364	0,084505
148	2	0,718476	0,763768	0,818182	0,054414
150	1	0,984578	0,837584	0,909091	0,071507
152	1	1,25068	0,894474	1	0,105526
	11				
Mean	142,6				
Standar Deviasi	7,515909				
Lhitung	0,119339				
Ltabel	0,249				
Keterangan	Lhit<Ltab	Data Berdistribusi Normal			

Berdasarkan tabel 26 diatas di ketahui bahwa data yang disajikan memenuhi asumsi normalitas. Hal tersebut dilihat dari Lhitung nilainya 0,119339 dan nilai Ltabel 0,249, maka nilai tersebut dibawah 0.05. Dapat dilihat dengan jelas bahwa data sudah bisa dikatakan normal.

## 2) Uji Normalitas SPSS 16

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Metode	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
HasilBelajar	Eksperimen	.215	11	.167	.817	11	.016
	Kontrol	.186	11	.200*	.926	11	.371

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel *spss* diatas diketahui bahwa nilai Sig eksperimen 0,167 dan nilai Sig kontrol 0.200, maka nilai tersebut dibawah 0,2. Sehingga data tersebut bisa dikatakan normal.

### d. Homogenitas

Pengujian homogenitas dimaksudkan untuk memberikan keyakinan bahwa sekumpulan data yang dimanipulasi dalam serangkaian analisis memang berasal dari dari populasi yang tidak jauh berbeda beragamannya/variannya. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis independent sample t test dan ANOVA. Asumsi yang mendasari dalam analisis varian (ANOVA) adalah bahwa varian dari populasi adalah sama. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data sama/homogen.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Ibid, h.1

### 1) Uji Homogenitas Manual Berbantuan Ms. Excel

Homogenitas Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelas Kontrol	Kelas Eksperimen
128	136
140	155
148	157
135	160
145	164
148	165
150	167
147	168
152	168
144	170
137	172

VARIAN MASING MASING KELOMPOK		
KELOMPOK	N	VAR
X1	11	102,8
X2	11	53,49091

VARIANS GABUNGAN				
KELOMPOK	N	VAR	DK	DK.VAR
X1	11	102,8	10	1028
X2	11	53,49091	10	534,9091
			20	1562,909

VAR GABUNGAN	78,14545
NILAI BARTET	37,85807

CHI KUADRAT

KELOMPOK	N	VAR	DK	DK.VAR	LOGVAR	DK.LOGVAR
X1	11	102,8	10	1028	2,011993	20,11993115
X2	11	53,49091	10	534,9091	1,72828	17,28279979
			20	1562,909		37,40273094

Perolehan Fhitung	2,397895	0,455343				
Fhitung	1,942552					
Ftabel	2,978237	Fhitung < Ftabel (Data Homogen)				

Berdasarkan tabel perhitungan homogen manual kelompok eksperimen dan kontrol diatas diketahui bahwa Fhitung kurang dari Ftabel ( $1,942552 < 2,978237$ ), maka data tersebut dikatakan homogen.

## 2) Uji Homogenitas SPSS 16

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
HasilBelajar	Based on Mean	.353	1	20	.559
	Based on Median	.149	1	20	.704
	Based on Median and with adjusted df	.149	1	16.488	.705
	Based on trimmed mean	.256	1	20	.618

Berdasarkan tabel SPSS homogenitas diatas diketahui bahwa nilai Sig ( $0,559$ )  $\geq \alpha$  ( $0,05$ ), maka varians kedua kelompok homogen.

### e. Uji T Test

Efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* Untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI dapat dilihat dari perbandingan hasil *gain score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dan teknik diskusi untuk kelompok kontrol. Sebelum dilakukan perbandingan *gain score*, terlebih

dahulu dilakukan uji t untuk mengetahui efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

$H_0$  : layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* tidak efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI di SMA Tamansiswa Teluk Betung.

$H_a$  : layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI di SMA Tamansiswa Teluk Betung.

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_a : \mu_1 < \mu_0$$

### 1) Uji T Manual

Uji T dengan Menggunakan *Separated varians* apabila jumlah anggota sampel  $n_1=n_2$  dan varian homogen, maka dapat digunakan rumus test-t baik untuk *Separated varians*. Untuk melihat harga t-tabel digunakan  $dk = n_1 + n_2 - 2$ .

Kelas Kontrol	Kelas Eksperimen
128	136
140	155
148	157
135	160
145	164
148	165
150	167
147	168
152	168
144	170
137	172

Ada pun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan:

$\bar{X}_1$  : nilai rata-rata sampel 1 (kelompok eksperimen)

$\bar{X}_2$  : nilai rata-rata sampel 2 (kelompok kontrol)

$S_1^2$  : varians total kelompok 1 (kelompok eksperimen)

$S_2^2$  : varians total kelompok 2 (kelompok kontrol)

$n_1$  : banyaknya sample kelompok 1 (kelompok eksperimen)

$n_2$  : banyak nya sample kelompok 2 (kelompok kontrol).

Mean		Varian		X1-X2	n1	n2
X1	X2	$S_1^2$	$S_2^2$			
162	143,091	102,8	53,49091	18,90909	11	11

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

$$t = \frac{162 - 143,091}{\sqrt{\frac{102,8}{11} + \frac{53,49091}{11}}}$$

$$t = \frac{18,90909}{\sqrt{9,34545 + 4,86281}}$$

$$t = \frac{18,90909}{\sqrt{14,20826}}$$

$$t = \frac{18,909090}{3,76939} = 5,0164$$

Diperoleh kesimpulan t hitung manual 5,0164 yang memiliki nilai yang tidak jauh berbeda/sama dengan menggunakan aplikasi SPSS yakni 5,016 dengan dk = 20 yakni t tabel 2,086 maka t hitung > t tabel sehingga Ho ditolak, dan Ha diterima.

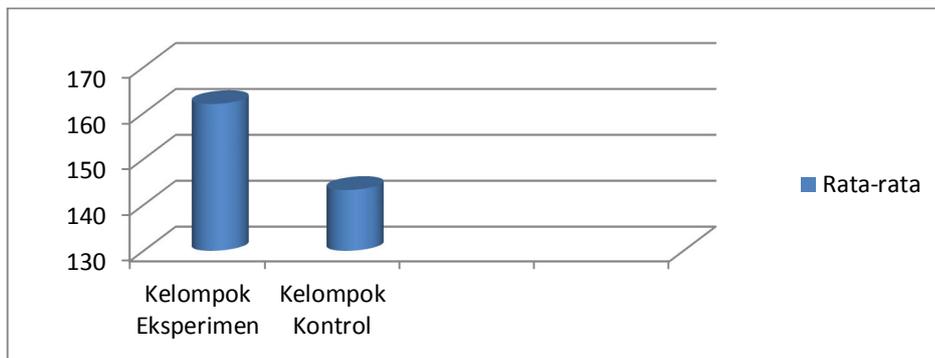
## 2) Uji T SPSS 16

**Tabel 27**  
**Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Secara Keseluruhan**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	162.00	10.139	18.909	5,016	0.559	0.000	Signifikan
Kontrol	143.09	7.314					

Berdasarkan Tabel 23 diperoleh nilai Sig (0,559)  $\geq$   $\alpha$  (0,05), maka varians kedua kelompok homogen, dan berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh  $t_{hitung}$  5,016 pada derajat kebebasan (df) 20 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  0,05 = 2,086 maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  (5,016  $\geq$  2,086), nilai Sig.2 Tailed kurang dari 0.05 (0.000  $\leq$  0,05), sehingga signifikan, ini menunjukkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima, selain itu didapat nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol (162.00  $\geq$  143.09). Jika dilihat dari nilai rata-rata, maka peningkatan komunikasi interpersonal pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding dengan

kelompok kontrol. Gambar 4 menunjukkan rata-rata peningkatan komunikasi interpersonal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 4**  
**Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Secara Keseluruhan**

**a. Uji Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Perindikator**

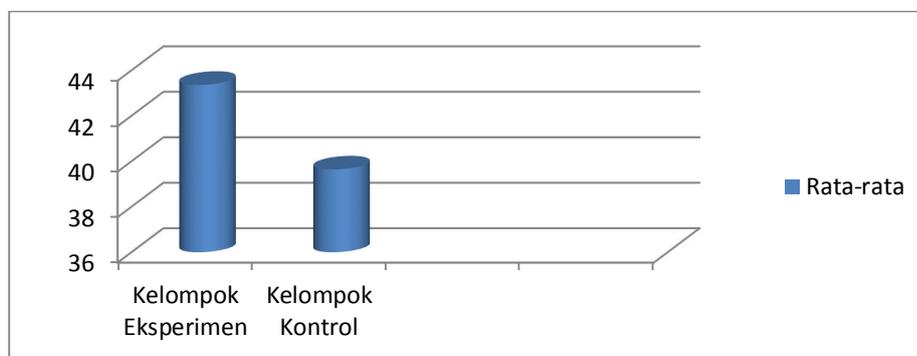
**1) Indikator Keterbukaan**

Hasil uji efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik pada indikator keterbukaan diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 28**  
**Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Keterbukaan**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	43.36	3.749	3.727	2.561	0.742	0.005	Signifikan
Kontrol	39.64	3.042					

Berdasarkan Tabel 24 tampak bahwa pada indikator keterbukaan hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai  $sign\ 2\ Tailed < 0,05$  ( $0,005 \leq 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan indikator keterbukaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan indikator keterbukaan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling sebaya dengan teknik *shapping* pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan keterbukaan peserta didik dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 5 menunjukkan data keterbukaan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 5**  
**Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada indikator keterbukaan**

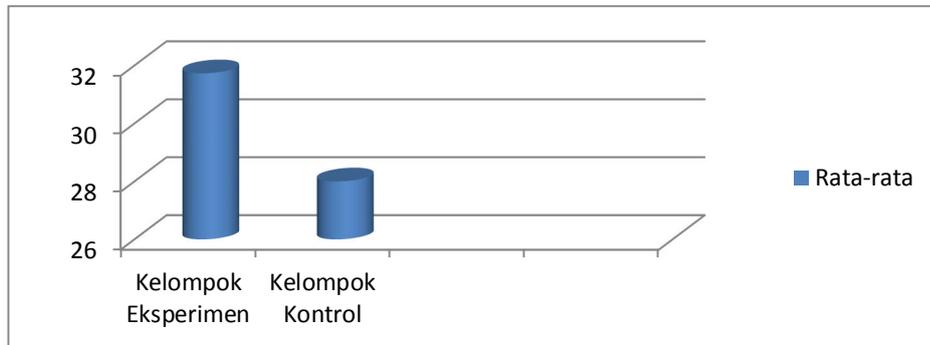
## 2) Indikator Empati

Uji Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Pada Indikator Empati diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 29**  
**Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Empati**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	31.73	3.771	3.727	2.378	0.694	0.004	Signifikan
Kontrol	28.00	3.578					

Berdasarkan Tabel 25, tampak bahwa pada indikator empati, hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai  $\text{sig. 2. Tailed} < 0,05$  ( $0,004 \leq 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan indikator empati peserta didik antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan indikator empati peserta didik pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling sebaya dengan teknik *shapping* pada kelompok eksperimen lebih efektif dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 6 menunjukkan data peningkatan indikator empati peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 6**  
**Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Indikator Empati**

### 3) Indikator Sikap Mendukung

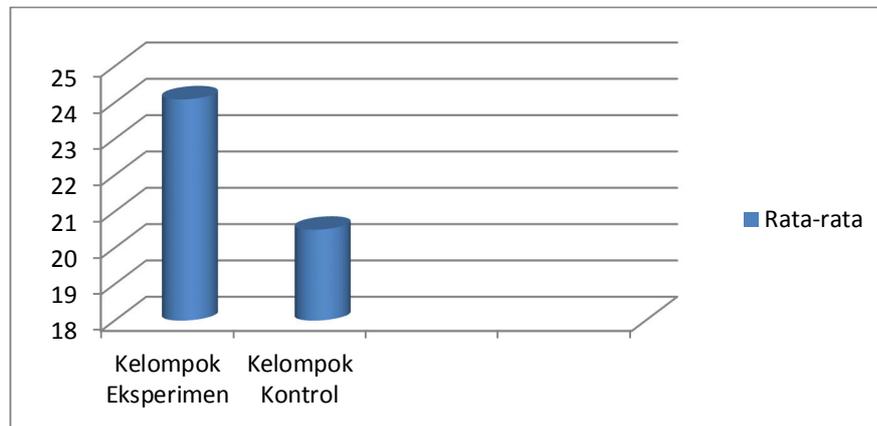
Uji efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik pada indikator sikap mendukung diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 30**  
**Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Sikap Mendukung**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	24.09	3.270	3.591	2.563	0.849	0.005	Signifikan
Kontrol	20.50	3.136					

Berdasarkan Tabel 16 tampak bahwa pada indikator sikap mendukung, hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai  $\text{sig. 2. Tailed} < 0,05$  ( $0,005 \leq 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat

perbedaan peningkatan indikator sikap mendukung antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan pada indikator tersebut lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling sebaya dengan teknik *shapping* pada kelompok eksperimen lebih efektif dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 7 menunjukkan data peningkatan pada indikator sikap mendukung kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 7**  
**Rata-Rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Sikap Mendukung**

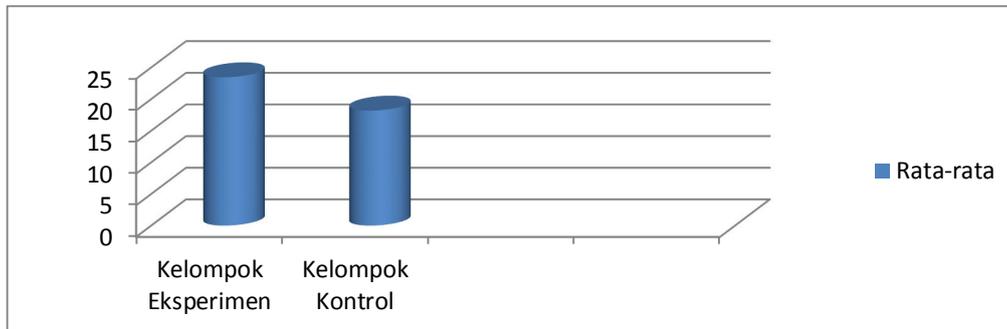
#### **4) Indikator Sikap Positif**

Uji Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Pada Indikator Sikap Positif diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 31**  
**Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Sikap Positif**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	23.45	3.908	3.818	2.379	0.788	0.004	Signifikan
Kontrol	19.64	3.613					

Berdasarkan Tabel 27, tampak bahwa pada indikator sikap positif, hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai  $\text{sig. 2. Tailed} < 0,05$  ( $0,004 \leq 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan pada indikator sikap positif antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka perbedaan peningkatan pada indikator sikap positif pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling sebaya dengan teknik *shapping* pada kelompok eksperimen lebih efektif dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 8 menunjukkan data peningkatan pada indikator sikap positif peserta didik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 8**  
**Rata-rata Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**  
**Pada Indikator Sikap Positif**

**5) Indikator Kesetaraan**

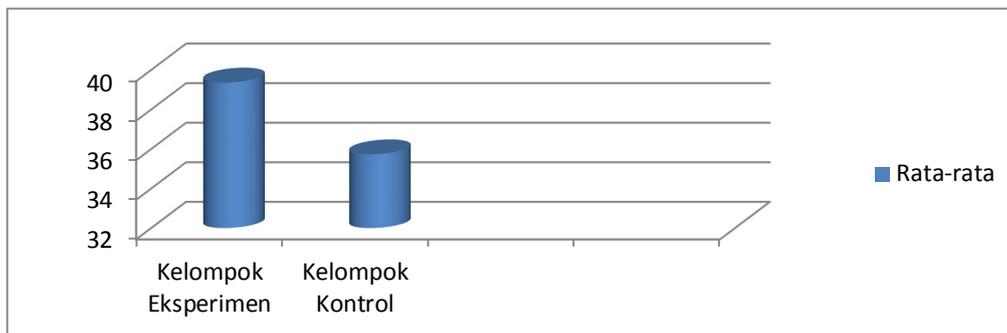
Uji efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik pada indikator kesetaraan diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 32**  
**Hasil Uji t Independen Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Kesetaraan**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	39.36	3.906	3.636	2.318	0.615	0.003	Signifikan
Kontrol	35.73	3.438					

Berdasarkan Tabel 28 tampak bahwa pada indikator kesetaraan, hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai  $\text{sig. 2. Tailed} < 0,05$  ( $0,003 \leq 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan

peningkatan pada indikator kesetaraan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka perbedaan peningkatan pada indikator kesetaraan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling sebaya dengan teknik *shapping* pada kelompok eksperimen lebih efektif dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 9 menunjukkan data peningkatan pada indikator sikap positif peserta didik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 9**  
**Peningkatan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**  
**Pada Indikator Kesetaraan**

##### **5. Perbandingan Nilai *Prestest*, *Posttest*, dan *Gain Score***

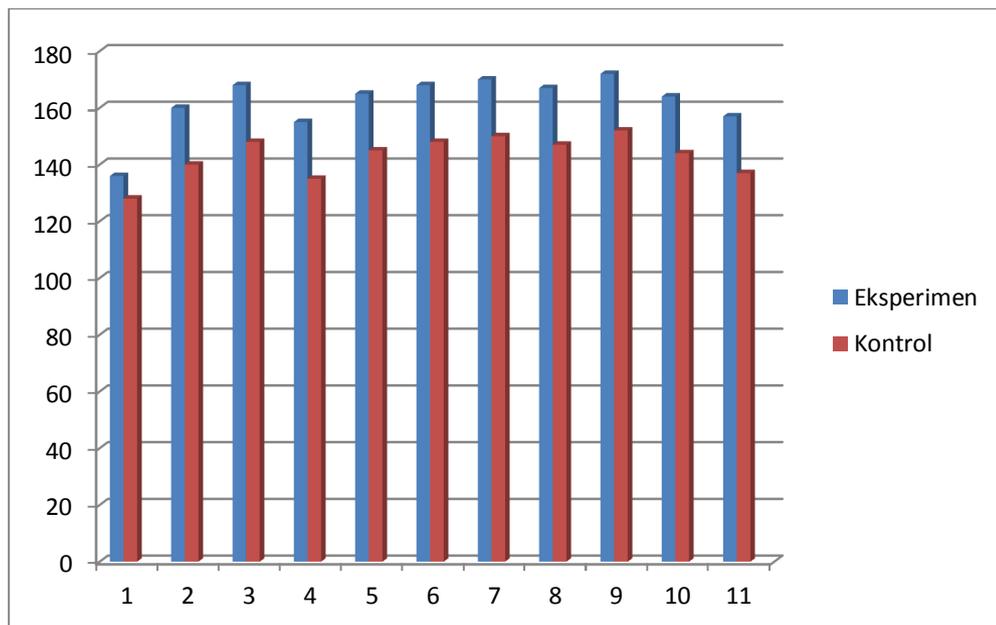
Setelah dilakukan konseling sebaya dengan teknik *shapping* didapat hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score*:

**Tabel 33**  
**Deskripsi Data *Pretest*, *Posttest*, *Gain Score***

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>
1	75	136	61	73	128	55
2	80	160	80	77	140	63
3	85	168	83	80	148	68
4	70	155	85	67	135	68
5	72	165	93	70	145	75
6	90	168	78	85	148	63
7	95	170	75	90	150	60
8	88	167	79	86	147	61
9	98	172	74	95	152	57
10	91	164	73	88	144	56
11	89	157	68	87	137	50
N	933	1782	849	898	1574	676
Mean	84.81	162	77.18	81.63	143.09	61.45

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami kenaikan, pada kelompok eksperimen ( $84.81 \leq 162$ ) dan pada kelompok kontrol ( $81.63 \leq 143.09$ ). Meskipun kedua kelompok sama-sama mengalami peningkatan, tetapi nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $162 \geq 143.09$ ). Maka, dapat disimpulkan setelah pemberian konseling sebaya dengan teknik *shapping* kelompok eksperimen dan teknik diskusi kelompok kontrol untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik mengalami peningkatan.

Sedangkan untuk mengetahui kelompok mana yang lebih efektif menggunakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dan teknik diskusi dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata *gain score*. Pada tabel 29 terlihat bahwa rata-rata *gain score* kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada rata-rata *gain score* kelompok kontrol ( $77.18 \geq 61.45$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa dikatakan layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* lebih efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik. Berikut ini gambar peningkatan dalam komunikasi interpersonal di gambar 10



**Gambar 10**  
**Peningkatan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

### **C. Pembahasan**

Pembahasan hasil penelitian diawali dengan profil komunikasi interpersonal, dilanjutkan dengan menganalisis program yang tepat. Adapun pembahasan keefektifan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik adalah sebagai berikut:

#### **1. Gambaran Umum Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**

Berdasarkan hasil pra penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal kelas XI SMA tamansiswa teluk betung tahun pelajaran 2017/2018 terdapat peserta didik yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Apabila komunikasi interpersonal pada kategori rendah dan sanagat rendah dibiarkan maka akan dapat menghambat proses komunikasi terhadap sesama teman dan lingkungan peserta didik tersebut. Karena memiliki kecakapan komunikasi interpersonal yang baik sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, karena kita merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan selalu berinteraksi dengan orang lain.

Hal ini berarti kesempatan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal masih banyak jika siswa tersebut menunjukkan keseriusannya dalam merubah perilakunya sehingga dapat membangkitkan minat dan motivasi untuk melakukan proses konseling secara sukarela . Peserta didik yang telah termotivasi untuk melakukan proses konseling secara sukarela, ia akan lebih bersemangat dalam proses penyelesaian masalahnya dan perkembangan peserta didik bisa berkembang secara opimal.

Kondisi komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung berdasarkan rata-rata perindikator komunikasi interpersonal kelas eksperimen dan kontrol adalah sebagai berikut (1) keterbukaan 21.45 kelompok eksperimen dan 21.09 kelas kontrol; (2) empati 17.18 kelompok eksperimen dan 15.6 kelas kontrol (3) sikap mendukung 12.27 kelompok eksperimen dan 12.8 kelas kontrol; (4) sikap positif 12.18 kelompok eksperimen dan 11.45 kelas kontrol dan (5) kesetaraan 20.7 kelompok eksperimen dan 20.6 kelas kontrol.

Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti mengajukan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik, hal ini selaras dengan pendapat Yoana Astianingrum dan I Wayan Andika Sari Putra, yang mengemukakan bahwa konseling sebaya efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan teknik *shapping* efektif untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. Hal ini dibuktikan dengan perubahan yang signifikan yaitu dari 30% menjadi 92.16%. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya dengan teknik *shapping* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

## **2. Konseling Sebaya**

Konseling sebaya adalah suatu ragam tingkah laku membantu secara baik interpersonal maupun kelompok yang dilakukan oleh individu nonprofesional

yang berusaha membantu orang lain.<sup>45</sup> Pada pelaksanaan konseling terjadilah hubungan yang hangat, permissive, terbuka dan penuh keakraban. Selain itu juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah peserta didik, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut. Didalam konseling sebaya terdapat dinamika interaksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok. Melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi antar anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing-masing individu akan diatasi.

Dinamika interaksi sosial yang secara intensif terjadi dalam suasana kelompok akan meningkatkan komunikasi dan keterampilan sosial, meningkatkan kemampuan pengendalian diri dan rasa tanggung jawab.<sup>46</sup> Dalam proses konseling sebaya peneliti menggunakan 4 konselor sebaya, 2 konselor sebaya sebagai pelaksanaan proses konseling untuk kelas eksperimen dan kontrol dan 2 konselor sebaya untuk membantu pelaksanaan proses konseling. Konseling sebaya dapat dikatakan efektif karena sebelum pelaksanaan konseling sebaya diadakan pemilihan calon konselor sebaya terlebih dahulu, calon konselor sebaya diberi pelatihan-pelatihan keterampilan konselor sebaya, dan konselor sebaya memenuhi tahap-tahapan dalam proses konseling sebaya dengan baik, dan menghasilkan perubahan sesuai dengan yang diharapkan.

---

<sup>45</sup> Neni Noviza, *Konseling Teman Sebaya (Peer Caounseling) Suatu Inovasi Layanan Bimbingan dan Konseling Diperguruan Tinggi*, Jurnal Konseling Sebaya, Diunduh pada tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.57 h.88

<sup>46</sup> Prayitno Dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta, 2008, h.311

### 3. Teknik *Shapping*

Pada pelaksanaan konseling sebaya peneliti menggunakan teknik *shapping*. Konseling sebaya dengan teknik *shapping* adalah suatu *treatment* atau proses pemberian bantuan kepada seseorang guna membantu seseorang tersebut untuk mengubah perilaku yang maladaptif menjadi adaptif. Ini berarti kebiasaan-kebiasaan yang maladaptif dilemahkan dan dihilangkan, kemudian perilaku adaptif ditimbulkan dan dikukuhkan. Teknik *shapping* adalah membentuk tingkah laku baru yang sebelumnya belum ditampilkan dengan memberikan *reinforcement* secara sistematis dan langsung setiap tingkah laku ditampilkan.<sup>47</sup>

Teknik *shapping* yang di diberikan oleh konselor sebaya dapat dikatakan efektif karena dalam proses pelaksanaan konselor sebaya membuat perencanaan sesuai dengan perencanaan-perencanaan yang telah ditentukan, dan melaksanakan teknik sesuai tahap-tahapan dengan baik sehingga pembentukan perilaku peserta didik berhasil sesuai perilaku yang diinginkan sebelumnya.

Berdasarkan analisis data menunjukkan adanya perbedaan komunikasi interpersonal peserta didik setelah di laksanakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk kelompok eksperimen dan teknik diskusi untuk kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hasil komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung setelah dilaksanakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* menjadi lebih baik. Adapun peningkatan komunikasi

---

<sup>47</sup> Gantina Komala dan Eka Wahyuni, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta Barat, 2011, h.169

interpersonal peserta didik dapat dilihat melalui indikator komunikasi interpersonal yaitu:

#### **a. Keterbukaan**

Pada indikator ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase keterbukaan pada kelompok eksperimen *posttest* lebih besar dari pada *pretest* ( $40,60 \geq 24,00$ ), dan pada kelompok kontrol persentase indikator keterbukaan pada saat *posttest* lebih besar dari pada *pretest* ( $37,18 \geq 17,09$ ). Hal ini dapat dilihat dari perilaku peserta didik yang mampu menunjukkan sikap ramah terhadap sesama teman/orang lain, sebelumnya peserta didik belum mampu bersikap ramah terhadap sesama teman/orang lain. Saat ini peserta didik cenderung lebih ramah terhadap semua orang.

Menurut Suciati sebuah keterbukaan mengacu pada sedikitnya tiga hal yaitu: komunikator antar pribadi yang efektif harus terbuka kepada *partnernya*, kesetiaan komunikator untuk bereaksi secara jujur terhadap stimulus yang datang, serta adanya tanggung jawab terhadap pikiran dan perasaan yang dilontarkan.<sup>48</sup>

#### **b. Empati**

Pada indikator ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase empati pada kelompok eksperimen *posttest* lebih besar dari pada *pretest*, ( $34,18 \geq 17,36$  dan pada kelompok kontrol persentase indikator

---

<sup>48</sup> Suciati, *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis Dan Persepektif Islam*, Buku Litera Yogyakarta, 2015, h.2

empati pada saat *posttest* lebih besar dari pada *pretest* ( $26,64 \geq 13,36$ ). Hal ini dapat dilihat dari perilaku peserta didik yang lebih cenderung menyadari situasi dan kondisi orang lain dan kepedulian peserta didik terhadap sesama teman/orang lain. Empati dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk merasakan apa yang orang lain rasakan dan dapat menghayati pengalaman dari orang lain tersebut.<sup>49</sup>

### c. Sikap Mendukung

Pada indikator ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase indikator sikap mendukung pada kelompok eksperimen *posttest* lebih besar dari pada *pretest*, (24,55 9,91) dan pada kelompok kontrol persentase indikator sikap mendukung pada saat *posttest* lebih besar dari pada *pretest* lebih besar dari pada *posttest* ( $18,55 \geq 6,91$ ). Sikap suportif sering diartikan dengan sikap mendukung orang lain. Hal ini dapat dilihat perilaku peserta didik memberikan penghargaan kepada peserta didik lain yang telah menjadi perwakilan kelompok untuk mensimulasikan kegiatan di depan kelas. Dukungan merupakan pengenalan kognitif atau verbal tetapi hanya tentang seseorang/pribadi, bukan tentang sebuah tindakan. Sebuah pujian selalu diarahkan untuk sebuah tindakan (contoh: Nani, terimakasih sudahh hadi tepat waktu).<sup>50</sup>

---

<sup>49</sup> Ni Made Rahmi Suryawati, *Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa*, Jurnal Konseling Sebaya 2015, hal 205, Diunduh Pada Tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.21

<sup>50</sup> Suciati, Op.Cit, h. 67

**d. Sikap Positif**

Pada indikator ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase indikator sikap positif pada kelompok eksperimen *posttest* lebih besar dari pada *pretest*, ( $9,82 \geq 23,45$ ) dan pada kelompok kontrol persentase indikator sikap positif pada saat *posttest* lebih besar dari pada *pretest* ( $18,55 \geq 7,18$ ). Sikap positif ialah berfikir positif, sikap positif, dan berperilaku positif. Hal ini dapat dilihat pada perilaku peserta didik menghargai pendapat yang berbeda dari peserta didik lain lain. Sikap positif dalam komunikasi interpersonal dapat ditunjukkan melalui dua cara yaitu menyatakan sikap positif dan secara positif mendorong orang yang berinteraksi dengan kita.<sup>51</sup>

**e. Kesetaraan**

Pada indikator ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase indikator kesetaraan pada kelompok eksperimen *posttest* lebih besar dari pada *pretest*, ( $35,00 \geq 22,00$ ) dan pada kelompok kontrol persentase indikator kesetaraan pada saat *posttest* lebih besar dari pada *pretest* ( $729,27 \geq 16,36$ ). Kesetaraan adalah saling memberikan kontribusi dan memahami perbedaan dalam hubungan interpersonal merupakan kunci mewujudkan kesetaraan.<sup>52</sup> Hal ini dapat dilihat pada perilaku peserta didik peserta didik mampu mengkomunikasikan pendapatnya dengan nada yang ramah.

---

<sup>24</sup> *Ibid*, h. 55

<sup>52</sup> *Ibid*, h. 75

Kegiatan konseling sebaya dengan teknik *shapping* merupakan salah satu jenis konseling yang bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Penggunaan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dengan memanfaatkan dinamika kelompok dianggap efektif untuk meningkatkan, karena dalam konseling sebaya dengan teknik *shapping* setiap anggota diajak berlatih berkomunikasi, berempati dan menghargai lawan bicara, dan hal ini sangat membantu dalam upaya peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik.

Kegiatan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dengan tujuan meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik dilaksanakan selama 8 kali pertemuan dan diakhiri dengan *posttest*. *Posttes* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui adakah peningkatan komunikasi interpersonal dari anggota kelompok, sehingga dapat diketahui apakah konseling sebaya dengan teknik *shapping* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

Tercapainya tujuan penelitian mulai terlihat dimana peserta didik sangat berantusias dalam proses konseling. Peserta didik berantusias dalam mengungkapkan ide dan gagasannya, adanya interaksi yang baik antara konselor sebaya dan peserta didik sehingga peserta didik saling memberikan pendapat dan saran ketika kegiatan berlangsung. Dan ketika kegiatan berakhir peserta didik saling bergantian untuk menyimpulkan pemahaman materi yang telah dibahas.

#### 4. Efektivitas Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal

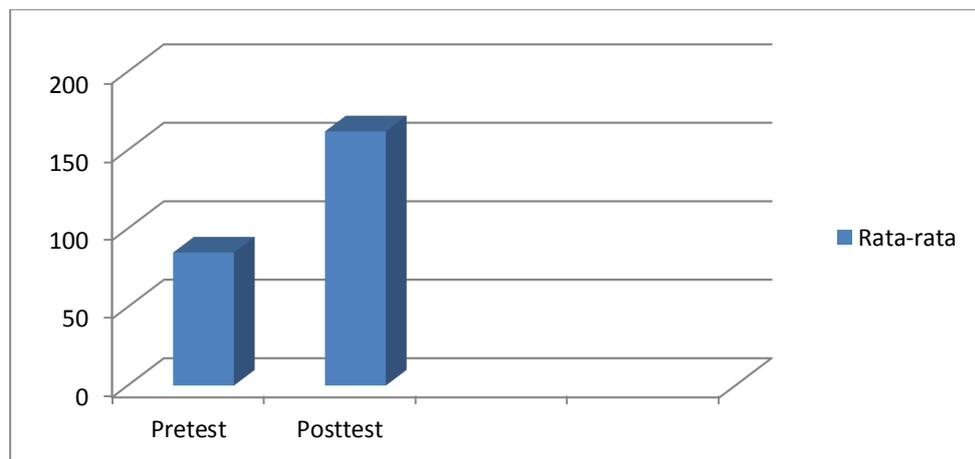
Uji efektivitas komunikasi interpersonal diperoleh dengan membandingkan komunikasi interpersonal peserta didik sebelum dan sesudah dilakukan konseling sebaya dengan teknik *shapping*, yang menunjukkan adanya pengaruh konseling sebaya dengan teknik *shapping* terhadap komunikasi interpersonal peserta didik. Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data hasil uji efektivitas menggunakan analisis statistik yakni *uji t*, diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* kelompok eksperimen. Sebagaimana dijelaskan pada tabel 30:

**Tabel 34**  
**Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Sebelum dan Sesudah**  
**Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping***

Komunikasi interpersonal	Rata-rata	Sd	Perbedaan rata-rata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
<i>Pretest</i>	84.82	9.347	-77.182	18.563	0.869	0,000	Signifikan
<i>Posttest</i>	162.00	10.139					

Dari data tersebut diketahui bahwa terjadi peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik, sebelum diberi perlakuan/*pretest* nilai rata-rata 84,82 setelah melaksanakan konseling sebaya dengan teknik *shapping posttes* nilai rata-rata naik menjadi 162,00 jadi dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya dengan teknik

*shapping* efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung Tahun Pelajaran 2017/2018. Berikut ini gambar peningkatan komunikasi interpersonal sebelum dan sesudah perlakuan:



**Gambar 11**  
**Peningkatan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik**

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya, penggunaan alat pengumpulan data berupa angket (*kuesioner*) memang efektif tetapi tidak menjamin peserta didik yang memperoleh skor tinggi, sedang dan rendah komunikasi interpersonal, karena ada kemungkinan mereka menjawab pernyataan tidak sesuai dengan apa yang mereka rasakan. Oleh karena itu ada baiknya selain menggunakan angket sebagai alat pengumpul data, peneliti juga melakukan observasi dan wawancara terhadap pihak-pihak yang terkait sehingga data yang diperoleh dapat akurat.

Kaitannya dengan proses penelitian, selama pelaksanaan konseling berlangsung peserta didik awalnya masih terlihat kaku dan ragu-ragu dalam mengemukakan pendapatnya, meskipun sebelumnya mereka sudah mendapat penjelasan mengenai konseling sebaya dengan teknik *shapping*. Selain itu intensitas pertemuan antara peneliti dengan peserta didika hanya pada saat pemberian konseling saja maka peneliti kurang dapat memantau perkembangan teknik *shapping* peserta didik untuk meningkatkan komunikasi interpersonal.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian bahwa layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung tahun pelajaran 2017/2018 efektif dan mengalami peningkatan dalam komunikasi interpersonal baik dalam kelas eksperimen dengan diberi perlakuan teknik *shapping* maupun kelas kontrol dengan teknik diskusi. Adapun kelas eksperimen mengalami peningkatan komunikasi interpersonal lebih tinggi daripada kelas kontrol.

Adapun hasil peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik setelah melaksanakan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dengan diperoleh (df) 20 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel\ 0,05} = 2,086$  maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  ( $5,016 \geq 2,086$ ) atau nilai sig.(2-tailed) lebih kecil 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $162,00 \geq 143,09$ ) Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya dengan teknik *shapping* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Tamansiswa Teluk Betung Tahun Pelajaran 2017/2018.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan dengan adanya perubahan peserta didik yang dikategorikan dalam komunikasi interpersonal rendah setelah diberikan layanan konseling sebaya dengan teknik shapping dengan memanfaatkan dinamika kelompok, maka ada beberapa saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan yaitu:

1. Peserta didik diharapkan terus berusaha meningkatkan dan mengembangkan komunikasi interpersonal, dan juga memperbanyak wawasan tentang bagaimana meningkatkan komunikasi interpersonal yang baik. Serta mencapai kesejahteraan diri dengan menjalin hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sekitar.
2. Guru bimbingan dan konseling diharapkan agar dapat memprogramkan dan melatih peserta didik dengan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai kurikulum yaitu untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang terjadi pada peserta didik, terutama pada peserta didik yang dikategorikan memiliki masalah dalam komunikasi interpersonal dan dalam hubungan sosial.
3. Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan dua jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan model pembelajaran bermutu.

4. Untuk peneliti lebih lanjut, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan komprehensif mengenai layanan konseling sebaya dengan teknik *shapping* dalam menangani peserta didik yang memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah dan perlu diadakannya layanan bimbingan dan konseling individu maupun kelompok untuk mengetahui masalah-masalah terkait pada peserta didik yang memiliki masalah dalam komunikasi secara mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Pera. 2016. Peningkatan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Pada peserta didik Kelas VIII. *Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Lampung*.
- Andika, I Wayan Sari Putra, Kadek Suranata. Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik *Shaping* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Peserta Didik Kelas X Mia 4 di SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2014. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. (diakses pada tanggal 30 desember 2016 pukul 13.10)
- Astianingrum, Yoana dan Asrowi. Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Nguter Sukaharjo Tahun Ajaran 2013/2014. *Jurnal Konseling Sebaya*. (Diakses pada tanggal 01 januari 2017 pukul 16.40)
- Atika, Amelia. Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Peer Counseling Pada Siswa Kelas X Sma Negri 10 Pontianak. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial Volume 2 No 2 Desember 2015*. Diunduh Pada Tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.39
- Al-Qur'an dan Terjemah*. Al-Hikmah. Jawa Barat: CV. Diponegoro, 2013
- Dharmayanti, Putu Ari. Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. 2013 Tersedia: <http://ejournalunese.ac.id> (diakses tanggal 25 april 2016, pukul 23.00)
- Fatmawati. 2013. Metode dan Teknik Penelitian. *Jurnal Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. UNDIP. Semarang.
- Komalasari, Gantina dkk. 2014. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Nur, Kartika Fathiyah dan Farida Harahap. 2009. Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Remaja. *Jurnal Konseling Sebaya*. FIP UNY Bandung.

- Noviza, Neni. *Konseling Teman Sebaya (Peer Caounseling) Suatu Inovasi Layanan Bimbingan dan Konseling Diperguruan Tinggi. Jurnal Konseling Sebaya*. Diunduh pada tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.57
- Nyoman, Ni Oktavia Ayu, dkk. Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Penguatan Positif dan Teknik Pencontohan Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Antar Pribadi Siswa Kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Semester Genap Tahaun Pelajaran 2013/2014, *Jurnal Online Bimbingan Dan Konseling Volume: Vol : 2 No : 1 Tahun 2014*. Diunduh Pada 01 Januari 2017 Pikul 16.23
- Rahma, Suci. Uji Validitas dan Reliabilitas. *Jurnal Mahasiswa Narotama*. 2013. hal 11 (diakses pada tanggal 20 september 2017 pukul 21.10 WIB).
- Safitri, Gina. Uji Homogenitas dan Normalitas. *Jurnal Metodologi*. 2014. hal 6 (diakses pada tanggal 19 september 2017 pukul 21.11)
- Suciati. 2015. *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis dan Perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- . 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutoyo, Anwar. 2014. *Pemahaman Individu Observasi, Checklist, Interviu, Kuesioner, Sosiometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suryawati, Ni Made Rahmi. *Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa. Jurnal Konseling Sebaya 2015*. Diunduh Pada Tanggal 01 Januari 2017 Pukul 16.21
- Suwarjo. *Konseling Sebaya Untuk Mengembangkan Resilensi Remaja. Jurnal konseling sebaya*. UNY 2008. Tersedia <http://digilip.Uinsby.ac.id/diunduh> 19 Maret 2016 pukul 17.45 hal 5
- Tohiri. 2013. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Toswari. Validitas dan Reliabilitas. *Jurnal Metodologi Universitas Gundarma*. 2009. hal 9 (diakses pada tanggal 20 september 2017 pukul 21.09)
- Wahyuni, Srie Pratiwi dan Dina Sukma. Komunikasi Interpersonal Antar Siswa Di Sekolah Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling. *KONSELOR\_Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 2013*. Diunduh Pada Tanggal 22 Desember 2016 Pukul 18.36 hal 325
- Wicaksono, Galih dan Najlatun Naqiyah. Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*. FIP UNY, 2013. Diunduh 17 maret 2016 pukul 10:31. Tersedia <http://ejournal.Udiksha.ac.id>
- Widoyo, Eko Putra. 2014. *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, Yogyakarta, Pustaka Belajar.
- Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Zain, SM. Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik *Shaping* Untuk Mengatasi Remaja Yang Melalaikan Sholat. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam 2015*. Diunduh Pada Tanggal 22 Desember 2016 Pukul 19.03

# **LAMPIRAN**

## ANGKET KOMUNIKASI INTERPERSONAL

### IDENTITAS DIRI

1. Nama Lengkap : .....
2. Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan
3. Nama Sekolah : .....
4. Kelas : .....
5. Alamat sekolah : .....

### PETUNJUK PENGISIAN

1. Angket dibawah merupakan pernyataan-pernyataan mengenai kemampuan komunikasi interpersonal.
2. Bacalah dengan cermat dan teliti setiap pernyataan dari angket dan berilah jawaban yang sesuai dengan diri anda yang sebenarnya.
3. Berikan jawaban anda terhadap pernyataan-pernyataan dengan memberikan tanda checklist (√) pada kolom “SS” apabila pernyataan sangat sesuai dengan kondisi anda, “S” bila sesuai , “KS” bila kurang sesuai, “TS” bila anda tidak sesuai, dan “STS” bila sangat tidak sesuai pada lembar jawaban yang telah disediakan. Jawaban anda adalah bersifat pribadi dan dijamin kerahasiaannya, jadi jawablah sesuai dengan kondisi anda yang sebenarnya. Jangan lupa mengisi identitas anda secara lengkap sebelum anda menjawab pada lembar jawaban yang tersedia.
4. Jawablah dengan jujur pernyataan-pernyataan dalam angket dan pastikan seluruh jawaban terisi.
5. Anda tidak perlu cemas atau malu untuk memberikan jawaban, karena apapun yang anda isi pada lembar jawaban akan dijamin kerahasiaannya serta tidak akan berpengaruh pada nama baik dan nilai anda pada mata pelajaran apapun.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya selalu menyapa setiap berpapasan dengan orang yang baru saya kenal					
2.	Saya memalingkan muka saat berpapasan dengan orang yang baru saya kenal					
3.	Saya mengungkapkan isi hati secara jujur jika teman melakukan kesalahan kepada saya					
4.	Saya tidak mengungkapkan isi hati secara jujur jika teman melakukan kesalahan kepada saya					
5.	Saya melakukan aktivitas bersama teman-teman					
6.	Saya selalu melakukan aktivitas sendiri					
7.	Saya selalu bercerita kepada teman jika saya mengalami permasalahan					
8.	Saya tidak pernah bercerita kepada teman jika saya mengalami permasalahan					
9.	Saya bertukar pendapat dengan teman untuk menyelesaikan suatu masalah					
10.	Saya tidak bertukar pendapat dengan teman untuk menyelesaikan suatu masalah					
11.	Saya meluangkan waktu menjenguk untuk teman yang sakit					
12.	Saya tidak meluangkan waktu untuk menjenguk teman yang sakit					
13.	Saya menghargai pendapat teman yang berbeda dengan saya					
14.	Saya tidak menyukai pendapat teman yang berbeda dengan saya					

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
15.	Saya berusaha memahami perasaan yang sedang dihadapi teman					
16.	Saya mengabaikan perasaan yang sedang dihadapi teman					
17.	Saya memahami pendapat yang disampaikan teman					
18.	Saya mengabaikan pendapat yang disampaikan teman					
19.	Saya menyemangati teman yang mendapatkan nilai buruk					
20.	Saya mengabaikan teman yang mendapatkan nilai buruk					
21.	Saya memuji teman yang mendapatkan kesuksesan					
22.	Saya tidak memuji teman yang mendapatkan kesuksesan					
23.	Saya segera mengingatkan teman yang membuang sampah sembarangan					
24.	Saya membiarkan teman yang membuang sampah sembarangan					
25.	Saya menghargai perbedaan sifat yang dimiliki oleh teman					
26.	Saya tidak menghargai perbedaan sifat yang dimiliki oleh teman					
27.	Saya berfikir semua orang pada dasarnya baik terhadap saya					
28.	Saya berfikir semua orang pada dasarnya tidak selalu baik terhadap saya					
29.	Saya berprasangka baik/berfikir positif kepada teman yang tiba-tiba baik kepada saya					
30.	Saya tidak berprasangka baik/berfikir positif kepada teman yang tiba-tiba baik kepada saya					

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
31.	Saya menghormati teman tanpa melihat latar belakang sosial ekonomi, suku ataupun agama					
32.	Saya menghormati teman dengan melihat latar belakang sosial ekonomi, suku ataupun agama terlebih dulu					
33.	Saya nyaman dengan kehadiran teman-teman didekat saya					
34.	Saya tidak nyaman dengan kehadiran teman-teman didekat saya					
35.	Saya mengerjakan tugas kelompok bersama teman kelompok					
36.	Saya mengerjakan tugas kelompok tidak bersama teman kelompok					
37.	Saya menerima tema apa saja saat diskusi dengan teman					
38.	Saya tidak menerima tema apa saja saat diskusi dengan teman					
39.	Saya termasuk orang yang mudah akrab dengan teman lain					
40.	Saya tidak termasuk orang yang mudah akrab dengan teman lain					

## Dokumentasi Kegiatan



## Pengujian Angket



*Pretest*



*Posttest*



**Kelas Eskperimen**



**Kelas Kontrol**



**Konselor Sebaya**



**Tim Konselor Sebaya**



## **RPL Kontrol II**

### **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**

#### **BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK KELOMPOK KONTROL**

- A. Topik : Menempatkan diri pada situasi dan kondisi (Empati)
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi, Sosial, Belajar
- C. Jenis Layanan : Konseling Sebaya
- D. Fungsi Layanan : Pengembangan dan Pengentasan
- E. Kompetensi Yang Ingin Dicapai
1. Tujuan layanan : Peserta didik mampu menempatkan diri pada situasi dan kondisi, memahami dan menghargai orang lain
  2. Hasil Yang Ingin Dicapai : Agar peserta didik memiliki rasa empati yang baik
- F. Sasaran Layanan : Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Tamansiswa Teluk Betung
- G. Pelaksanaan Layanan
1. Waktu : 2 X 45 Menit
  2. Tempat : Ruang Kelas
  3. Hari /Tanggal : 07 Agustus 2017
  4. Metode : Diskusi, Tanya Jawab dan Permainan
  5. Alat dan Perlengkapan : Laptop, LCD dan Spidol
- H. Uraian Kegiatan :

No	Tahapan	Kegiatan	
		Konselor Sebaya	Peserta Didik
1.	Pembentukan (5 Menit)	<p>a. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka, mengucapkan salam dan ucapan terimakasih atas kesediaannya.</p> <p>b. Memimpin doa.</p> <p>c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling sebaya</p> <p>d. Menjelaskan pelaksanaan konseling sebaya seperti asas-asas dan fungsi.</p> <p>e. Menyampaikan kesepakatan waktu.</p> <p>f. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan dan bernyanyi untuk menghangatkan suasana kelompok agar saling terbuka, saling percaya, saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.</p>	<p>a. Merespon dengan menjawab salam dan ucapan kembali kasih.</p> <p>b. Berdoa.</p> <p>c. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>d. Memperhatikan dan mendengarkan serta bertanya apabila kurang jelas.</p> <p>e. Menyepakati waktu.</p> <p>f. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.</p>
2.	Peralihan (5 Menit)	<p>a. Menjelaskan kembali kegiatan konseling teman sebaya.</p> <p>b. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap</p>	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>b. Memberikan respon jawaban atas</p>

No	Tahapan	Konselor Sebaya	Peserta Didik
		<p>melanjutkan ketahap selanjutnya.</p> <p>c. Menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan selanjutnya.</p>	<p>kesiapan anggota kelompok.</p> <p>c. Menjawab pertanyaan.</p>
3.	Kegiatan (30 Menit)	<p>a. Menjelaskan topik yang akan dibahas.</p> <p>b. Menjelaskan bagaimana cara menempatkan diri pada situasi dan kondisi, bagaimana memahami dan menghargai orang lain.</p> <p>c. Mempersilakan anggota kelompok untuk mengemukakan pendapatnya mengenai pentingnya memahami dan menghargai orang lain.</p> <p>d. Pemberian penguatan positif</p> <p>e. Menyimpulkan.</p>	
4.	Pengakhiran (5 Menit)	<p>a. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir.</p> <p>b. Menyimpulkan hasil dari topik yang dibahas.</p> <p>c. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan:</p>	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>b. Mendengarkan dan menyimpulkan.</p> <p>c. Menjawab pertanyaan.</p>

No.	Tahapan	Konselor Sebaya	Peserta Didik
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemahaman yang sudah diperoleh peserta didik</li> <li>• Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung</li> <li>• Kesan yang diperoleh selama kegiatan berlangsung</li> </ul> <p>d. Membahas dan menanyakan tidak lanjut kegiatan konseling.</p> <p>e. Mengucapkan terimakasih.</p> <p>f. Memimpin do'a.</p> <p>g. Mengucapkan salam.</p>	<p>d. Menjawab pertanyaan.</p> <p>e. Menjawab.</p> <p>f. Berdo'a.</p> <p>g. Menjawab salam.</p>

- I. Materi Layanan : Terlampir
- J. Sumber Materi : Suciati. 2015. *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis dan Perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera.
- K. Rencana Penilaian :
1. Penilaian Proses : Dilaksanakan pada saat kegiatan berlangsung dengan cara mengamati.
  2. Penilaian : Dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan.
- L. Tidak Lanjut : Mengadakan konseling selanjutnya.
- M. Catatan Khusus : -

### **RPL Kontrol III**

#### **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**

#### **BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK KELOMPOK KONTROL**

- N. Topik : Berpikir dan Bersikap Positif
- O. Bidang Bimbingan : Pribadi, Sosial, Belajar
- P. Jenis Layanan : Konseling Sebaya
- Q. Fungsi Layanan : Pengembangan dan Pengentasan
- R. Kompetensi Yang Ingin Dicapai
1. Tujuan layanan : Peserta didik mampu perilaku berpikir dan bersikap positif terhadap orang lain dan keadaan dirinya
  2. Hasil Yang Ingin Dicapai : Agar peserta didik mampu menerapkan perilaku dan sikap positif dalam kehidupan sehari-harinya
- S. Sasaran Layanan : Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Tamansiswa  
Teluk Betung
- T. Pelaksanaan Layanan
6. Waktu : 1 X 45 Menit
  7. Tempat : Ruang Kelas
  8. Hari /Tanggal : Agustus 2017
  9. Metode : Diskusi, Tanya Jawab dan Permainan
  10. Alat dan Perlengkapan : Laptop, LCD dan Spidol
- U. Uraian Kegiatan :

No	Tahapan	Kegiatan	
		Konselor Sebaya	Peserta Didik
1.	Pembentukan (6 Menit)	<p>g. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka, mengucapkan salam dan ucapan terimakasih atas kesediaannya.</p> <p>h. Memimpin doa.</p> <p>i. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling sebaya</p> <p>j. Menjelaskan pelaksanaan konseling sebaya seperti asas-asas dan fungsi.</p> <p>k. Menyampaikan kesepakatan waktu.</p> <p>l. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan dan bernyanyi untuk menghangatkan suasana kelompok agar saling terbuka, saling percaya, saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.</p>	<p>g. Merespon dengan menjawab salam dan ucapan kembali kasih.</p> <p>h. Berdoa.</p> <p>i. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>j. Memperhatikan dan mendengarkan serta bertanya apabila kurang jelas.</p> <p>k. Menyepakati waktu.</p> <p>l. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.</p>
2.	Peralihan (5 Menit)	<p>d. Menjelaskan kembali kegiatan konseling teman sebaya.</p> <p>e. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap</p>	<p>d. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>e. Memberikan respon jawaban atas</p>

No	Tahapan	Konselor Sebaya	Peserta Didik
		<p>melanjutkan ketahap selanjutnya.</p> <p>f. Menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan selanjutnya.</p>	<p>kesiapan anggota kelompok.</p> <p>f. Menjawab pertanyaan.</p>
3.	Kegiatan (30 Menit)	<p>f. Menjelaskan topik yang akan dibahas.</p> <p>g. Menjelaskan bagaimana cara berpikir dan bersikap positif terhadap diri sendiri maupun orang lain.</p> <p>h. Mempersilakan anggota kelompok untuk mengemukakan pendapatnya mengenai pentingnya berpikirdan bersifat positif terhadap diri sendiri maupun orang lain.</p> <p>i. Pemberian penguatan positif</p> <p>j. Menyimpulkan.</p>	
4.	Pengakhiran (5 Menit)	<p>h. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir.</p> <p>i. Menyimpulkan hasil dari topik yang dibahas.</p> <p>j. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan:</p>	<p>h. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>i. Mendengarkan dan menyimpulkan.</p> <p>j. Menjawab pertanyaan.</p>

No.	Tahapan	Konselor Sebaya	Peserta Didik
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemahaman yang sudah diperoleh peserta didik</li> <li>• Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung</li> <li>• Kesan yang diperoleh selama kegiatan berlangsung</li> </ul> <p>k. Membahas dan menanyakan tidak lanjut kegiatan konseling.</p> <p>l. Mengucapkan terimakasih.</p> <p>m. Memimpin do'a.</p> <p>n. Mengucapkan salam.</p>	<p>k. Menjawab pertanyaan.</p> <p>l. Menjawab.</p> <p>m. Berdo'a.</p> <p>n. Menjawab salam.</p>

- V. Materi Layanan : Terlampir
- W. Sumber Materi : Suciati. 2015. *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis dan Perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera.
- X. Rencana Penilaian :
3. Penilaian Proses : Dilaksanakan pada saat kegiatan berlangsung dengan cara mengamati.
4. Penilaian : Dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan.
- Y. Tidak Lanjut : Mengadakan konseling selanjutnya.
- Z. Catatan Khusus : -

## RPL Eksperimen I

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

#### BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK KELOMPOK EKSPERIMEN

##### I. IDENTITAS

- AA. Nama Sekolah : SMA Tamansiswa Teluk Betung  
BB. Tahun Pelajaran : 2017/2018 Semester Ganjil  
CC. Kelas : XI IPS  
DD. Pelaksana : Evita Sari  
EE. Pihak Terkait : Konselor sebaya, pendidik sebaya dan peserta didik.

##### II. Waktu dan Tempat

- A. Tanggal : 03 Agustus 2017  
B. Tempat : Ruang Kelas XI IPS  
C. Jam Pelajaran/Pelayanan : Sesuai Jadwal  
D. Volume Waktu : 2 x 45 Menit

##### III. Materi Pembelajaran

- A. Topik : Pembinaan Hubungan Baik dengan Teman/Orang Lain (Keterbukaan)  
B. Sumber Materi : Suciati. 2015. *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis dan Perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera.  
C. Bidang Bimbingan : Pribadi, Sosial, Belajar  
D. Jenis Layanan : Konseling Sebaya dengan Dinamika Kelompok  
E. Fungsi Layanan : Pengembangan dan Pengentasan

#### IV. Kompetensi Yang Ingin Dicapai

3. Tujuan layanan : Peserta didik mampu membuka diri dengan orang lain.

4. Hasil Yang Ingin Dicapai : Agar peserta didik memiliki hubungan komunikasi interpersonal yang baik.

V. Metode dan Teknik : Diskusi, Tanya Jawab dan Permainan

#### VI. Sarana

Alat dan Perlengkapan : Laptop, LCD dan Spidol

#### VII. Langkah Kegiatan

No	Tahapan	Kegiatan	
		Konselor Sebaya	Peserta Didik
1.	Pembentukan (7 Menit)	<p>m. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka, mengucapkan salam dan ucapan terimakasih atas kesediaannya.</p> <p>n. Memimpin doa.</p> <p>o. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling sebaya dengan dinamika kelompok</p> <p>p. Menjelaskan pelaksanaan konseling kelompok seperti asas-asas dan fungsi.</p> <p>q. Menyampaikan kesepakatan</p>	<p>m. Merespon dengan menjawab salam dan ucapan kembali kasih.</p> <p>n. Berdoa.</p> <p>o. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>p. Memperhatikan dan mendengarkan serta bertanya apabila kurang jelas.</p> <p>q. Menyepakati waktu.</p>

		<p>waktu.</p> <p>r. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan dan bernyanyi untuk menghangatkan suasana kelompok agar saling terbuka, saling percaya, saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.</p>	<p>r. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.</p>
2.	Peralihan (5 Menit)	<p>g. Menjelaskan kembali kegiatan kegiatan konseling teman sebaya dengan dinamika kelompok.</p>	<p>g. Memperhatikan dan mendengarkan.</p>
No	Tahapan	Konselor Sebaya	Peserta Didik
		<p>h. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya.</p> <p>i. Menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan selanjutnya.</p>	<p>h. Memberikan respon jawaban atas kesiapan anggota kelompok.</p> <p>i. Menjawab pertanyaan.</p>
3.	Kegiatan (30 Menit)	<p>Layanan konseling sebaya dengan teknik <i>shaping</i> menggunakan dinamika kelompok.</p> <p>k. Menjelaskan layanan konseling sebaya dengan teknik <i>shaping</i> dan tahap-tahap teknik <i>shaping</i></p> <p>l. Membuat analisis ABC dan membentuk perilaku yang akan</p>	

		<p>dirubah.</p> <p>m. Menjelaskan bagaimana cara membina hubungan dengan orang lain, serta memberikan pelatihan untuk tersenyum dan menyapa orang lain.</p> <p>n. Mengulang latihan tersenyum dan menyapa orang lain untuk meningkatkan komunikasi interpersonal.</p> <p>o. Mereview perilaku yang sudah diterapkan dan memberikan</p>	
No.	Tahapan	Konselor Sebaya	Peserta Didik
		<p>penguatan positif.</p> <p>p. Menyimpulkan.</p>	
4.	Pengakhiran (5 Menit)	<p>o. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir.</p> <p>p. Menyimpulkan hasil dari topik yang dibahas.</p> <p>q. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemahaman yang sudah diperoleh peserta didik</li> <li>• Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung</li> <li>• Kesan yang diperoleh</li> </ul>	<p>o. Memperhatikan dan mendengarkan.</p> <p>p. Mendengarkan dan menyimpulkan.</p> <p>q. Menjawab pertanyaan.</p>

		selama kegiatan berlangsung	
		r. Membahas dan menanyakan tidak lanjut kegiatan konseling.	r. Menjawab pertanyaan.
		s. Mengucapkan terimakasih	s. Menjawab.
		t. Memimpin do'a.	t. Berdo'a.
		u. Mengucapkan salam.	u. Menjawab salam.

**VIII.** Materi Layanan : Terlampir

**IX.** Penilaian

A. Penilaian Hasil

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang mereka peroleh dari kegiatan pembelajaran yang baru saja berlangsung dengan pola :

1. Apa yang mereka pikirkan?
2. Apa yang mereka rasakan?
3. Bagaimana mereka menyikapi?
4. Apa yang hendak mereka lakukan?
5. Bagaimana mereka bertanggung jawab untuk dan dalam melakukannya?

B. Penilaian Proses

Melalui pengamatan, catatan anekdot, angket dan daftar pilihan dan wawancara. Penilaian proses pembelajaran dilakukan untuk mengukur efektifitas proses pembelajaran / pelayanan.

**X.** Tidak Lanjut : Mengadakan konseling selanjutnya.

**XI.** Catatan Khusus : -

## A. Pedoman Wawancara Komunikasi Interpersonal

Kepada : Guru BK dan Guru Sekolah

Hari/ Tanggal :

Waktu :

No	Indikator	Pertanyaan	Keterangan
1.	Keterbukaan	<p>a. Apakah peserta didik telah melakukan program sekolah salam, sapa, senyum, dengan baik dan benar?</p> <p>b. Apakah peserta didik menunjukkan keterbukaan saat berkomunikasi dengan orang lain?</p> <p>c. Apakah peserta didik menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan?</p>	
2.	Empati	<p>a. Apakah peserta didik menunjukkan perhatian kepada temannya saat temannya sakit?</p> <p>b. Apakah peserta didik menjaga perasaan orang lain saat berkomunikasi?</p> <p>c. Apakah peserta didik mengerti keinginan orang lain?</p>	

3.	Sikap Mendukung	<p>a. Apakah peserta didik memberi dukungan kepada teman yang mendapat masalah?</p> <p>b. Apakah peserta didik memberi penghargaan kepada teman yang mendapat prestasi?</p> <p>c. Apakah peserta didik mengingatkan teman ketika teman membuang sampah sembarangan?</p>	
4.	Sikap Positif	<p>a. Apakah peserta didik menghargai perbedaan pada orang lain?</p> <p>b. Apakah peserta didik selalu berpikir positif kepada orang lain?</p> <p>c. Apakah peserta didik selalu berprasangka buruk kepada orang lain?</p>	
5.	Kesetaraan	<p>a. Apakah peserta didik menempatkan diri setara dengan orang lain?</p> <p>b. Apakah peserta didik menghargai pentingnya kehadiran orang lain?</p> <p>c. Apakah peserta didik dapat berkomunikasi dengan akrab dan nyaman?</p>	

B. Pedoman Wawancara Konseling Sebaya dan Teknik *Shapping*

Kepada : Guru Bimbingan dan Konseling

Hari/Tanggal :

Waktu :

No	Pertanyaan	Keterangan
1	Apakah dalam pembentukan konselor sebaya diadakan pemilihan calon konselor sebaya terlebih dahulu?	
2	Apakah diadakan pelatihan terlebih dahulu sebelum menjadi konselor sebaya?	
3	Bagaimana pelaksanaan dan pengorganisasian konseling teman sebaya.	
4	Apakah teknik <i>shapping</i> sudah pernah diterapkan dalam proses konseling?	
5	Bagaimana pelaksanaan teknik <i>shapping</i> dalam konseling?	

### C. Pedoman Observasi Konseling sebaya

No	Aspek yang diobservasi	Keterangan
1	<i>Attending</i> . Perilaku yang menghampiri klien yang mencakup komponen, kontak mata, bahasa tubuh, dan bahasa lisan. Contoh : kepala: menganggukkan jika setuju, ekspresi wajah: tenang, ceria dan senyum.	
2	<i>Empathizing</i> . Keterampilan atau teknik yang digunakan konselor untuk memusatkan perhatian kepada klien agar klien merasa dihargai dan terbina suasana yang kondusif, sehingga klien bebas mengekspresikan atau mengungkapkan pikiran, perasaan, ataupun tingkah lakunya.	
3	<i>Summarizing</i> . Keterampilan konselor untuk mendapatkan kesimpulan atau ringkasan mengenai apa yang telah dikemukakan oleh konseli.	
4	<i>Questioning</i> . Teknik mengarahkan pembicaraan dan memberikan kesempatan pada konseli untuk mengelaborasi, mengeksplorasi atau memberikan jawaban dari berbagai kemungkinan sesuai dengan	

	keinginan konseli dan bersifat mendalam.	
5	Mengarahkan (Directing) Yaitu teknik untuk mengajak dan mengarahkan klien melakukan sesuatu. Misalnya menyuruh klien untuk bermain peran dengan konselor atau menghayalkan sesuatu.	

#### D. Pedoman Observasi Teknik *Shapping*

No	Aspek yang diobservasi	Keterangan
1	Membuat analisis ABC yaitu: A = Antecedent (pencetus perilaku), B = Behavior (perilaku yang dimasalahkan), C = Consequence (konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut).	
2	Menetapkan target perilaku spesifik yang akan dicapai bersama konseli.	
3	Tentukan bersama jenis <i>reinforcement</i> positif yang akan digunakan.	
4	Membuat perencanaan dengan membuat tahapan pencapaian perilaku mulai dari perilaku awal sampai perilaku akhir (misalnya tidak menyapa teman saat bertemu menjadi menyapa).	
5	Perencanaan dapat dimodifikasi selama berlangsungnya program <i>shaping</i> .	
6	Penetapan waktu pemberian <i>reinforcement</i> pada setiap tahap program, misalnya setelah	

	beberapa kali percobaan perilaku target dalam satu tahapan.	
7	Memberitahu konseli sebelum perencanaan dilakukan.	
8	Member penguatan segera pada saat awal perilaku.	
9	Tidak pindah ketahap berikutnya sebelum konseli menguasai perilaku pada satu tahap.	
10	Bila belum yakin dengan penguasaan perilaku konseli, maka melakukan perindahan tahap bila sudah benar 6 dari 10 percobaan	
11	Tidak terlalu sering memberi penguatan pada satu tahap, dan tidak memberi penguatan pada tahap lainnya.	
12	Kalau konseli berhenti bekerja, maka konselor dapat berpindah cepat ke tahap berikutnya, mungkin tahapan tidak tepat atau <i>reinforcement</i> tidak efektif	
13	Cek efektivitas penguatan	
14	bila untuk melanjutkan konseli mendapat kesulitan, maka dilatih ulang pada tahap yang dirasa sulit.	













## **D. Pengembangan Instrumen Penelitian**

Berdasarkan jenis data yang diperlukan dalam penelitian ini maka dikembangkan alat pengumpul data seperti: skala komunikasi interpersonal, yang digunakan untuk memperoleh gambaran tentang komunikasi interpersonal peserta didik sebelum dan sesudah mengikuti konseling sebaya dengan teknik *shaping*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini mempunyai 5 alternatif jawaban dan responden bebas memilih salah satu jawaban dari kelima alternatif tersebut sesuai dengan keadaan masing-masing responden. Jawaban positif diberi skor 5, 4, 3, 2, dan 1, sedangkan jawaban soal negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, dan 5 sesuai dengan arah pertanyaan yang dimaksud.

### **1. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen**

Instrumen ini berisi pertanyaan-pertanyaan tentang komunikasi interpersonal untuk mengukur keterampilan komunikasi interpersonal peserta didik. Angket menggunakan format skala komunikasi interpersonal kisi-kisi instrumen disajikan dalam tabel 5 sebagai berikut.

**Tabel 5**  
**Penskoran Item**

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban				
	Sangat Sesuai	Sesuai	Kurang Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
<i>Favorable</i> (Pernyataan Positif)	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (Pernyataan Negatif)	1	2	3	4	5

Penilaian efektivitas konseling sebaya dengan teknik *shapping* dan komunikasi interpersonal peserta didik dalam penelitian ini menggunakan rentan skor dari 1 sampai 5 dengan banyak item 40 item. Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- a. Skor pernyataan negatif adalah kebalikan dari pernyataan positif;
- b. jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;

c. skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;

d. jumlah kelas interval = skala hasil penelitian. Artinya jika penilaian menggunakan skala 5, hasil penilaian diklasifikasi menjadi 5 kelas interval; dan

e. penentuan jarak interval (Ji) diperoleh dengan rumus.

Keterangan :  $Ji = (t - r)/JK$

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

JK = jumlah kelas interval.<sup>53</sup>

Berdasarkan pendapat penelitian Eko, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

- |                   |           |       |
|-------------------|-----------|-------|
| a. Skor tertinggi | : 5x40    | = 200 |
| b. Skor terendah  | : 1x40    | = 40  |
| c. Rentang        | : 200-40  | = 160 |
| d. Jarak interval | : 160 : 5 | = 32  |

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria skala intervalnya adalah sebagai berikut:

**Tabel 6**  
**Kriteria Penilaian Komunikasi Interpersonal**

---

<sup>53</sup> Eko Putra Widoyo, *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, Yogyakarta, Pustaka Belajar, 2014, h.144

Interval	Kriteria
169-200	Sangat Tinggi
137-168	Tinggi
105-136	Sedang
73-104	Rendah
40-72	Sangat Rendah

Peserta didik dengan kategori komunikasi interpersonal rendah memiliki kecenderungan rendahnya komunikasi interpersonal dengan lingkungan sekitarnya baik di sekolah maupun di lingkungan masyarakat, peserta didik akan lebih suka menyendiri. Sedangkan peserta didik yang skor komunikasi interpersonalnya tinggi, peserta didik sangat mudah bergaul atau berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya baik disekolah maupun dilingkungan masyarakat, memiliki kecakapan komunikasi interpersonal yang baik.

**Tabel 7**  
**Kriteria Komunikasi Interpersonal**  
**Pada Indikator Keterbukaan dan Kesetaran**

Interval	Kriteria
43-50	Sangat Tinggi
35-42	Tinggi
27-34	Sedang
19-26	Rendah
10-18	Sangat Rendah

**Tabel 8**  
**Kriteria Komunikasi Interpersonal Pada Indikator Empati**

Interval	Kriteria
33-40	Sangat Tinggi
27-32	Tinggi
21-26	Sedang
15-20	Rendah
8-14	Sangat Rendah

**Tabel 9**  
**Kriteria Komunikasi Interpersonal Pada Indikator**  
**Sikap Mendukung dan Sikap Positif**

Interval	Kriteria
25-30	Sangat Tinggi
19-24	Tinggi
13-18	Sedang
7-12	Rendah
6	Sangat Rendah

**Tabel 10**  
**Kriteria Skor Komunikasi Interpersonal Perindikator**

No	Indikator	Jumlah Item	Skor Minimal Per aspek	Skor Maksimal Per aspek
1	Keterbukaan	10	10	50
2	Empati	8	8	40
3	Sikap Mendukung	6	6	30
3	Sikap Positif	6	6	30
5	Kesetiaan	10	10	50

Total	40	200
-------	----	-----

dari data diatas dapat diketahui bahwa nilai terendah untuk aspek 1 dan 5 adalah 10, aspek 2 adalah 8, aspek 3 dan 4 adalah 6, sedangkan nilai tertinggi untuk aspek 1 dan 5 adalah 50, aspek 2 dalah 40, aspek 3 dan 4 adalah 30. Jika kita menggunakan lima kategori, sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat ttinggi untuk predikatnya maka, peserta didik yang memperoleh nilai 10 dalam aspek 1 maka dapat diketahui peserta didik tersebut termasuk sikap keterbukaan yang sangat rendah, dan seterusnya. Sebaliknya jika peserta didik memiliki nilai skor 50 untuk aspek 1 dapat diketahui bahwa peserta didik tersebut memiliki sikap keterbukaan yang sangat tinggi, dan seterusnya.

**Tabel 11**  
**Kisi-kisi Angket Komunikasi Interpersonal**

VARIABEL	INDIKATOR	DESKRIPTOR	NOMOR ITEM	
			(+)	(-)
Komunikasi Interpersonal	1. Keterbukaan (openness)	a. Memulai hubungan dengan orang lain	1	2
		c. Menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain	3, 4	5,6
		c. Menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan	7,8	9,10

	2. Empati (empathy)	a. Menunjukkan perhatian kepada orang lain b. Menjaga perasaan orang lain c. Mengerti keinginan orang lain	11 13,14 17	12 15,16 18
VARIABEL	INDIKATOR	DESKRIPTOR	NOMOR ITEM	
			(+)	(-)
	3. Sikap mendukung (supportiveness)	a. Memberi dukungan kepada teman b. Memberi penghargaan terhadap orang lain c. Spontanitas	19 21 23	20 22 24
	4. Sikap positif (positiveness)	a. Menghargai perbedaan pada orang lain b. Berpikir positif terhadap orang lain c. Tidak menaruh curiga secara berlebihan	25 27 29	26 28 30

	5. Kesetaraan (equality)	a. Menempatkan diri setara dengan orang lain	31	32
		b. Mengakui pentingnya kehadiran orang lain	33	34
		c. Komunikasi dua arah	35	36
		d. Suasana komunikasi akrab dan nyaman	37,38	39,40

## 2. Pengujian Intrumen Penelitian

### a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesalihan suatu instrumen.<sup>54</sup> Suatu instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Suatu instrumen dikatakan valid bila ia mempunyai validitas tinggi, sebaliknya ia akan dikatakan kurang valid jika validitasnya rendah. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdapat 56 pernyataan sebelum divaliditas dan kemudian diuji validitas hanya terdapat 40 pernyataan yang layak untuk dijadikan sebagai alat ukur dalam

---

<sup>54</sup> *Ibid*, h.121

meneliti komunikasi interpersonal peserta didik SMA Tamansiswa Teluk Betung. Sistem perhitungan analisis data instrumen menggunakan bantuan program *SPSS for windows release 16*.

Rumus Product Moment:

$$r_{xy} = \frac{N \sum X Y - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = angka indeks korelasi “ $r$ ” Product Moment

$N$  = *number of Cases*

$\sum X Y$  = jumlah perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum X$  = jumlah seluruh skor X

$\sum Y$  = jumlah seluruh skor Y. <sup>55</sup>

b. Uji reliabilitas

Instrumen yang telah diuji validitasnya kemudian diuji reliabilitasnya. Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Pengujian ini akan menggunakan bantuan program *SPSS for windows release 16*.

Rumus Reliabel

$$R_1 = \frac{2 \cdot r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan:

---

<sup>55</sup> Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta. Raja Grafindo, 2008. h.206

R<sub>1</sub> = reliabel  
R<sub>b</sub> = data yang valid<sup>56</sup>

### E. Tahap-tahap Konseling Sebaya dengan Teknik *Shapping*

**Tabel 12**  
**Rancangan *Treatment* Yang Akan Diberikan**

No	Tahapan	Kegiatan
1	<i>Assessment</i>	
	a. Mempersilakan klien menceritakan masalahnya	Dalam hal ini, permasalahan yang akan dibahas adalah permasalahan klien tentang komunikasi interpersonal.
	b. Mengidentifikasi perilaku yang bermasalah	Perilaku yang bermasalah sudah ditemukan sebelumnya pada tahap pretest tentang komunikasi

---

<sup>56</sup> Sugiyono, 2015, Op.Cit, h.185

		interpersonal rendah dan sangat rendah.
	c. Mengklarifikasi perilaku yang bermasalah	Mengklarifikasi apakah hasil dari pretest sesuai dengan keadaan klien yang sesungguhnya.
	d. Mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku bermasalah.	Mengidentifikasi, hal apa yang menjadi alasan klien terkait komunikasi interpersonal yang rendah.
	e. Mengidentifikasi intensitas perilaku bermasalah	Mengidentifikasi dalam situasi apa saja klien tidak bisa berkomunikasi dengan baik.
	f. Mengidentifikasi perasaan klien saat menceritakan perilaku bermasalah	Menanyakan perasaan klien pada saat menceritakan permasalahan tentang komunikasi interpersonal rendah.
<b>No</b>	<b>Tahapan</b>	<b>Kegiatan</b>
1	<b><i>Assessment</i></b>	
	g. Merangkum pembicaraan klien	Mengklarifikasi masalah yang sering muncul.
	h. Menentukan inti masalah	Menemukan inti masalah mengapa klien tidak bisa berkomunikasi dengan baik.
	i. Mengidentifikasi hal-hal yang menarik dalam kehidupan klien	Memberikan gambaran tentang pentingnya komunikasi interpersonal.
	j. Memberikan motivasi kepada klien	Memberikan motivasi kepada klien untuk meningkatkan komunikasi interpersonal.

2	<b>Goal setting</b>	
	a. Menentukan tujuan konseling	Tujuan dalam hal ini adalah meningkatkan komunikasi interpersonal yang rendah.
	b. Mempertegas tujuan yang ingin dicapai	Mempertegas bahwa tujuan dalam konseling ini adalah untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.
	c. Menyakinkan klien bahwa pratikan ingin membantu klien dalam mencapai tujuan konseling	Menyakinkan bahwa pratikan ingin membantu klien untuk mengatasi permasalahannya yaitu meningkatkan komunikasi interpersonal.
	d. Membantu klien memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai	Membantu klien dalam memandang perilakunya serta membantu klien dalam menemukan dan mengatasi hambatan yang dihadapinya dalam
<b>No</b>	<b>Tahapan</b>	<b>Kegiatan</b>
2	<b>Goal setting</b>	
	tujuan yang ingin dicapai.	mencapai tujuan konseling.
	e. Merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan operasional	Sub tujuan: 1. Meningkatkan kamunikasi interpersonal. 2. Meningkatkan keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesetaraan peserta didik.
3	<b>Implementasi Teknik (<i>Technique Implementation</i>)</b>	

	a. Menentukan teknik konseling	Menentukan teknik konseling yang akan digunakan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal yaitu dengan menggunakan teknik <i>shapping</i> .
	b. Melaksanakan perlakuan sesuai dengan teknik	Melakukan proses konseling dengan teknik <i>shapping</i>
4	<b>Evaluasi an Pengakhiran (Evaluation Termination)</b>	
	a. Menanyakan dan mengevaluasi apa yang akan dilakukan klien setelah diberikan treatment	Menanyakan kepada bagaimana perasaan klien setelah mendapatkan treatment serta menanyakan rencana atau tindakan yang akan dilakukan.
	b. Membantu klien mentransfer apa yang dipelajari kedalam tingkah laku klien	Meminta klien untuk benar-bener melakukan melakukan apa yang ia inginkan agar tujuan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal tercapai.
<b>No</b>	<b>Tahapan</b>	<b>Kegiatan</b>
4	<b>Evaluasi an Pengakhiran (Evaluation Termination)</b>	
	c. Mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan	Membuat kesepakatan dengan klien untuk mengadakan konseling lanjutan.
	d. Menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan dikatakan klien	Menyimpulkan tentang apa yang telah didapatkan selama proses konseling, mulai dari tujuan sampai dengan hasil konseling.
	e. Membahas tugas-tugas yang harus dilakukan pada pertemuan selanjutnya	Jika memungkinkan untuk melaksanakan pertemuan selanjutnya.

	f. Mengakhiri proses konseling	Mengakhiri proses konseling
--	--------------------------------	-----------------------------

## **F. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Wawancara (*Interview*)**

Teknik wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.<sup>57</sup> Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari responden.

Secara fisik wawancara dapat dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Metode wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara tidak terstruktur untuk memperoleh informasi tentang komunikasi interpersonal peserta didik sesama teman sebayanya dan lingkungan sekolah yang diperoleh dari peserta didik maupun guru bimbingan dan konseling.

### **2. Metode Kuesioner/Angket**

Kuesioner atau angket adalah sebagai sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis tentang data faktual atau opini yang berkaitan dengan diri responden, yang dianggap fakta atau kebenaran yang diketahui dan perlu dijawab oleh responden, dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang relevan sesuai

---

<sup>57</sup> Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, Yogyakarta, Pustaka Belajar, 2014, h.123

dengan tujuan penelitian.<sup>58</sup> Kuesioner yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner langsung.

### **3. Metode Observasi**

Mengutip dari Anwar Sutoyo pengertian “Observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap obyek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu”.<sup>59</sup> Jenis observasi yang peneliti gunakan adalah observasi *kurasi-partisipan* yaitu peneliti tidak ikut secara aktif dalam pengamatan aktivitas subyek. Jadi peneliti terlibat langsung dalam memberikan layanan.

## **G. Analisis Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket, tes, wawancara, catatan lapangan, observasi, dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

### **1. Uji Normalitas**

---

<sup>58</sup> Idid, h.151

<sup>59</sup> Ibid, h.69

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas populasi harus dipenuhi sebagai syarat untuk menentukan perhitungan yang akan dilakukan pada uji hipotesis berikutnya. Data yang diuji yaitu data kelas eksperimen dan data kelas kontrol. Uji normalitas yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah uji *Liliefors*. Dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Taraf Signifikansi  $(\alpha) = 0,05$
- b. Mengurutkan data sampel dari kecil ke besar
- c. Menentukan nilai  $Z_i$  dari tiap-tiap data, dengan rumus  $Z = \frac{X_i - \bar{X}}{S}$

Keterangan:

S: simpangan baku data tunggal

$X_i$  : data tunggal

$\bar{X}$  : rata-rata data tunggal

- d. Menentukan besar peluang untuk masing-masing nilai  $Z_i$  berdasarkan tabel  $Z_i$  sebut dengan  $f(Z_i)$ .
- e. Menghitung frekuensi kumulatif dari masing-masing nilai  $Z_i$  sebut dengan  $S(Z_i)$ .
- f. Menentukan nilai  $L_0$  dengan rumus  $F(Z_i) - S(Z_i)$  kemudian menentukan nilai mutlaknya. Mengambil nilai yang paling besar dan bandingkan dengan  $L_t$  dari tabel *Liliefors*.
- g. Adapun kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

Jika  $L_h > L_t$  (Tidak Normal)

Jika  $L_h \leq L_t$  (Normal)

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh asumsi bahwa sampel penelitian memiliki kondisi yang sama atau homogeni. Untuk menguji homogenitas variansi ini digunakan metode uji variansi terkecil menggunakan tabel F. Uji homogenitas yang digunakan menggunakan uji *Fisher*. Langkah-langkah dari uji variansi sebagai berikut.<sup>60</sup>

- 1) Menghitung variansi terbesar dan variansi terkecil

$$F_{\text{hitung}} = \frac{\text{varians terbesar}}{\text{varians terkecil}}$$

- 2) Bandingkan nilai  $F_{\text{hitung}}$  dengan nilai  $F_{\text{tabel}}$

Dengan rumus  $db_{\text{pembilang}} = n-1$  (untuk variansi terbesar)

$Db_{\text{penyebut}} = n-1$  (untuk variansi terkecil)

- 3) Taraf signifikan ( $\alpha$ ) = 0,05
- 4) Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

Jika  $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$  (Tidak Homogen)

Jika  $F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$  (Homogen)

## 3. Uji t Independen

---

<sup>60</sup> Sugiyono, *Op. Cit* h. 79.

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik dapat digunakan rumus uji t atau *t-test sprated varians* yang digunakan untuk menguji hipotesis kompratif dua sampel independen. Analisis data ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and service solution*) versi 16. Ada pun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan:

- X<sub>1</sub> : nilai rata-rata sampel 1 (kelompok eksperimen)
- X<sub>2</sub> : nilai rata-rata sampel 2 (kelompok kontrol)
- S<sub>1</sub><sup>2</sup> : varians total kelompok 1 (kelompok eksperimen)
- S<sub>2</sub><sup>2</sup> : varians total kelompok 2 (kelompok kontrol)
- n<sub>1</sub> : banyaknya sample kelompok 1 (kelompok eksperimen)
- n<sub>2</sub> : banyak nya sample kelompok 2 (kelompok kontrol).<sup>61</sup>

---

<sup>61</sup> Sugiyosno, *Op.Cit*, h.128