


Meningkatkan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas XI Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Behavioral Rehearsal di SMA Negeri 17 Palembang

Utty Purnamasari¹, Nurlela², Nur Intan Widianti³

^{1,2,3} Prodi PPG Bimbingan Konseling, Universitas Sriwijaya, Jalan Srijaya Negara, Bukit Lama, Kec. Ilir Barat 1, Kota Palembang, Sumatera Selatan, Kode Pos: 30139, Indonesia

E-mail: nurlelampd97@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.547>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 06 May 2025

Revised: 09 May 2025

Accepted: 16 May 2025

Kata Kunci:

Bimbingan Kelompok,
 Teknik Behavioral
 Rehearsal, Sikap Saling
 Menghargai

Keywords:

Group Counseling,
 Behavioral Rehearsal
 Technique, Mutual Respect
 Attitude



ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik *behavioral rehearsal* dalam meningkatkan sikap saling menghargai pada siswa kelas XI di SMA Negeri 17 Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen, tepatnya model *one-group pretest-posttest*. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas XI.6 yang berjumlah 35 orang, namun sampel yang digunakan terdiri dari 6 siswa. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa skor rata-rata pada saat pretest adalah 81,33 yang termasuk dalam kategori sedang, sedangkan skor rata-rata pada posttest meningkat menjadi 116,83 yang masuk dalam kategori tinggi hingga sangat tinggi. Berdasarkan analisis data menggunakan uji *paired sample t-test*. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* dari kelompok yang sama setelah diberi perlakuan atau intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *behavioral rehearsal* terhadap peningkatan sikap saling menghargai siswa kelas XI di SMA Negeri 17 Kota Palembang.

This study aims to determine the extent of the influence of group counseling services using the behavioral rehearsal technique in improving students' respectful attitudes toward peers in class XI at SMA Negeri 17 Palembang. The study employed a quantitative approach with an experimental design, specifically the one-group pretest-posttest model. The research subjects consisted of all students in class XI.6, totaling 35 students, with a sample of 6 students selected for analysis. The measurement results showed that the average pretest score was 81.33, which falls into the moderate category, while the average posttest score increased to 116.83, falling into the high to very high category. Data analysis was conducted using the paired sample t-test, which is used to determine whether there is a significant difference between the pretest and posttest results of the same group after receiving an intervention. Therefore, it can be concluded that group counseling services using the behavioral rehearsal technique have a significant influence on enhancing students' respectful attitudes in class XI at SMA Negeri 17 Palembang.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Utty Purnamasari et al.(2025 Meningkatkan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas XI Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Behavioral Rehearsal di SMA Negeri 17 Palembang 3(4) 1446-1450, doi:<https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.547>

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial memerlukan interaksi dan hubungan yang harmonis dengan orang lain. Salah satu kunci utama untuk menciptakan hubungan tersebut adalah sikap saling menghargai, yang muncul dari kesadaran pribadi untuk bersikap sopan, memahami perbedaan, dan menunjukkan empati. Ketika individu saling menghargai, akan tercipta lingkungan sosial yang damai dan penuh kerja sama, baik di sekolah maupun di masyarakat (Akidah, 2015). Namun, kenyataannya masih banyak siswa yang belum menunjukkan sikap menghargai, yang dapat menimbulkan konflik dalam lingkungan sekolah. Konflik ini bisa berupa tindakan fisik maupun verbal yang merugikan orang lain (Listanti, 2016). Sikap menghargai mencerminkan kemampuan untuk menahan diri dan memperlakukan orang lain dengan hormat. Tindakan sederhana seperti mengucapkan terima kasih atau mendengarkan dengan saksama merupakan wujud nyata dari sikap ini (Arliani, 2012). Sekolah memiliki peran penting dalam membentuk karakter siswa, termasuk menanamkan sikap menghargai. Namun, masih sering ditemui perilaku yang bertentangan dengan nilai tersebut, seperti siswa yang tidak menghormati guru. Salah satu kasus yang mencolok terjadi di Sulawesi Tenggara, di mana seorang guru dianiaya oleh siswanya saat memberikan pelajaran praktik karena arahan yang tidak diindahkan oleh siswa (Republika, 2022).

Pengalaman peneliti selama PPL di SMA Negeri 17 Kota Palembang memperlihatkan bahwa sebagian siswa kelas XI.6 masih menunjukkan sikap kurang menghargai terhadap teman sebaya. Temuan ini diperkuat oleh pengamatan guru BK. Beberapa perilaku yang sering muncul adalah tidak memperhatikan saat guru mengajar, tidak mengerjakan tugas, merundung teman, dan mengabaikan tanggung jawab piket kelas. Untuk mengatasi permasalahan ini, peneliti menerapkan layanan bimbingan kelompok sebagai pendekatan yang melibatkan interaksi dan diskusi aktif antarsiswa. Menurut Prayitno dan Amti (2004:99), bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan yang bertujuan membantu individu atau sekelompok orang dalam mengembangkan potensi dan kemampuan dirinya secara mandiri. Sementara itu, Tohirin (dalam Damayanti, 2012:40) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah metode pemberian bantuan kepada individu, khususnya siswa, melalui kegiatan bersama dalam suatu kelompok. Kegiatan ini menjadi wadah yang mendukung perkembangan optimal setiap siswa, sehingga mereka dapat mengambil pelajaran dan manfaat dari pengalaman belajar yang dialami dalam proses tersebut.

Dalam layanan bimbingan kelompok, peneliti menggunakan teknik *behavioral rehearsal* yang berasal dari terapi perilaku. Teknik ini membantu siswa melatih perilaku baru melalui bermain peran, menerima umpan balik dari konselor, serta melakukan latihan berulang, baik di dalam maupun di luar sesi konseling (Elford, 2016; Erford, 2016). Keunggulan teknik ini terletak pada penerapannya yang fleksibel dan mendorong siswa untuk mengubah perilaku yang tidak sesuai menjadi lebih positif. Teknik *behavioral rehearsal* terbukti efektif dalam mengatasi masalah interaksi sosial siswa dan mendorong perubahan perilaku. Penelitian terdahulu seperti oleh Akidah (2015) dan Ridho (2020) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan sikap saling menghargai siswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat tema ini dalam penelitian skripsi yang berjudul: meningkatkan sikap saling menghargai siswa kelas XI menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioral rehearsal di SMA Negeri 17 Palembang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan metode kuantitatif, yakni eksperimen one-group pretest-posttest, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal* terhadap peningkatan sikap saling menghargai siswa. Subjek penelitian adalah 6 siswa kelas XI.6 SMA Negeri 17 Kota Palembang yang dipilih secara acak (random sampling) dari populasi sebanyak 35 siswa, dengan kriteria siswa yang menunjukkan tingkat sikap saling menghargai yang rendah berdasarkan hasil angket awal. Prosedur penelitian melibatkan pengukuran awal (pre-test), pemberian perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal*, dan pengukuran akhir (post-test) untuk mengetahui perubahan sikap siswa setelah mengikuti layanan tersebut. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun 2025 di SMA Negeri 17 Kota Palembang.

Variabel penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat adalah sikap saling menghargai, yang didefinisikan secara konseptual sebagai kemampuan untuk memperlakukan orang lain dengan baik dan benar, tanpa merendahkan atau melakukan tindakan kasar. Secara operasional, sikap menghargai berarti tindakan yang menghormati orang lain tanpa menyakiti mereka baik secara verbal maupun fisik. Sikap ini diukur melalui angket yang menggunakan skala Likert dengan indikator seperti bersikap ramah, adil, dan sensitif terhadap perasaan orang lain. Variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioral rehearsal. Definisi konseptualnya adalah layanan yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi dan hubungan sosial melalui dinamika kelompok, dengan teknik behavioral rehearsal berupa bermain peran untuk melatih perilaku baru. Teknik ini bertujuan untuk membantu siswa mengubah sikap mereka melalui menirukan dan mempraktekkan perilaku yang diinginkan. Penelitian ini dilakukan dalam prosedur eksperimen one-group pretest-posttest design, dimulai dengan pengukuran awal (pre-test) sikap saling menghargai siswa, diikuti oleh pemberian perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioral rehearsal, dan diakhiri dengan pengukuran akhir (post-test) untuk menilai perubahan sikap siswa setelah perlakuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun 2025 di SMA Negeri 17 Palembang. Dalam proses pelaksanaannya, siswa terlebih dahulu diberikan angket pre-test yang berkaitan dengan sikap saling menghargai. Hasil dari pre-test tersebut menunjukkan bahwa pemahaman siswa mengenai sikap saling menghargai masih berada pada tingkat yang rendah. Berdasarkan data hasil pre-test sikap saling menghargai siswa, dari total 6 siswa yang menjadi partisipan, siswa yang berada dalam kategori "Sangat Tinggi" (skor 126–150) maupun "Tinggi" (skor 102–126), kategori "Sedang" (skor 78–102), yang menunjukkan bahwa sikap saling menghargai mereka masih berada pada tingkat menengah. Sementara itu, kategori "Rendah" (skor 54–78), yang menandakan bahwa sikap saling menghargai mereka masih kurang dan perlu ditingkatkan. Secara keseluruhan, data ini mencerminkan bahwa mayoritas siswa masih membutuhkan upaya pengembangan sikap saling menghargai melalui layanan yang sesuai. Berikut hasil 6 siswa yang mendapatkan kategori rendah dan sedang :

Tabel 1. Data Pretest saling menghargai

No	Nama	Indikator										Total	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	RI	11	12	12	7	11	7	5	2	4	6	77	Rendah
2	MA	14	13	10	8	9	7	3	2	6	4	76	Rendah
3	ZR	12	9	8	11	14	6	3	2	6	6	77	Rendah
4	KE	14	15	14	13	14	4	6	1	5	5	91	Sedang
5	NA	11	11	10	11	9	5	3	3	6	6	75	Rendah
6	DA	10	14	11	15	14	4	8	4	6	6	92	Sedang

Berdasarkan hasil pre-test yang diberikan kepada enam siswa, terlihat bahwa sebagian besar siswa masih memiliki sikap saling menghargai yang tergolong rendah. Empat dari enam siswa, yaitu RI, MA, ZR, dan NA, memperoleh skor di bawah 78, yang dikategorikan sebagai tingkat "Rendah". Nilai-nilai mereka berkisar antara 75 hingga 77. Hal ini menunjukkan bahwa keempat siswa tersebut belum menunjukkan perilaku menghargai yang optimal terhadap sesama, baik dalam bentuk sikap ramah, tidak mengejek, menghargai pendapat, maupun bentuk empati lainnya sesuai indikator yang diukur.

Sementara itu, dua siswa lainnya, yaitu KE dan DA, mendapatkan skor masing-masing 91 dan 92 yang termasuk dalam kategori "Sedang". Artinya, meskipun mereka belum menunjukkan sikap menghargai yang sangat tinggi, namun pemahaman dan perilaku mereka terhadap nilai-nilai menghargai sudah berada pada tingkat yang cukup baik dibandingkan rekan-rekannya. Hasil ini menjadi dasar penting dalam pelaksanaan treatment berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal*, dengan harapan dapat meningkatkan sikap saling menghargai seluruh siswa, terutama yang berada pada kategori rendah.

Tabel 2. Data Posttest Saling Menghargai

No	Nama	Indikator										Total	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	RI	18	18	17	16	18	8	8	4	8	8	123	Tinggi
2	MA	17	16	15	15	16	9	8	4	7	8	115	Tinggi
3	ZR	16	16	16	16	16	7	8	4	8	8	115	Tinggi
4	KE	16	15	16	16	16	7	8	4	8	9	115	Tinggi
5	NA	16	17	17	16	17	8	8	4	8	9	120	Tinggi
6	DA	15	17	15	15	16	8	7	4	8	8	113	Tinggi

Berdasarkan hasil post-test yang diberikan setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal*, terlihat adanya peningkatan skor pada masing-masing siswa jika dibandingkan dengan hasil pre-test. Seluruh siswa memperoleh skor di atas 100, yang mengindikasikan adanya perkembangan dalam sikap saling menghargai. Namun, dari enam siswa yang diuji, empat di antaranya RI, MA, ZR, dan NA masih berada dalam kategori “Rendah” meskipun skor mereka mendekati batas atas kategori tersebut (antara 113 hingga 123). Ini menunjukkan bahwa meskipun sudah terjadi peningkatan perilaku menghargai, perubahan tersebut belum cukup signifikan untuk mengangkat mereka ke kategori “Sedang”.

Sementara itu, dua siswa lainnya yaitu KE dan DA berhasil menunjukkan perkembangan yang lebih baik dengan masuk ke dalam kategori “Sedang”, masing-masing memperoleh skor 115 dan 113. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok memberikan dampak positif terhadap peningkatan sikap saling menghargai pada beberapa siswa. Meskipun begitu, mayoritas siswa masih perlu pendampingan lanjutan agar hasil peningkatan ini dapat lebih optimal dan konsisten. Secara keseluruhan, hasil post-test ini menjadi bukti awal bahwa teknik *behavioral rehearsal* memiliki potensi untuk mengembangkan sikap sosial siswa, meski perlu dilakukan upaya lebih intensif untuk mencapai hasil yang maksimal.

Pembahasan

Peneliti akan memaparkan hasil analisis data yang diperoleh selama pelaksanaan penelitian. Data tersebut dikumpulkan melalui pelaksanaan pretest dan posttest yang merupakan bagian dari prosedur penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana tingkat sikap saling menghargai antar teman sebaya. Berikut merupakan hasil temuan awal yang diperoleh dari pengukuran pretest dan posttest.

Tabel 3. Hasil Data Pretest dan Posttest Saling Menghargai

No	Nama	Nilai			
		Pretest		Posttest	
		Total	Kategori	Total	Kategori
1	RI	77	Rendah	123	Tinggi
2	MA	76	Rendah	115	Tinggi
3	ZR	77	Rendah	115	Tinggi
4	KE	91	Sedang	115	Tinggi
5	NA	75	Rendah	120	Tinggi
6	DA	92	Sedang	113	Tinggi
Rata-rata		81,33		116,83	

Berdasarkan tabel hasil pretest dan posttest di kelas XI.6 SMA 17 Palembang, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada sikap saling menghargai siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal*. Sebelum perlakuan (pretest), mayoritas siswa termasuk dalam kategori rendah, yakni empat dari enam siswa (RI, MA, ZR, dan NA), sementara dua lainnya (KE dan DA) berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pada awalnya sebagian besar siswa memiliki tingkat sikap saling menghargai yang masih tergolong rendah.

Setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal*, hasil posttest menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami peningkatan nilai dan berpindah ke kategori tinggi. Misalnya, RI yang semula berada pada kategori rendah dengan skor 77 meningkat menjadi 123, masuk kategori tinggi. Begitu pula MA dan ZR yang awalnya sama-sama berada pada kategori rendah, mengalami peningkatan menjadi 115. Peningkatan serupa juga terjadi pada NA yang dari skor 75

menjadi 120, serta pada KE dan DA yang sebelumnya berada di kategori sedang, kini meningkat ke kategori tinggi.

Peningkatan ini mencerminkan efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal* dalam membantu siswa mengembangkan sikap saling menghargai terhadap teman sebaya. Teknik ini memungkinkan siswa untuk menirukan dan mempraktikkan perilaku yang diharapkan melalui dinamika kelompok yang terarah, sehingga terjadi perubahan perilaku secara bertahap. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendekatan ini berhasil meningkatkan sikap positif siswa, terutama dalam aspek saling menghargai di lingkungan sekolah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada semester genap tahun 2025 di SMA Negeri 17 Palembang, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal* terbukti efektif dalam meningkatkan sikap saling menghargai antar teman sebaya pada siswa kelas XI.6. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor yang signifikan pada seluruh partisipan penelitian dari hasil pretest ke posttest. Sebelum diberikan layanan, empat dari enam siswa berada dalam kategori rendah, sedangkan dua lainnya berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa tingkat pemahaman dan penerapan sikap saling menghargai masih perlu ditingkatkan. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, seluruh siswa mengalami peningkatan dan berpindah ke kategori tinggi, dengan skor yang menunjukkan perkembangan positif pada seluruh indikator yang diukur, seperti menghargai pendapat orang lain, bersikap ramah, tidak mengejek, dan menunjukkan empati. Teknik *behavioral rehearsal* yang digunakan dalam layanan ini memungkinkan siswa untuk mempraktikkan perilaku positif dalam situasi yang menyerupai kehidupan nyata, sehingga mereka dapat belajar melalui pengalaman langsung dan refleksi kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan tersebut tidak hanya mampu mengubah perilaku, tetapi juga menumbuhkan sikap saling menghargai secara lebih mendalam dan berkelanjutan di antara siswa. Oleh karena itu, penerapan teknik ini dapat menjadi alternatif strategi bimbingan yang efektif dalam pengembangan keterampilan sosial dan karakter siswa di lingkungan sekolah.

REFERENSI

- Akidah, U. A. (2015). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Sikap Saling Menghargai Siswa Dengan Teman Sebaya Dalam Bergaul Pada Siswa Kelas X Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Palembang. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya, Vol 4. No 1 58-68.
- Arliani, E. E. (2012). Mengembangkan Sikap Saling Menghargai Melalui Pelajaran Matematika. Jurusan Pendidikan Matematika FMIPA. *Jurnal Prosiding Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Damayanti, N. (2012). *Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Araska.
- Erford, B. T. (2016). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Listanti, A. A. (2016). Analisis Tindakan Diskriminasi Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Other Thesis*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto. , 1.
- Prayitno. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ridho. (2020) M. Sikap Saling Menghargai Di Kalangan Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Multi Mekanik Masmur Pekanbaru. *skripsi* Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Riau.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.