

PENGARUH KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENGUBAH POLA PIKIR MENYONTEK PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII F SMP NEGERI 7 SURAKARTA

Muhammad Nadif Mahardhika¹, Lydia Ersta Kusumaningtyas², Eko Adi Putro³

¹²³BK FKIP UNIVERSITAS SLAMET RIYADI SURAKARTA

[1nadif.mhrdhka17@gmail.com](mailto:nadif.mhrdhka17@gmail.com) [2lydiaersta2025@gmail.com](mailto:lydiaersta2025@gmail.com)

[3icoboss16@gmail.com](mailto:icoboss16@gmail.com)

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of Reality Group Counseling in changing the cheating mindset of class VIII F students at SMP Negeri 7 Surakarta for the 2023/2024 academic year. This research employed a quantitative experimental approach utilizing a one-group pre-test and post-test design. The population consisted of all 33 students of class VIII F SMP Negeri 7 Surakarta, selected through a total sampling technique (saturated sampling). Data collection was carried out using a validated cheating mindset questionnaire with high reliability ($r_{11} = 0.810$). Data were analyzed using paired sample t-test via SPSS 21 and Microsoft Excel. The results revealed a significant decrease in cheating mindset scores, as reflected by an increase in academic integrity post-intervention. The calculated t-value was 16.289, which is significantly higher than the t-table value at both the 1% (2.738) and 5% (2.037) significance levels ($16.289 > 2.738 > 2.037$). Consequently, the null hypothesis (H_0) was rejected and the alternative hypothesis (H_a) was accepted. The implementation of three reality group counseling sessions successfully fostered students' self-awareness, responsibility, and commitment to independent learning. In conclusion, Reality Group Counseling is effective in altering the cheating mindset among junior high school students.

Keywords: reality group counseling, cheating mindset, academic integrity, junior high school

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh Konseling Kelompok Realita untuk mengubah pola pikir menyontek pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta Tahun Pelajaran 2023/2024. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimental dengan desain one-group pre-test and post-test design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta yang berjumlah 33 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh (total sampling), sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket pola pikir menyontek yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya ($r_{11} = 0,810$). Analisis data dilakukan dengan teknik paired sample t-test menggunakan bantuan SPSS versi 2.1 dan Microsoft Excel. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai rata-rata pre-test sebesar 108,58 dan rata-rata post-test sebesar 119,24 dengan thitung sebesar 16,289. Nilai tersebut kemudian dikonsultasikan dengan ttabel pada d.b = 32, di mana ttabel pada taraf signifikansi 1% = 2,738 dan 5% = 2,037 ($16,289 > 2,738 > 2,037$). Hasil pengujian menunjukkan bahwa Hipotesis Nol (H_0) ditolak dan

Hipotesis Kerja (Ha) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan Konseling Kelompok Realita efektif dan berpengaruh secara signifikan dalam mengubah serta menekan pola pikir menyontek peserta didik menuju sikap belajar yang lebih bertanggung jawab dan jujur.

Kata Kunci: konseling kelompok realita, pola pikir menyontek, integritas akademik, siswa SMP

A. Pendahuluan

Penilaian terhadap aspek pengetahuan peserta didik dalam sistem pendidikan nasional merupakan komponen krusial untuk mengukur sejauh mana capaian pembelajaran telah dikuasai oleh siswa. Pelaksanaan penilaian ini umumnya dilakukan melalui tes tertulis, seperti ulangan harian, Penilaian Tengah Semester (PTS), Penilaian Akhir Semester (PAS), hingga Ujian Sekolah. Tujuan utama dari tes tertulis adalah memberikan gambaran objektif dan valid mengenai tingkat pemahaman materi yang dimiliki peserta didik. Namun, pada kenyataan di lapangan, kevalidan hasil penilaian tersebut sering kali ternodai oleh maraknya fenomena perilaku menyontek (*academic cheating*) di kalangan siswa.

Fenomena ini juga terkonfirmasi berdasarkan hasil pengamatan langsung peneliti saat melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dan magang di SMP Negeri 7 Surakarta. Saat bertugas sebagai pengawas ujian, peneliti mendapati sejumlah peserta didik melakukan tindakan tidak jujur, seperti melihat catatan ringkas yang

disembunyikan di bawah meja, bertukar lembar jawaban, hingga mendengarkan bocoran jawaban dari rekan sejawat saat pengawas lengah. Bahkan berdasarkan studi pendahuluan, tercatat sekitar 57% siswa di lingkungan sekolah tersebut pernah atau kerap melakukan perilaku menyontek saat menghadapi tes akademis.

Perilaku menyontek pada dasarnya merupakan tindakan kecurangan akademis yang dapat berakar dari pola pikir (*mindset*) yang keliru. Sebagian besar siswa menganggap bahwa menyontek adalah hal yang wajar, lazim, dan dapat dimaklumi demi memperoleh nilai yang tinggi agar dapat memenuhi ekspektasi orang tua maupun syarat kelulusan/penerimaan sekolah lanjutan. Pola pikir yang melegitimasi tindakan menyontek ini sangat berbahaya jika dibiarkan melanggeng. Dampak negatif dari menyontek tidak hanya merusak integritas akademik, tetapi juga mendidik siswa untuk berbohong, mematikan daya kritis, menurunkan motivasi belajar mandiri, serta membentuk kepribadian yang selalu mengandalkan orang lain.

Untuk mengatasi masalah tersebut, diperlukan intervensi layanan Bimbingan dan Konseling yang tepat dan repsonsif. Salah satu pendekatan yang dinilai sangat relevan adalah Konseling Kelompok Realita. Pendekatan realita yang dikembangkan oleh William Glasser berfokus pada kondisi saat ini (here and now) dengan menekankan pada prinsip 3R: Reality (realita/kenyataan), Responsibility (tanggung jawab), dan Right (kebenaran). Konseling realita membantu individu untuk mengevaluasi apakah perilaku yang selama ini dilakukan (seperti menyontek) benar-benar efektif dan bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan dasarnya tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Melalui dinamika kelompok dalam konseling kelompok realita, peserta didik diajak untuk saling mengeksplorasi pilihan perilaku, menyadari konsekuensi dari pola pikir yang salah, serta menyusun rencana tindakan nyata (action plan) untuk menghentikan kebiasaan menyontek. Penelitian relevan terdahulu oleh Dewi (2010) serta Putri (2018) membuktikan bahwa pendekatan realita efektif dalam mereduksi kebiasaan menyontek dan

meningkatkan self-regulated learning siswa. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh pemberian layanan Konseling Kelompok Realita terhadap perubahan pola pikir menyontek pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta Tahun Pelajaran 2023/2024.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Desain penelitian yang diterapkan adalah One-Group Pre-Test and Post-Test Design (Arikunto, 2010). Pada desain ini, pengukuran variabel terikat dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberikan perlakuan (pre-test) dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan Konseling Kelompok Realita (post-test).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta Tahun Pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 33 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh (total sampling), di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Variabel bebas (X) dalam

penelitian ini adalah layanan Konseling Kelompok Realita, sedangkan variabel terikat (Y) adalah Pola Pikir Menyontek.

Teknik pengumpulan data menggunakan angket (kuesioner) skala Likert dengan 4 pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Uji coba instrumen dilaksanakan pada 32 siswa kelas VIII B SMP Negeri 7 Surakarta yang bukan merupakan responden penelitian. Dari 50 item pernyataan yang diuji coba, hasil uji validitas dengan rumus Product Moment menghasilkan 40 item valid dan 10 item gugur/drop. Uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus Spearman-Brown memperoleh koefisien reliabilitas (r_{11}) sebesar 0,810, yang tergolong dalam kategori sangat tinggi (0,800 – 1,000).

Pelaksanaan eksperimen/treatment Konseling Kelompok Realita diberikan sebanyak 3 kali pertemuan dengan durasi masing-masing 45-60 menit. Tahapan konseling meliputi: (1) Tahap Awal (orientasi dan pembentukan kepercayaan), (2) Tahap Peralihan (penjelasan kembali dan penyiapan dinamika kelompok), (3) Tahap Kegiatan (pembahasan masalah pola

pikir menyontek melalui eksplorasi WDEP: Wants, Doing, Evaluation, Planning), dan (4) Tahap Pengakhiran (evaluasi, komitmen, dan penutup). Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah statistik parametrik paired sample t-test dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 2.1 dan Microsoft Excel.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Deskripsi Data Pre-Test dan Post-Test

Pengukuran pola pikir menyontek peserta didik dilakukan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pemberian layanan Konseling Kelompok Realita. Berdasarkan pengolahan data terhadap 33 responden, diperoleh deskripsi statistik sebagaimana disajikan pada ringkasan berikut.

Pada data pre-test, skor tertinggi yang diperoleh siswa adalah 131 dan skor terendah adalah 90. Nilai rata-rata (mean) sebesar 108,58, nilai median sebesar 111,00, nilai modus sebesar 111, serta standar deviasi sebesar 9,789. Sebagian besar siswa berada pada kategori kecenderungan pola pikir menyontek yang cukup tinggi, di

mana indikator dominan adalah ketidakpercayaan diri akan kemampuan akademis serta anggapan bahwa menyontek merupakan hal yang wajar dilakukan demi menghindari remedial.

Setelah diberikan perlakuan berupa layanan Konseling Kelompok Realita sebanyak 3 kali pertemuan, dilakukan pengukuran kembali (post-test). Hasil post-test menunjukkan adanya

kenaikan skor positif pada sikap integritas/penolakan terhadap pola pikir menyontek. Skor tertinggi mencapai 137 dan skor terendah sebesar 93. Nilai rata-rata (mean) meningkat menjadi 119,24, nilai median sebesar 120,00, nilai modus sebesar 126, dan standar deviasi sebesar 10,586. Distribusi frekuensi data pre-test disajikan pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Pre-Test Pola Pikir Menyontek Siswa Kelas VIII F

Interval	X	X ²	F	Cfb	fx	fx ²
90 - 96	93	8649	5	33	465	43245
97 - 103	100	10000	3	28	300	30000
104 - 110	107	11449	7	25	749	80143
111 - 117	114	12996	15	18	1710	194940
118 - 124	121	14641	0	3	0	0
125 - 131	128	16384	3	3	384	49152
Jumlah	-	-	33	-	3588	397480

Selanjutnya, data distribusi frekuensi hasil post-test siswa setelah menerima layanan Konseling

Kelompok Realita disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Post-Test Pola Pikir Menyontek Siswa Kelas VIII F

Interval	X	X ²	F	Cfb	fx	fx ²

93 - 100	96.5	9312.25	1	33	96.5	9312.25
101 - 108	104.5	10920.25	5	32	522.5	54601.25
109 - 116	112.5	12656.25	8	27	900.0	101250.0 0
117 - 124	120.5	14520.25	5	19	602.5	72601.25
125 - 132	128.5	16512.25	10	14	1285.0	165122.5 0
133 - 140	136.5	18632.25	4	4	546.0	74529.00
Jumlah	-	-	33	-	3952.5	477416.2 5

2. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara rerata skor pre-test dan post-test. Berdasarkan perhitungan paired sample t-test, diperoleh nilai thitung sebesar 16,289. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan ttabel pada derajat kebebasan (d.b) = $N - 1 = 33 - 1 = 32$. Pada taraf signifikansi $\alpha = 5\%$ (0,05), diperoleh ttabel = 2,037, dan pada taraf signifikansi $\alpha = 1\%$ (0,01), diperoleh ttabel = 2,738.

Berdasarkan kriteria pengujian statistik, karena thitung (16,289) > ttabel (2,738) pada taraf signifikansi 1% maupun 5% ($2,037 < 16,289 > 2,738$), maka Hipotesis Nol (H_0) yang menyatakan 'Tidak ada Pengaruh

Konseling Kelompok Realita untuk mengubah Pola Pikir Menyontek pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta' ditolak. Sebaliknya, Hipotesis Kerja (H_a) yang menyatakan 'Ada Pengaruh Konseling Kelompok Realita untuk mengubah Pola Pikir Menyontek pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta' diterima kebenarannya.

3. Pembahasan

Peningkatan rata-rata skor dari 108,58 (pre-test) menjadi 119,24 (post-test) mengindikasikan adanya perubahan bermakna pada pola pikir siswa terkait perilaku menyontek. Sebelum mendapatkan perlakuan, mayoritas siswa memandang bahwa menyontek adalah tindakan wajar, wujud solidaritas antar teman, dan solusi

tercepat untuk mendapatkan nilai bagus. Namun, setelah melalui 3 sesi layanan Konseling Kelompok Realita, pemikiran irasional tersebut berhasil dikonfrontasi dan diubah.

Keberhasilan intervensi ini tidak terlepas dari penerapan prinsip dasar terapi realita (Glasser/Corey, 2012). Melalui tahap pengisian WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning), siswa diajak untuk: (1) Mengevaluasi apakah kebiasaan menyontek benar-benar membantu mereka meraih cita-cita jangka panjang, (2) Menyandarkan perilaku pada tanggung jawab (responsibility) dan norma kebenaran (right), serta (3) Menyusun rencana aksi nyata untuk belajar lebih mandiri sebelum ujian.

Temuan studi di lapangan menunjukkan bahwa faktor internal pemicu menyontek dominan meliputi ketakutan akan nilai remedial, kecemasan mengecewakan orang tua, serta kurangnya kontrol diri (self-control). Sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya dan pengawasan ujian yang kurang ketat. Layanan konseling kelompok memberikan ruang aman bagi siswa untuk saling berbagi, menyadari kesalahan secara kolektif,

dan memperkuat komitmen perubahan positif.

Penelitian ini sejalan dengan temuan Retno Dewi (2010) yang membuktikan efektivitas konseling kelompok realita dalam menekan kecenderungan menyontek siswa. Dengan tumbuhnya rasa percaya diri dan tanggung jawab pribadi, siswa kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta kini memiliki kesadaran akademis yang lebih matang dan mampu menolak dorongan menyontek saat ujian berlangsung.

D. Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan Konseling Kelompok Realita berpengaruh secara signifikan dalam mengubah pola pikir menyontek pada peserta didik kelas VIII F SMP Negeri 7 Surakarta Tahun Pelajaran 2023/2024. Hal ini terbukti dari peningkatan rata-rata skor dari 108,58 (pre-test) menjadi 119,24 (post-test) serta perolehan $t_{hitung} = 16,289$ yang jauh lebih besar dari t_{tabel} (2,037 pada $\alpha=0,05$ dan 2,738 pada $\alpha=0,01$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima.

2. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti menyampaikan beberapa saran konstruktif sebagai berikut:

- a. Bagi Siswa: Diharapkan dapat terus mempertahankan sikap jujur dan meyakini bahwa proses belajar mandiri jauh lebih berharga daripada hasil instan yang diperoleh melalui cara yang curang.
- b. Bagi Guru BK: Diharapkan dapat mengintegrasikan pendekatan Konseling Kelompok Realita sebagai salah satu program intervensi rutin dalam mengatasi masalah kedisiplinan dan kejujuran akademik siswa di sekolah.
- c. Bagi Sekolah: Diharapkan memberikan dukungan fasilitatif, seperti penyediaan ruang konseling yang representative, agar pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling dapat berlangsung secara optimal.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya: Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel moderator seperti self-efficacy atau menggunakan teknik eksperimen dengan kelompok kontrol (true experimental design) untuk memperluas generalisasi hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiputra, A. A. N. (2015). *Konseling Kelompok: Perspektif Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Asih, G. N. N. A., Putro, E. A., & Latifah, S. N. (2025). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Perilaku Menyontek Siswa Kelas VII SMP Negeri 15 Surakarta. *Jurnal Education and Development*, 13(3), 269-273.
- Bungin, B. (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling* (8th ed.). USA: Brooks/Cole.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (E. Koswara, Trans.). Bandung: PT. Refika Aditama.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Boston: Pearson.
- Dewi, R. (2010). *Efektivitas Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Kebiasaan Menyontek Siswa*. Skripsi. Universitas Negeri Malang.
- Djaali. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Kurnanto, M. E. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Lesmana, G. (2022). *Bimbingan dan Konseling Belajar*. Jakarta: Kencana Prenada.
- Lumongga, N. (2017). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Mulawarman. (2020). *Konseling Kelompok Pendekatan Realita*. Jakarta: Kencana.
- Poerwadarminta, W. J. S. (2007). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Prakoso, M. R. N., Kusumaningtyas, L. E., & Sholikhah, L. D. (2026). Metode Socrates Sebagai Strategi Peningkatan Keterampilan Dasar Konseling Mahasiswa Calon Pendidik. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 12(1), 1-8.
- Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Tangerang: Pascal Books.
- Putro, E. A., & Jawandi, A. (2021). Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Permainan untuk Meningkatkan Sikap Kepedulian kepada Orang Lain. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 3(1).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W. S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.