

Efektivitas Teknik *Self contracting* dan *self reinforcement* untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Matematika Pada Siswa Kelas V SDN Pandes Wedi Klaten

Self Contracting and Self Reinforcement Technique to Improve The Mathematic Achievement In The V Graders of SDN Pandes Wedi Klaten

Pritta Ratnaningtyas, Edy Legowo, Sri Wiyanti

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebalas Maret

ABSTRAK

Prestasi belajar matematika menjadi cerminan keberhasilan seorang siswa dalam mengikuti proses belajar matematika. Matematika sebagai mata pelajaran yang dirasakan sulit dan dapat membuat siswa kurang termotivasi untuk belajar. Sebagaimana ditunjukkan oleh data dokumentasi nilai harian matematika, sebanyak 61% siswa memiliki capaian nilai rata-rata ulangan harian kurang dari kriteria ketuntasan minimal. Salah satu teknik untuk meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa sekolah dasar adalah teknik *self contracting and self reinforcement*. Teknik *self contracting* dan *self reinforcement* merupakan salah satu teknik dari metode *self control* untuk meningkatkan prestasi belajar siswa. Penelitian ini, bertujuan menguji efektivitas teknik *self contracting and self reinforcement* untuk meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa kelas V SD.

Subjek penelitian sebanyak enam orang yang diambil melalui *purposive sampling*. Alat pengumpulan data prestasi belajar matematika menggunakan tes buatan guru. Teknik analisis data menggunakan statistik persentase, *split-middle technique* dan analisis klinis dengan *subjective evaluation method*. Hasil analisis data menggunakan teknik statistik persentase menunjukkan bahwa rata-rata perubahan persentase subjek sebesar 65%. *Visual inspection* pada *split-middle technique* menunjukkan peningkatan rata-rata perubahan point slope sebesar 1, 2 dan peningkatan perubahan rata-rata point level data sebesar 1,49. Analisis Klinis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata ulangan harian matematika sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik *self contracting and self reinforcement* efektif untuk meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa kelas V SDN Pandes Wedi Klaten.

Kata Kunci: Prestasi Belajar Matematika, Teknik *Self contracting and Self Reinforcement*

PENDAHULUAN

Matematika merupakan mata pelajaran yang memiliki peran penting bagi para siswa disetiap jenjang pendidikan, bahkan sejak usia pra sekolah anak-anak sudah dikenalkan pada matematika meskipun dalam bentuk yang masih

seederhana, misalnya mengenal lambang bilangan..

Matematika merupakan cabang ilmu pengetahuan eksak dan terorganisir secara sistematis. Matematika juga dapat digunakan sebagai sarana penyampaian informasi serta dapat meningkatkan kemampuan dalam berpikir

kritis, logis dan teliti (Abdurahman, 1999). Pernyataan tersebut mengandung makna bahwa matematika sebagai bahasa simbolis yang bertujuan untuk menunjukkan sebuah hubungan kuantitatif dan keruangan menuntut individu untuk melakukan penalaran yang kritis, logis dan teliti dalam memaknai setiap simbol yang ada.

Abdurahman (1999) menyatakan bahwa dari berbagai bidang studi yang diajarkan di sekolah, matematika merupakan bidang studi yang dianggap paling sulit bagi para siswa. Matematika juga dianggap sebagai momok oleh sebagian besar siswa. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa para siswa beranggapan persoalan matematika sulit dipecahkan, hafalan rumus yang banyak serta bahasa simbol yang rumit. Anggapan negatif inilah yang secara tidak langsung berdampak pada kurangnya minat dan motivasi siswa dalam belajar matematika sehingga muncul rasa malas untuk mengikuti mata pelajaran matematika yang diberikan oleh guru. Rasa malas tersebut bisa bertambah apabila metode pembelajaran dianggap membosankan oleh siswa, misalnya guru kurang komunikatif dengan siswa, pembelajaran hanya bersifat satu arah. Persentase jam belajar matematika yang lebih banyak dibandingkan mata pelajaran lain dimungkinkan juga dapat memberikan dampak psikologis bagi siswa misalnya siswa merasa bosan dengan materi matematika, siswa mengalami perasaan tertekan sehingga semakin memicu rasa malas ketika belajar matematika baik di sekolah maupun di rumah. Rasa malas

tersebut pada umumnya ditunjukkan dalam perilaku yang cenderung mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas. Perilaku tersebut antara lain bercerita dengan teman sebangku, mengganggu teman, dan membuat kegaduhan di dalam kelas.

Prestasi belajar merupakan capaian hasil belajar yang diwujudkan dalam bentuk nilai yang diberikan oleh guru berdasarkan hasil pengukuran dan tes. Prestasi belajar merupakan cerminan usaha yang dilakukan siswa dalam menyelesaikan tugas belajar yang diberikan (Puspita Sari dan Djuniarto, 2012). Prestasi belajar menjadi tolok ukur keberhasilan seorang siswa dalam mengikuti proses belajar di sekolah. Prestasi belajar juga dapat digunakan sebagai prediktor capaian keberhasilan di masa datang. Prestasi belajar yang tinggi menunjukkan keberhasilan seorang siswa dalam proses belajar.

Berdasarkan skor rata-rata ulangan harian yang dilakukan oleh siswa kelas V SDN Pandes Wedi Klaten didapatkan data bahwa 19 dari 31 siswa mendapatkan skor rata-rata ulangan harian kurang dari kriteria ketuntasan minimal. Bahkan 16 siswa mendapatkan skor rata-rata kurang dari nilai rata-rata kelas. Berdasarkan data tersebut disimpulkan bahwa siswa kelas V SDN Pandes Wedi Klaten memiliki prestasi yang rendah pada mata pelajaran matematika.

Adanya kecenderungan prestasi belajar yang rendah pada mata pelajaran matematika di sekolah dasar membuat banyak peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai

peningkatan prestasi belajar matematika. Hasil penelitian mengenai model pembelajaran NHT (*Number Head Together*) berpengaruh positif yang signifikan pada hasil belajar siswa kelas V SD (Sunandar, 2008). Selain menggunakan metode pembelajaran, penggunaan metode analisis perilaku dapat meningkatkan prestasi belajar pada siswa.

Self control sebagai salah satu metode analisis perilaku terdiri atas tiga teknik yaitu *self observation*, *self contracting* and *self reinforcement*, serta *managing stress and tension*. Teknik *self contracting* and *self reinforcement* dipilih untuk digunakan dalam penelitian ini karena teknik tersebut dipelajari oleh guru untuk mengajarkan kepada siswa mengendalikan perilaku terutama dilingkungan kelas. Teknik *self contracting* and *self reinforcement* terdiri atas dua tahap yaitu tahap pertama merupakan inisiasi kontrak oleh guru dan tahap kedua merupakan pemindahan kendali perilaku pada siswa. Tahap kedua terbagi menjadi enam langkah kerja secara sistematis. Penerapan teknik *self contracting* and *self reinforcement* diharapkan mampu mengajarkan siswa untuk membuat komitmen dengan diri sendiri, menepati komitmen serta bertanggung jawab terhadap komitmen tersebut.

Berdasarkan beberapa uraian yang telah disampaikan maka muncul ketertarikan untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas teknik *self contracting* dan *self reinforcement* untuk meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa kelas V SD.

A. Prestasi Belajar

Prestasi belajar merupakan suatu cara yang dilakukan untuk memberikan penilaian terhadap hasil-hasil belajar siswa yang dilakukan dalam jangka waktu tertentu dan dicatat dalam buku prestasi siswa atau buku rapor siswa di sekolah (Tya Anggreini, 2010). Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa prestasi belajar merupakan sebuah nilai yang diberikan guru sebagai hasil dari serangkaian proses belajar. Prestasi belajar digunakan oleh guru sebagai acuan keberhasilan siswa dalam proses belajar.

Prestasi belajar menurut Suryabrata (1998) adalah penilaian hasil pendidikan. Hal tersebut dapat dimaknai bahwa hasil penilaian inilah yang digunakan untuk memberikan penilaian kemajuan pada siswa setelah belajar dan melakukan latihan dengan sengaja terutama yang berhubungan dengan bidang pendidikan. Bloom (dalam Winkel, 1996) menyatakan bahwa prestasi belajar adalah proses yang dialami oleh siswa untuk menghasilkan perubahan dalam bidang pengetahuan, pemahaman, penerapan, daya analisis, sintesis dan evaluasi. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa perubahan yang diharapkan muncul dari proses belajar dalam berbagai bidang tersebut merupakan perubahan yang menuju pada arah positif sehingga dapat dikatakan bahwa siswa dengan arah perubahan yang positif memiliki kecenderungan prestasi belajar yang tinggi. Berdasarkan definisi dari beberapa ahli tersebut dapat dibuat sebuah kesimpulan bahwa prestasi belajar merupakan penilaian terhadap hasil belajar dalam jangka

waktu tertentu yang ditunjukkan dengan skor atau nilai.

B. Teknik Self Contracting dan Self Reinforcement

Teknik *self contracting* dan *self reinforcement* sebagai satu kesatuan teknik dari analisis perubahan perilaku menerapkan prinsip-prinsip teori belajar sosial. Teori belajar sosial mendekati penjelasan perilaku manusia dalam hal interaksi timbal balik yang berkesinambungan antara kognitif, perilaku dan lingkungan (Bandura, 1977). Penjelasan tersebut dapat dimaknai bahwa perilaku yang dihasilkan oleh individu merupakan hasil dari pengaruh kognitif, perilaku dan lingkungan. Individu mampu berpikir untuk mengatur dan mengendalikan perilakunya sendiri bahkan individu juga memiliki kemampuan untuk mengendalikan juga dikendalikan oleh lingkungan. Berdasarkan teori tersebut seorang individu mampu menetapkan standar tertentu untuk perilaku diri sendiri serta mampu memberikan tanggapan atas perilaku tersebut dengan *self-reinforcement* atau *self-punishment*.

Self reinforcement pada teori belajar sosial mengacu pada proses individu dalam meningkatkan dan mengendalikan perilaku dengan menghadahi diri sendiri dengan penghargaan yang telah ditetapkan ketika individu tersebut telah mencapai standar yang ditetapkan oleh diri sendiri (Bandura, 1977). Penjelasan tersebut memiliki persamaan dengan uraian teknik *self contracting* dan *self reinforcement* yang menyatakan bahwa teknik *self contracting* dan *self reinforcement*

merupakan salah satu teknik dalam metode *self control* yang bertujuan untuk mengendalikan perilaku diri sendiri dengan memberikan penghargaan untuk memperkuat perilaku tersebut.

Peran *reinforcement* dalam teori belajar sosial adalah meningkatkan kinerja individu terutama melalui fungsi motivasi (Bandura, 1977). Penjelasan tersebut dapat dimaknai bahwa *reinforcement* merupakan salah satu hal yang dapat mendorong individu untuk meningkatkan kinerja atau dalam konteks perilaku adalah meningkatkan munculnya perilaku baru sesuai standar yang telah ditetapkan sendiri. Bandura, (1977) juga menyatakan bahwa teori belajar sosial menekankan bahwa penilaian terhadap peningkatan kinerja individu tidak dapat dibandingkan dengan individu lain tetapi dibandingkan dengan kinerja sebelumnya dari inividu tersebut.

Analisis perubahan perilaku sebagai suatu proses yang sistematis juga mengajarkan kepada siswa mengenai berbagai ketrampilan penting serta menunjukkan kepada siswa untuk dapat belajar mengenai cara berperilaku yang lebih efektif. Analisa perubahan perilaku diorganisir menjadi empat langkah yaitu, memilih perilaku yang ingin diubah, mengamati kegiatan di kelas yang melatar belakangi munculnya perilaku, mengembangkan sebuah rencana tindakan dan menerapkan rencana tersebut, serta menilai tujuan yang direncanakan (Goodwin & Coates, 1976). Empat langkah tersebut menjadi dasar dalam menjalankan analisa perubahan perilaku pada

siswa dalam *setting* sekolah atau kelas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengambil subjek 6 siswa kelas V SD N Pandes Wedi Klaten. Pemilihan subjek pada penelitian ini dilakukan dengan penilaian dan upaya cermat yaitu berdasarkan kriteria tertentu dengan tujuan mendapatkan subjek penelitian yang representatif. Kriteria pemilihan subjek dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Siswa yang memiliki nilai ulangan matematika berada pada kategori kurang dari nilai rata-rata kelas.
- b. Siswa yang memiliki nilai ulangan terendah pada mata pelajaran matematika.
- c. Siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar diluar sekolah.
- d. Siswa yang direkomendasikan oleh guru untuk menjadi subjek penelitian.

Pemilihan subjek penelitian yang terdiri dari tiga kelompok kecil yang terdiri dari dua orang siswa dilakukan untuk menyesuaikan dengan desain yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu *single case experimental design* dengan *multiple baseline design across subject*. Shaughnessy, dkk (2006) menyebutkan bahwa nama lain dari desain eksperimental dengan kasus tunggal sebagai *small-N research*.

Single case experimental design atau *single subject design* merupakan sebuah rancangan penelitian eksperimental yang bertujuan untuk mengevaluasi efek sebuah perlakuan pada masing-masing subjek secara individual atau dalam kasus tunggal. Hal tersebut sesuai dengan

pengertian bahwa desain kasus tunggal dapat berupa beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek yang diteliti adalah tunggal (N=1) (Latipun, 2006, h. 139).

Multiple baseline across sectional subject dipilih untuk digunakan dalam penelitian ini karena diharapkan mampu memberikan kontrol yang kuat pada efek perlakuan atau *treatment* terhadap *target behavior*.

Alat pengukuran data prestasi belajar dalam penelitian ini adalah tes buatan guru yang dibuat berdasarkan silabus kurikulum mata pelajaran matematika untuk kelas V SD. Tes buatan guru yang dikembangkan berdasarkan silabus atau kurikulum dianggap telah memiliki validitas isi atau validitas kurikulum. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik dan analisis klinis. Analisis statistik terdiri atas analisis statistik persentase dan *split-middle technique*, sedangkan analisis klinis menggunakan *subjective evaluation method*.

HASIL- HASIL

1. Hasil analisis statistik Persentase

Hasil penghitungan analisis data dengan statistik persentase untuk masing-masing subjek dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Statistik Persentase

| No | Kelompok | Subjek | Persentase Perubahan |
|----|----------|--------|----------------------|
| 1 | 1 | 1 | 50% |
| 2 | | 2 | 49% |
| 3 | 2 | 1 | 67% |
| 4 | | 2 | 71% |
| 5 | 3 | 1 | 82% |
| 6 | | 2 | 75% |

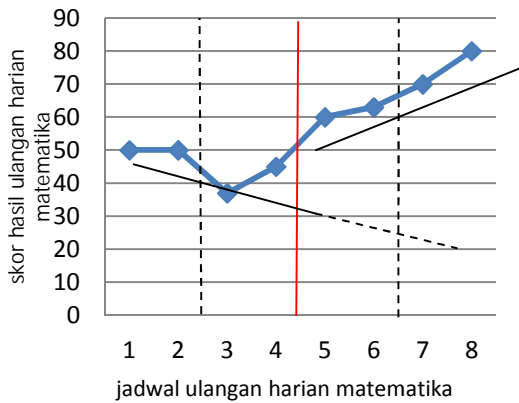
2. Hasil analisis *split middle-technique*

Hasil analisis *split middle technique* yang ditunjukkan dengan perubahan rata-rata peningkatan point slope dan point level data pada masing-masing subjek sebagai berikut,

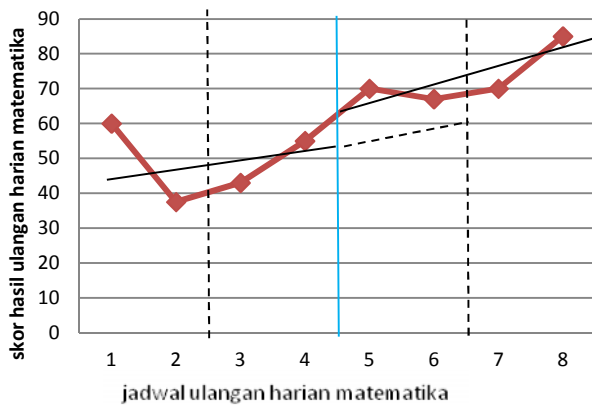
Tabel 2. Data Perubahan Slope dan Perubahan Level

| No | Kelompok | Subjek | Perubahan Slope | Perubahan Level |
|----|----------|--------|-----------------|-----------------|
| 1 | 1 | 1 | 1,01 | 1,56 |
| 2 | | 2 | 1,3 | 1,09 |
| 3 | 2 | 1 | 1,325 | 1,375 |
| 4 | | 2 | 1,38 | 1,625 |
| 5 | 3 | 1 | 1,38 | 1,625 |
| 6 | | 2 | 1 | 1,67 |

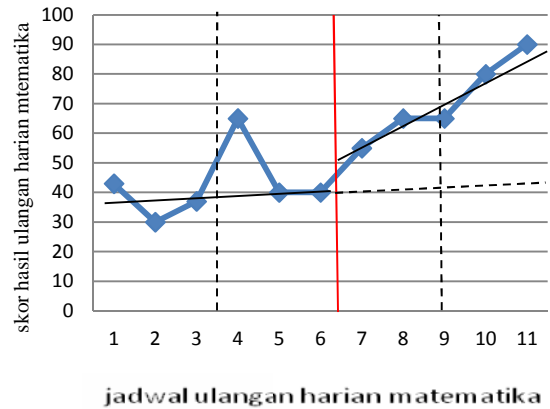
Hasil analisis *split middle technique* yang ditunjukkan dengan *visual inspection* pada masing-masing subjek sebagai berikut,



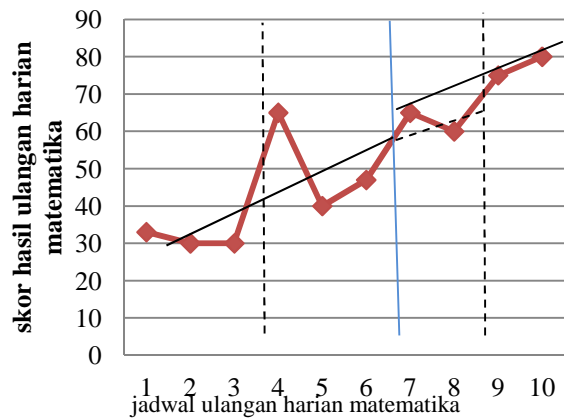
Gambar 1. *Visual Inspection* Subjek Kesatu Kelompok Satu



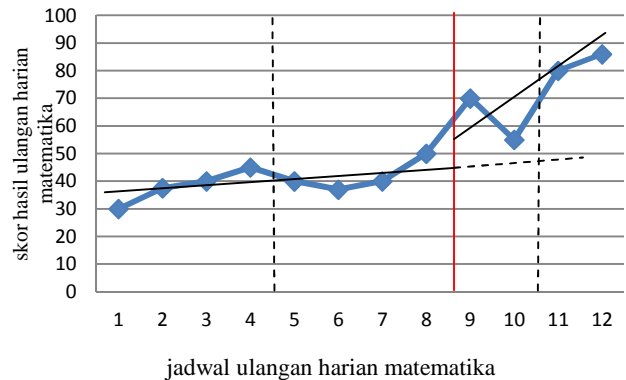
Gambar 2. *Visual Inspection* Subjek Kedua Kelompok Satu



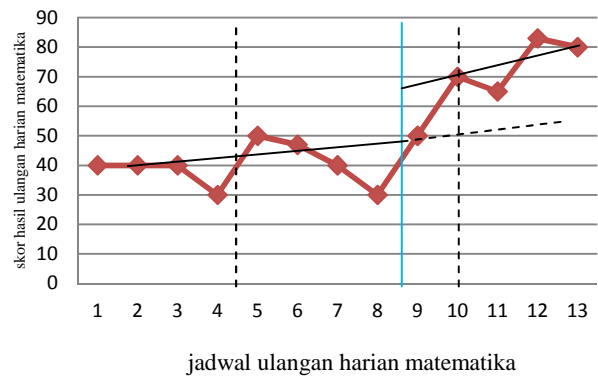
Gambar 3. *Visual Inspection* Subjek Kesatu Kelompok dua.



Gambar 4. *Visual Inspection* Subjek Kedua Kelompok dua



Gambar 5. *Visual Inspection* Subjek Kesatu Kelompok tiga



Gambar 6. *Visual Inspection* Subjek Kedua Kelompok tiga

3. Hasil analisis klinis

Guru menyatakan bahwa prestasi belajar pada masing-masing subjek penelitian mengalami peningkatan setelah mengikuti kegiatan penelitian. Hal tersebut dibuktikan guru dengan memperhatikan setiap sesi ulangan harian selama kegiatan penelitian, selain itu guru juga membandingkan skor rata-rata pada masing-masing subjek penelitian pada fase *baseline* dan fase intervensi.

Guru juga menyatakan bahwa masing-masing subjek penelitian mengalami perubahan perilaku. Misalnya pada subjek kesatu kelompok satu sebelum sberi perlakuan dengan *self contracting* dan *self reinforcement* subjek tersebut tidak pernah berani untuk bertanya kepada guru mengenai materi yang disampaikan oleh guru, namun setelah diberi perlakuan muncul keberanian untuk bertanya kepada guru jika menemukan kesulitan atau kurang paham dengan materi pelajaran serta beberapa kali nampak belajar di kelas sebelum ulangan dimulai.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil analisis statistik persentase dengan analisis klinis pada subjek kedua kelompok kesatu. Hasil analisis persentase untuk subjek kedua kelompok kesatu menghasilkan data perubahan persentase sebesar 49%, sedangkan hasil analisis klinis menyatakan bahwa terjadi

perubahan peningkatan skor ulangan harian matematika pada subjek tersebut.

Berdasarkan ketentuan dari Goodwin dan Coates (1976) yang menyatakan bahwa perubahan perilaku yang terjadi akibat sebuah *treatment* dapat dikatakan berubah signifikan apabila hasil penghitungan dengan rumus tersebut tidak kurang dari 50%. Namun, sesuai dengan ketentuan yang digunakan dalam analisis hasil penelitian yang menyatakan bahwa apabila terjadi perbedaan hasil antara analisis kuantitatif dengan analisis klinis maka yang digunakan adalah hasil analisis klinis. Sehingga dapat diambil kesimpulan pada subjek kedua kelompok kesatu yaitu teknik *self contracting* dan *self reinforcement* efektif untuk meningkatkan prestasi belajar matematika. kesimpulan tersebut juga didukung analisis kuantitatif dengan *split middle technique* yang menggambarkan adanya perubahan kenaikan skor hasil ulangan harian matematika pada subjek kesatu kelompok kesatu.

Hasil analisis data dengan teknik statistik persentase pada subjek pertama kelompok pertama menghasilkan data perubahan perilaku sebesar 50%. Secara berturut-turut hasil analisis data dengan teknik statistik persentase opada subjek pertama dan subjek kedua kelompok kedua adalah 67% dan 71%. Hasil analisis data dengan teknik persentase pada subjek pertama dan subjek kedua pada kelompok ketiga secara berturut-turut adalah 82% dan 75%. Berdasarkan data hasil analisis atatistik persentase dapat dinyatakan bahwa teknik *self contracting* dan *self reinforcement* efektif untuk

meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa kelas V SDN Pandes Wedi Klaten. Selain itu, hasil analisis tersebut juga didukung dan diperkuat dengan hasil analisis *split middle technique* yang berupa *visual inspection* serta hasil analisis klinis yang juga menunjukkan adanya perubahan kenaikan skor ulangan harian matematika pada masing-masing subjek.

Kontrak dan *reinforcement* merupakan pemicu utama yang digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa. Siswa belajar untuk mengendalikan diri dengan menetapkan tujuan yang realistis melalui kontrak yang dibuat dengan guru pengampu mata pelajaran matematika, sedangkan *reinforcement* yang dipilih dan diberikan oleh guru berperan untuk mempertahankan bahkan meningkatkan perubahan prestasi belajar siswa.

Social learning theory merupakan teori yang menjadi dasar penerapan teknik *self contracting* dan *self reinforcement*. Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa dalam pelaksanaan teknik *self contracting* dan *self reinforcement* melibatkan peran kognitif, perilaku dan lingkungan sosial. Ketiga peran tersebut memiliki hubungan timbal balik atau saling mempengaruhi antara satu dengan yang lain. Peran kognitif dalam penerapan teknik *self contracting* dan *self reinforcement* terletak pada proses pembuatan kontrak terutama pada aspek penentuan tujuan atau penetapan skor ulangan harian matematika. Peran perilaku terletak pada perilaku belajar siswa yang membuat siswa mencapai skor yang lebih baik pada ulangan harian matematika. Peran lingkungan terdapat

pada peran guru yang membantu siswa dalam menyusun kontrak serta memberikan *reinforcement* kepada siswa apabila dapat mencapai kontrak tersebut. *Reinforcement* diberikan kepada siswa dengan tujuan untuk mempertahankan dan memperkuat perilaku siswa.

Self contracting merupakan teknik untuk mengajarkan kepada siswa mengenai perencanaan dan penetapan target yang realistis serta bertanggung jawab untuk mencapai target yang telah dibuat. Menetapkan tujuan sebagai inti dari teknik *self contracting* merupakan cerminan dari *self regulation learning* yang merupakan bagian dari teori belajar sosial. Selain itu, *self contracting* secara tidak langsung mengajarkan kepada siswa agar menanamkan keyakinan kepada diri sendiri sehingga dapat mencapai target yang telah ditentukan. Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri merupakan faktor kognitif dalam teori belajar sosial yang disebut *self-efficacy*. *Self-efficacy* mempunyai pengaruh yang kuat pada perilaku (Bandura, 1997 dalam Santrock, 2009). Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa seorang siswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah kemungkinan tidak akan belajar pada saat ujian karena siswa tersebut tidak memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu untuk belajar dengan baik dan berprestasi tinggi dalam ujian tersebut.

Penentuan tujuan yang realistis dalam teknik *self contracting* melibatkan peran kognisi karena siswa akan berpikir lebih dalam dan logis mengenai cara menetapkan skor nilai

sebagai tujuan akhir pada setiap sesi ulangan harian matematika. Berpikir lebih dalam dan logis digunakan siswa untuk mempertimbangkan kemampuan siswa dalam menguasai materi matematika serta menentukan skor yang sekiranya dapat dicapai.

Self contracting juga mengajarkan kepada siswa untuk menetapkan target yang ingin dicapai secara mandiri. Hal tersebut dapat mengubah *mind set* siswa yang awalnya bergantung sepenuhnya pada otoritas guru secara bertahap ketergantungan tersebut berubah dengan kemandirian penuh untuk menetapkan target atau tujuan yang rasional. Tujuan yang rasional yang dimaksud adalah skor nilai yang ingin dicapai oleh siswa. Penjelasan tersebut dapat dibuktikan dengan contoh pelaksanaan prosedur teknik *self contracting* dan *self reinforcement* yang diterapkan dalam penelitian ini, pada kontrak pertama target nilai dan *reinforcement* ditentukan sepenuhnya oleh guru, pada kontrak kedua guru membagi kewenangan kepada siswa untuk menentukan target nilai dan jenis *reinforcement* yaitu dengan rasio 50% : 50%. Kontrak ketiga, siswa diberi wewenang yang lebih besar yaitu sebesar 75% untuk menentukan target nilai dan jenis *reinforcement*. Peran guru yang hanya 25% digunakan untuk memberi masukan, arahan dan motivasi kepada siswa agar semakin terpacu untuk menentukan target nilai yang lebih tinggi dari kontrak yang sebelumnya serta untuk menjaga perilaku siswa agar tetap sesuai dengan harapan lingkungan. Hal tersebut

dilakukan dalam rangka memindahkan tanggung jawab dan mengajarkan pengendalian diri secara bertahap kepada siswa.

Peran perilaku dalam penerapan teknik *self contracting* dan *self reinforcement* terletak pada perubahan perilaku belajar siswa yang mengacu pada target skor ulangan harian yang dituliskan dalam kontrak. Perilaku belajar siswa berubah ke arah yang lebih baik dengan tujuan dapat mencapai skor sesuai kontrak yang telah ditetapkan atau bahkan dapat mencapai skor yang lebih tinggi dari target yang telah ditetapkan. Perubahan perilaku belajar tersebut yang akan meningkatkan prestasi belajar siswa pada mata pelajaran matematika. Peran perilaku juga akan tampak pada perubahan perilaku siswa ketika mengikuti kegiatan belajar mengajar didalam kelas. Sesuai dengan keterangan guru bahwa perilaku siswa mulai berubah ke arah yang lebih baik. Misalnya siswa yang dulunya tidak berani bertanya kepada guru setelah diberi perlakuan teknik *self contracting* dan *self reinforcement* menjadi lebih berani untuk bertanya kepada guru, siswa yang dulunya lamban dalam mengerjakan tugas sekarang sudah mampu mengimbangi teman-teman yang lain.

Peran lingkungan terletak pada guru sebagai *significant other*. Pada teori belajar sosial guru pengampu mata pelajaran merupakan model yang berstatus tinggi bagi siswa (Santrock, 2009). Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa siswa menganggap guru sebagai individu yang terhormat, berkuasa serta memiliki wewenang penuh dalam kegiatan

belajar mengajar sehingga siswa akan memposisikan guru sebagai model yang berstatus tinggi terutama dilingkungan sekolah. Sesuai dengan anggapan siswa tersebut maka *reinforcement* yang diharapkan mampu memperkuat perubahan perilaku siswa diberikan secara langsung oleh guru. *Self reinforcement* dalam teori belajar sosial dikatakan mampu meningkatkan kinerja individu melalui fungsi motivasi (Bandura, 1977). Hal tersebut dapat dimaknai bahwa pemilihan jenis *reinforcement* yang dilakukan oleh guru maupun siswa merupakan salah satu cara yang digunakan untuk memotivasi siswa agar memunculkan perilaku baru sesuai harapan lingkungan. Pemberian *reinforcement* secara langsung oleh guru bertujuan untuk memperkuat bahkan meningkatkan perilaku baru yang telah dimunculkan oleh siswa. *Self reinforcement* yang ditetapkan oleh siswa merupakan imbalan bersyarat yang dapat diterima siswa setelah mencapai tingkatan kerja tertentu (Bandura, 1977). Hal tersebut sesuai dengan prinsip teknik *self contracting* dan *self reinforcement* yang juga memiliki ketentuan bahwa *reinforcement* diberikan kepada siswa hanya jika siswa mampu mencapai kontrak yang telah disepakati bersama dengan guru.

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data kuantitatif dan hasil analisis data klinis dapat diambil sebuah simpulan bahwa pelatihan teknik *self*

contracting dan *self reinforcement* efektif untuk meningkatkan prestasi belajar matematika pada siswa kelas V SDN Pandes Wedi Klaten. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan peningkatan skor ulangan harian matematika pada subjek penelitian.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut kepada:

1. Kepala Sekolah dan Guru
 - a. Kepala sekolah dan guru diharapkan dapat mengembangkan prosedur pelaksanaan teknik *self contracting* dan *self reinforcement* untuk meningkatkan prestasi belajar siswa pada mata pelajaran selain matematika.
 - b. Kepala sekolah dan guru diharapkan dapat mengembangkan prosedur pelaksanaan teknik *self contracting* dan *self reinforcement* untuk mengubah perilaku siswa yang menghambat kegiatan belajar mengajar di kelas.
 - c. Guru sebaiknya memberikan perlakuan yang berbeda pada masing-masing siswa sesuai dengan karakter yang melekat pada diri siswa.
 - d. Guru sebaiknya memberikan *reward* sebagai penguat kepada siswa yang memiliki prestasi rendah agar perilakunya dapat berubah.
2. Siswa

Siswa sebaiknya mengembangkan prosedur pelaksanaan teknik *self contracting* dan *self reinforcement*

untuk meningkatkan prestasi belajar pada semua mata pelajaran yang diberikan di sekolah.

3. Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengembangkan penelitian yang sama hendaknya mampu memberikan kontrol yang lebih baik dalam pelaksanaan negosiasi kontrak. Hal tersebut bertujuan agar tidak terjadi bias dalam penetapan target dan pemilihan *reinforcement* antar subjek.
- b. Peneliti selanjutnya sebaiknya tidak hanya melihat prestasi subjek pada masa sekarang tapi memperhatikan pula prestasi subjek di tingkat kelas yang sebelumnya.
- c. Peneliti selanjutnya sebaiknya mengadakan *follow up* untuk melihat konsistensi perilaku subjek setelah perlakuan dihentikan.

Malang: Program Pasca Sarjana IKIP Malang.

Goodwin, Dwight L dan Coates, Thoams J. 1976. *Helping Students Help Themselves*. New Jersey: Prentice-Hall.

Heruman. 2012. *Model Pembelajaran Matematika di Sekolah Dasar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Latipun. 2006. *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.

Muhibbin Syah. 2009. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Sabar, Rutoto. 2012. Keefektifan Teknik Pengendalian Diri Sebagai Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Mengubah Perilaku Menghambat Belajar Dalam Kelas Siswa Sekolah Dasar (*Jurnal ISSN: 1979-6889*). Kudus: Universitas Sunan Muria

Santrock, John. W. 2009. *Educational Psychology (Terjemahan oleh: Diana Angelica)*. Jakarta: Salemba Humanika.

Shaughnessy, John J, dkk. 2006. *Research Method in Psychology (Terjemahan oleh: Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Sunandar. 2008. Pengaruh Model Pembelajaran NHT Terhadap Minat dan Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN Di Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Jaran 2008/2009 *Varia Pendidikan, Vol.2, No. 2, Desember 2008*. Semarang: Program Studi Matematika Fakultas Pendidikan MIP IKIP PGRI. Diunduh dari: <http://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/123456789/702//> Pada Tanggal: 8 Januari 2013 Pukul : 00.45 WIB.

Suryabrata, Sumadi. 1998. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Thorndike, Robert L dan Hagen, Elizabeth. 1961. *Measurement and Evaluation in Psychology and Education*. United States: John Wiley & Sons, Inc.

Tya Anggreini. 2010. *Hubungan Antara Kecemasan dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika dengan Prestasi*

DAFTAR PUSTAKA

Abdurahman, M. 1999. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta

Bandura, Albert. 1977. *Social Learning Theory*. United States: Prentice-Hall

Barlow, D.H. & Hersen, M. 1984. *Single case experimental design: Strategies for studying behavior change 2nd*. New York: Pergamon Press Inc.

Dimiyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta

Edy Legowo. 1997. *Analisis Tingkah Laku Sebagai Teknik Bimbingan untuk Mengubah Off-Task Behavior Siswa Sekolah Dasar (Tesis; Tidak Diterbitkan)*.

Akademik Matematika Pada Remaja.
Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas
Gunadarma. Diunduh dari http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2010/Artikel_10505235.pdf Pada Tanggal : 9 Januari 2013 Pukul : 17.27 WIB

Wrightstone, Wayne J. 1961. *Educational Leadership* (Teacher-Made Test and Techniques). New York: Association for Supervision and Curriculum Development Bureau of Educational Research. Diunduh dari: [//www.ascd.org/pdf/journals/ed-lead/el_196112_wrightstone.pdf](http://www.ascd.org/pdf/journals/ed-lead/el_196112_wrightstone.pdf) Pada Tanggal 12 April 2013 Pukul 13.55 WIB.

Winkel, WS. 1996. *Psikologi Pengajaran.*
Jakarta: Gramedia