

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
*SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI  
PERILAKU KONSUMTIF SISWA**  
(Penelitian pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan, Kab. Magelang)

**SKRIPSI**



Anita Kurnia Dwi Cahya  
13.0301.0026

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2018**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK TEKNIK  
*SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI  
PERILAKU KONSUMTIF SISWA**

(Penelitian Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan, Kab. Magelang)

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh :

Anita Kurnia Dwi Cahya  
13.0301.0026

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2018**

## PERSETUJUAN

### PENGARUH KONSELING KELOMPOK TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONSUMTIF SISWA

(Penelitian Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan, Kab. Magelang)

Diterima dan disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh :

Anita Kurnia Dwi Cahya  
13.0301.0026

Pembimbing I

**Dr. Purwati, M.S.,Kons**  
NIP. 19600802 198503 2 003

Magelang, Februari 2018  
Pembimbing II

**Hijrah Eko Putro, M.Pd**  
NIK. 128406089

## PENGESAHAN

### **PENGARUH KONSELING KELOMPOK TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONSUMTIF SISWA** (Penelitian Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan, Kab. Magelang)

Oleh:  
Anita Kurnia Dwi Cahya  
13.0301.0026

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Bimbingan  
dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas  
Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji

Hari : Jum'at

Tanggal : 23 Februari 2018

#### Tim Penguji Skripsi :

- |   |                             |                     |         |
|---|-----------------------------|---------------------|---------|
| 1 | Dr. Purwati, M.S.,Kons.     | Ketua/ Anggota      | (.....) |
| 2 | Hijrah Eko Putro, M.Pd.     | Sekretaris/ Anggota | (.....) |
| 3 | Dr. Riana Mashar, M.Si.,Psi | Anggota             | (.....) |
| 4 | Drs. Arie Supriyatno, M.Si  | Anggota             | (.....) |

Mengesahkan,

Pj. Dekan



Nuryanto, ST., M. Kom  
NIK. 987008138

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : **Anita Kurnia Dwi Cahya**  
NPM : 13.0301.0026  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila ternyata dikemudian hari diketahui merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat, dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan, untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, Februari 2018

Yang Menyatakan

Anita Kurnia Dwi Cahya  
NPM. 13.0301.0026

## MOTTO

وَعَاتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا  
تُبْذِرْ تَبْذِيرًا ﴿٢٦﴾ إِنَّ الْمُبْذِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ  
وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا ﴿٢٧﴾

“ Dan berikanlah haknya kepada kerabat dekat, juga kepada orang miskin dan orang yang dalam perjalanan; dan janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros. Sesungguhnya orang-orang yang pemboros itu adalah saudara setan dan setan itu sangat ingkar kepada Tuhannya “.

(QS: Al- isra' 26-27)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan kehadiran Allah, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Keluargaku yang selalu memberikan kasih sayang dan dukungan penuh
2. Teman-teman Prodi BK yang berjuang bersama
3. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. Tuhan semesta alam, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa”. Skripsi ini penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan terimakasih kepada:

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Nuryanto, ST., M. Kom, selaku Pj.Dekan dan Dr. Riana Mashar, M.Si, Psi, selaku Wakil Dekan FKIP UMMagelang
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons, Ka Prodi BK FKIP UMMagelang.
4. Dr. Purwati, M.S., Kons dan Hijrah Eko Putro, M.Pd. dosen pembimbing I dan II dalam penulisan skripsi ini.
5. Semua Dosen dan Staf TU FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang.
6. Drs. Akhmad Bustoni Kepala Sekolah, Giyanto S. Pd dan Triana S. Pd selaku Guru BK SMP Negeri 1 Mertoyudan.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas saran, motivasi dan bantuannya.

Masukan dan saran untuk perbaikan penulisan ini diterima dengan senang hati, semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua.

Magelang, Februari 2018

Penulis

Anita Kurnia Dwi Cahya  
NPM. 13.0301.0026



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENEGASAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAKSI.....	xv
ABSTRACK.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi masalah.....	6
C. Pembatasan masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Perilaku Konsumtif.....	9
1. Pengertian Perilaku Konsumtif.....	9
2. Indikator Perilaku Konsumtif.....	10
3. Aspek- Aspek Perilaku Konsumtif.....	12
4. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif.....	13
5. Dampak Perilaku Konsumtif.....	18

B. Konseling Kelompok.....	19
1. Pengertian Konseling Kelompok .....	19
2. Tujuan Konseling Kelompok .....	21
3. Pemimpin Kelompok.....	23
4. Struktur dalam Konseling Kelompok.....	25
5. Asas dalam Konseling Kelompok .....	27
6. Proses atau Tahapan Konseling.....	28
C. <i>Self Management</i> .....	30
1. Pengertian <i>Self Management</i> .....	30
2. Prinsip- Prinsip <i>Self Management</i> .....	31
3. Langkah- Langkah Teknik <i>Self Management</i> .....	32
4. Teknik <i>Self Management</i> dalam Konseling Kelompok.....	34
D. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif .....	35
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	36
F. Kerangka Berpikir .....	38
G. Hipotesis .....	38

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian .....	39
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	41
D. Subjek Penelitian.....	42
E. Setting Penelitian .....	43
F. Metode Pengumpulan Data .....	43
G. Validitas dan Reliabilitas .....	45
H. Prosedur Penelitian.....	46
I. Teknik Analisis Data .....	51

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian .....	52
1. Pelaksanaan Penelitian.....	52
a. Pelaksanaan <i>Pretest</i> .....	52
b. Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> .....	54
c. Pelaksanaan <i>Posttest</i> .....	58
2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian .....	59
3. Pengujian Hipotesis .....	61
B. Pembahasan.....	66

### BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN .....	69
B. SARAN .....	70
DAFTAR PUSTAKA .....	71
LAMPIRAN .....	73

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. <i>Pretest Posttest Control Group Design</i> Dengan Satu Perlakuan .....	40
2. Penilaian Skor Angket Perilaku Konsumtif .....	43
3. Daftar Indikator Angket Perilaku Konsumtif.....	44
4. Hasil Uji Reliabilitas .....	46
5. Kisi- Kisi Modul Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Self Management</i> Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif .....	48
6. Kategori Skor <i>Pretest</i> Angket Perilaku Konsumtif.....	53
7. Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol & Kelompok Eksperimen.....	53
8. Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol & Kelompok Eksperimen .....	59
9. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	60
10. Hasil Uji <i>Mann-Whitney</i> .....	61
11. Penurunan Skor <i>Pretest &amp; Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	62
12. Pengurangan Skor <i>Pretest &amp; Posttest</i> Kelompok Eksperimen .....	63
13. Penurunan Perilaku Konsumtif .....	65

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir.....	38
2. Rumus Kategori.....	52

## DAFTAR GRAFIK

Grafik	halaman
1. Hasil <i>pretest</i> kelompok kontrol & kelompok eksperimen .....	54
2. Hasil <i>posttest</i> kelompok kontrol & kelompok eksperimen .....	59
3. Penurunan skor <i>pretest</i> & <i>posttest</i> kelompok kontrol .....	63
4. Pengurangan skor <i>pretest</i> & <i>posttest</i> kelompok eksperimen .....	64
5. Penurunan perilaku konsumtif .....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Pelaksanaan Penelitian .....	
2. Hasil <i>Try Out</i> Skala Perilaku Konsumtif.....	
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	
4. Skala Perilaku Konsumtif.....	
5. Data <i>Pre Test</i> Skala Perilaku Konsumtif.....	
6. Modul dan Laporan Hasil Kegiatan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-Management</i> .....	
7. Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-Management</i> .....	
8. Data <i>Post Test</i> Skala Perilaku Konsumtif .....	
9. Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> .....	
10. Daftar Hadir Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-Management</i> .....	
11. Lembar Kesepakatan Konseling Kelompok.....	
12. Bimbingan .....	
13. Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-Management</i> .....	

# **PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONSUMTIF SISWA**

(Penelitian Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan, Kab. Magelang)

Anita Kurnia Dwi Cahya

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku konsumtif siswa. Penelitian dilakukan pada siswa kelas IX E SMP Negeri 1 Mertoyudan T.A 2017/2018.

Penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design* dengan satu perlakuan. Sampel yang diambil sebanyak 16 siswa, 8 siswa masuk dalam kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberi perlakuan (konseling kelompok dengan teknik *self-management*) dan 8 siswa masuk dalam kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberi perlakuan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner. Teknik analisis data menggunakan analisis non parametrik yaitu uji *Mann-Whitney* dengan bantuan program *SPSS for windows versi 23.00*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-management* berpengaruh terhadap penurunan perilaku konsumtif siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan penurunan skor skala perilaku konsumtif antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Dimana skor penurunan kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil analisis non parametrik menggunakan Uji *Mann-Whitney* dengan nilai  $Z -2,522$  dan probabilitas nilai *asym sig (2-tailed)*  $0,012 < 0,05$ . Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-management* berpengaruh untuk mengurangi perilaku konsumtif siswa kelas IX E SMP Negeri 1 Mertoyudan T.A 2017/2018.

**Kata kunci:** *Konseling Kelompok, Teknik Self-Management, Perilaku Konsumtif*

# **THE INFLUENCE OF GROUP COUNSELING WITH TECHNIQUES SELF MANAGEMENT TO REDUCE CONSUMPTIVE BEHAVIOR OF STUDENTS**

(Research of Grade IX Junior High School 1 Mertoyudan, Magelang)

Anita Kurnia Dwi Cahya

## **ABSTRACT**

This research aims to test the influence of group counseling with self-management techniques to reduce the consumptive behavior of students. Research conducted on grade IX E Junior High School 1 Mertoyudan 2017/2018.

This research uses a pretest-posttest control group design with a single treatment. Sample taken as many as 16 students, 8 students entered in experimental groups is group who were given preferential treatment (group counseling with self-management techniques) and 8 students entered in a control group that is a group that is not given the treatment. Sampling using a purposive techniques. Data collection using the questionnaire method. Data analysis techniques using non parametric analysis is Mann-Whitney test with the help of the program SPSS for windows version 23.00.

The result showed that group counselling with self-management techniques to decrease consumption behavior of students. This is evidenced by the existence of a difference score decrease scale of consumptive behavior among groups experiment with the control group. Where the score decline experiment group was higher than the control group. Non parametric analysis result using the Mann-Whitney test with a value of  $Z -2,522$  and probability value of asymp sig (2-tailed)  $0,012 < 0,05$ . The results of the research it can be concluded that the counseling group with self-management techniques to reduce the consumptive behavior of influential students of class IX E Junior High School 1 Mertoyudan 2017/2018.

**Keywords: Counselling groups, Self-Management Techniques, Consumptive Behavior**



## **BAB I**

### **Pendahuluan**

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

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat mencolok baik segi fisik, psikologis, sosial dan moral remaja laki-laki maupun perempuan. Servian (dalam Erli 2011:2) yang mengatakan bahwa sikap konsumtif yang timbul dikalangan remaja berusia 15-18 tahun dapat diartikan hidup dengan keinginan membeli barang-barang yang kurang atau tidak diperlukan. Remaja memiliki kecenderungan untuk mengikuti gaya orang lain dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Apabila para remaja dapat mengikuti perkembangan yang ada pada saat ini maka remaja akan merasa memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Perkembangan zaman yang semakin modern dan berdampak pada munculnya perilaku negatif pada remaja. Siswa pada umumnya membeli barang seperti tas, sepatu, baju, *handphone* secara berlebihan. Remaja sering kali tidak memikirkan manfaat dan kurang selektif dalam memilih kebutuhan yang penting dan kurang penting.

Permatasari (2015:2) Perilaku konsumtif dapat terus mengakar di dalam gaya hidup sekelompok remaja. Dalam perkembangannya mereka akan menjadi orang-orang dengan gaya hidup konsumtif dan *hedonis*, pada akhirnya perilaku konsumtif bukan saja memiliki dampak ekonomi tetapi juga dampak psikologis, sosial bahkan etika. Remaja tidak mempertimbangkan nilai ekonomis dan manfaat dalam membeli suatu

produk dan hanya fokus pada model, status sosial. Serta remaja jaman sekarang banyak yang tidak puas terhadap apa yang telah dimilikinya dan terus meng-*update* barang yang sedang *trend* di masyarakat. Kecenderungan remaja terutama siswa berperilaku konsumtif karena didukung sarana dan prasarana seperti pusat perbelanjaan, warung makan, *caffe* yang mengalami peningkatan dan bertambah (Sukari, dkk 2013:3). Perilaku seperti ini harus segera diselesaikan karena dapat menimbulkan persaingan antar siswa.

Regina, dkk (2015:298) perilaku konsumtif merupakan kecenderungan manusia untuk melakukan konsumsi tiada batas, membeli sesuatu yang berlebihan atau secara tidak terencana. Menurut Waluyo (dalam Anike 2013:30) perilaku konsumtif adalah perilaku atau gaya hidup yang suka membelanjakan uang tanpa pertimbangan yang matang. Menurut Awliyah (2008:72) perilaku konsumtif adalah gaya hidup yang suka membelanjakan uang dalam jumlah besar.

Dari kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif adalah keadaan untuk membelanjakan uang dalam jumlah besar tanpa memikirkan secara rasional mengenai manfaat barang tersebut.

Hasil observasi yang saya lakukan bahwa siswa di SMP Negeri 1 Mertoyudan mayoritas menggunakan barang-barang yang bermerk seperti tas, sepatu, jam dan HP. Sedangkan wawancara yang saya lakukan di SMP Negeri 1 Mertoyudan bersama dengan ibu Triana S. Pd yang mengajar BK disemua kelas bergantian dengan bapak Giyarto S. Pd dikarenakan ibu

Triana belum mendapat SK tahun ajaran ini. Hasil dari wawancara yang saya lakukan adalah bahwa dikelas yang merupakan kelas unggulan yaitu kelas IX E mayoritas siswa baik laki-laki maupun perempuan bersaing dalam hal penampilan menggunakan barang-barang bermerk seperti sepatu, tas, jam, HP. Sekolah yang bertempat diperbatasan kota menjadikan mereka merasa harus menjadi pribadi yang dapat diterima dilingkungannya terutama sekolah dan teman sebayanya. Permasalahan konsumtif di SMP Negeri 1 Mertoyudan belum pernah diberikan penanganan oleh guru BK dan hanya dibiarkan saja selagi tidak menjadi permasalahan yang berakibat pertengkaran antar siswa.

Salah satu cara untuk menerapkan perubahan pengurangan perilaku konsumtif dilingkungan sekolah adalah dengan melalui layanan Bimbingan dan Konseling. Layanan Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu cara untuk mengurangi perilaku konsumtif, dapat dilakukan secara efektif yaitu melalui konseling kelompok. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartati berjudul “Upaya Meminimalkan Perilaku Konsumtif Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 12 Semarang Tahun 2010/2011” dengan hasil bahwa hipotesis yang diajukan yaitu Perilaku Konsumtif siswa kelas VIII SMP Negeri 12 Semarang 2010/2011 dapat diminimalkan melalui layanan konseling kelompok menggunakan uji t-test. Hasilnya ada perbedaan pre-test dan post-test atau sebelum dan sesudah di berikan layanan konseling

kelompok dapat meminimalkan perilaku konsumtif siswa kelas VIII SMP Negeri 12 Semarang 2010/ 2011.

Menurut Shertzer dan Stone (Winkle & Hastuti, 2013) konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari. Menurut Prayitno (2001:89) bahwa pengertian layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Menurut Latipun (2008:178) konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar.

Dari kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling kelompok adalah layanan yang ada pada bimbingan dan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok dan bertujuan untuk mengentaskan permasalahan yang dialami oleh para anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Untuk mengantisipasi perilaku tersebut maka perlu diberikan teknik untuk membimbing siswa dalam upaya mengurangi perilaku konsumtif, salah satunya dengan menggunakan strategi pengelolaan diri (*self-management*). Strategi pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur di mana individu mengatur perilakunya sendiri (Komalasari, dkk,

2011: 180). Sejalan dengan pendapat Nursalim (2005:146) mengatakan strategi pengelolaan diri (*self-management*) merupakan suatu proses dimana konseli mengarahkan sendiri perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi lain.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *self-management* adalah prosedur dimana konseli mengatur perubahan dirinya sendiri dengan satu strategi atau gabungan strategi yang berguna untuk merubah dirinya sendiri menjadi pribadi yang lebih baik.

Teknik tersebut dianggap tepat untuk membantu siswa mengurangi perilaku konsumtif dengan alasan strategi pengelolaan diri (*self-management*) tidak menimbulkan ketergantungan dan dapat digunakan untuk membantu siswa agar mengatur perubahan perilakunya secara mandiri. Selain itu strategi pengelolaan diri merupakan salah satu strategi konseling yang menggunakan pendekatan konseling *behaviour* dalam pelaksanaannya. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri mahasiswa UNESA yang melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Strategi Pengelolaan Diri Untuk Mengurangi Perilaku Kosumtif pada Siswa Kelas XII SMAN 15 Surabaya” menggunakan uji tanda diperoleh hasil bahwa harga  $0,031 < 0,05$  ( $p < \alpha$ ). Hal ini berarti ada perbedaan yang signifikan pada skor perilaku konsumtif antara sebelum dan sesudah penerapan strategi pengelolaan diri (*self-management*). Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Ariyanto mahasiswa Universitas Muria Kudus melakukan penelitian yang berjudul “Penerapan Konseling

Behavioristik Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Perilaku Konsumtif Pada Siswa kelas X TKJ SMK Nu Ma' arif Kudus Tahun Ajaran 2014/ 2015” dengan hasil bahwa teknik *self- management* dapat membantu mengatasi perilaku konsumtif konseli.

Sejalan dengan permasalahan sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan penulis berupaya memantau remaja yang memiliki perilaku konsumtif menggunakan pelatihan *self-management* untuk mengurangi perilaku tersebut. Untuk itu penulis melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif pada Remaja.

## **B. Identifikasi Masalah**

Permasalahan penelitian yang diajukan oleh penulis yaitu perilaku konsumtif pada siswa yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

### 1. *Impulsive Buying* (Pembelian secara impulsif)

Menunjukkan bahwa seseorang yang berperilaku konsumtif semata-mata hanya didasari pada hasrat yang tiba-tiba atau sesaat, dilakukan tanpa melalui pertimbangan, tanpa direncanakan, keputusan dilakukan di tempat pembelian.

### 2. Pembelian Tidak Rasional

Pembelian yang didasari oleh sifat emosional, yaitu suatu dorongan untuk mengikuti orang lain atau berbeda dengan orang lain

tanpa mempertimbangkan dalam mengambil keputusan dan adanya perasaan bangga.

### 3. *Wasteful Buying* (pemborosan)

Pembelian yang mengutamakan keinginan dari pada kebutuhan dan menyebabkan remaja mengeluarkan uang untuk bermacam-macam keperluan yang tidak sesuai dengan kebutuhan pokoknya sendiri.

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus, maka peneliti menganggap penelitian yang diangkat perlu adanya batasan dalam pengambilan variabel. Oleh sebab itu, penulis hanya membahas hal yang berkaitan dengan “Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management dan Perilaku Konsumtif pada Siswa di SMP Negeri 1 Mertoyudan khususnya Kelas IX E”. Perilaku konsumtif siswa dipilih karena perilaku tersebut akan berpengaruh terhadap psikologis, sosial bahkan etika.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah konseling kelompok dengan teknik *self management* memiliki pengaruh dalam mengurangi perilaku konsumtif pada siswa?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui tingkat perilaku konsumtif siswa sebelum diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.
2. Untuk mengetahui tingkat perilaku konsumtif siswa sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.
3. Untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self-management* dalam mengurangi perilaku konsumtif agar siswa dapat mengurangi perilaku tersebut.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai tambahan pengetahuan serta ketrampilan dalam mengurangi perilaku konsumtif pada siswa.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai acuan guru BK dalam mengurangi perilaku konsumtif siswa melalui konseling kelompok dengan teknik *self-management*.



## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Perilaku Konsumtif**

#### 1. Pengertian Perilaku Konsumtif

Regina, dkk (2015:298) perilaku merupakan kecenderungan manusia untuk melakukan konsumsi tiada batas, membeli sesuatu yang berlebihan atau secara tidak terencana. Menurut Sukari, dkk (2013: 3) kecenderungan remaja terutama siswa berperilaku konsumtif karena didukung sarana dan prasarana seperti pusat perbelanjaan, warung makan, caffè yang mengalami peningkatan dan bertambah. Sekarang ini era dimana orang membeli barang bukan karena nilai kemanfaatannya namun karena gaya hidup.

Kata “konsumtif” (sebagai kata sifat; ditunjukkan oleh akhiran -if) sering diartikan sama dengan kata konsumerisme. Kata konsumerisme ini mengacu pada segala sesuatu yang berhubungan dengan konsumen. Sedangkan konsumtif lebih khusus menjelaskan keinginan untuk mengkonsumsi barang-barang yang sebenarnya kurang diperlukan seara berlebihan untuk mencapai kepuasan yang maksimal Tambunan (dalam Anike 2013:30).

Menurut Waluyo (dalam Anike 2013:30) perilaku konsumtif adalah perilaku atau gaya hidup yang suka membelanjakan uang tanpa pertimbangan yang matang. Menurut Awliyah (2008:72) perilaku

konsumtif adalah gaya hidup yang suka membelanjakan uang dalam jumlah besar.

Sejalan dengan pendapat para ahli diatas penulis memiliki pandangan yang sama mengenai perilaku konsumtif. Bagi penulis perilaku konsumtif merupakan perilaku yang suka membelanjakan barang yang kurang diperlukan hanya untuk mencapai kepuasan semata. Para pelaku konsumtif tersebut berperilaku demikian karena alasan-alasan tertentu yang sebenarnya hanya untuk mencapai kepuasan serta meningkatkan harga diri dan kesenangannya.

## 2. Indikator Perilaku Konsumtif

Ada beberapa indikator perilaku konsumtif yang dikemukakan oleh (Sumartono, 2002:119), yaitu:

### b. Membeli produk karena iming-iming hadiah

Karena adanya hadiah maka individu menjadi tertarik untuk membeli barang tersebut tanpa meimikirkan ukuran dan fungsinya barang tersebut.

### c. Membeli produk karena kemasannya menarik

Produk yang dibungkus rapi dan dihiasi warna-warna yang menarik akan membujuk pembeli.

### d. Membeli produk karena menjaga penampilan dan gengsi

Konsumen mempunyai keinginan untuk membeli yang tinggi, karena umumnya seseorang mempunyai ciri khas dalam berpakaian, berdandan, bergaya dengan tujuan agar orang tersebut

selalu berpenampilan yang menarik perhatian orang lain dan untuk menunjang penampilan dirinya.

- e. Membeli produk atas pertimbangan harga (bukan atas dasar manfaat atau kegunaan)

Konsumen cenderung berperilaku yang ditandai oleh adanya kehidupan mewah sehingga cenderung menggunakan segala hal yang dianggap paling mewah.

- f. Membeli produk hanya sekedar menjaga simbol status

Biasanya orang mempunyai kemampuan membeli yang tinggi baik dalam berpakaian, berdandan, gaya rambut dan sebagainya sehingga hal tersebut dapat menunjang sifat eksklusif dengan barang yang mahal dan memberi kesan berasal dari kelas sosial yang lebih tinggi.

- g. Memakai sebuah produk karena unsur konformitas terhadap model yang mengiklankan

Seseorang cenderung untuk meniru perilaku tokoh yang diidolaknya dalam bentuk menggunakan segala sesuatu yang dipakai oleh tokoh idolanya. Orang tersebut juga cenderung memakai dan mencoba produk yang ditawarkan bila ia mengidolakan publik figur produk tersebut.

- h. Munculnya penilaian bahwa membeli produk dengan harga mahal akan menimbulkan rasa percaya diri yang tinggi

Terkadang ada orang sangat terdorong untuk mencoba suatu produk karena mereka percaya apa yang dikatakan oleh iklan yaitu menumbuhkan rasa percaya diri. Membeli produk yang mereka anggap dapat mempercantik penampilan fisik, mereka akan lebih percaya diri.

i. Mencoba lebih dari dua produk (merk berbeda)

Sebagian orang akan cenderung menggunakan produk jenis sama dengan merk yang lain dari produk sebelumnya ia gunakan, meskipun produk tersebut belum habis dipakainya.

3. Aspek- Aspek Perilaku Konsumtif

Menurut Sumartono (2002) terdapat 3 macam aspek perilaku konsumtif yaitu:

1. *Impulsive Buying* (Pembelian secara impulsif)

Menunjukkan bahwa seseorang yang berperilaku konsumtif semata-mata hanya didasari pada hasrat yang tiba-tiba atau sesaat, dilakukan tanpa melalui pertimbangan, tanpa direncanakan, keputusan dilakukan di tempat pembelian.

2. Pembelian Tidak Rasional

Pembelian yang didasari oleh sifat emosional, yaitu suatu dorongan untuk mengikuti orang lain atau berbeda dengan orang lain tanpa mempertimbangkan dalam mengambil keputusan dan adanya perasaan bangga.

### 3. *Wasteful Buying* (pemborosan)

Pembelian yang mengutamakan keinginan dari pada kebutuhan dan menyebabkan remaja mengeluarkan uang untuk bermacam-macam keperluan yang tidak sesuai dengan kebutuhan pokoknya sendiri.

Telah dijelaskan diatas terdapat beberapa aspek perilaku konsumtif yaitu keinginan yang datang tiba-tiba dan tanpa pertimbangan, ingin mengikuti orang lain, dan mengutamakan keinginan dari pada kebutuhan dalam membeli barang.

### 4. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif

Terbentuknya perilaku konsumtif tidak terjadi dengan sendirinya tetapi ada faktor yang berpotensi menjadi penyebab perilaku tersebut. Setiadi (2015: 10-14) faktor yang mempengaruhi perilaku konsumen adalah:

#### a. Faktor kebudayaan

##### 1) Faktor kebudayaan

Kebudayaan merupakan faktor penentu yang paling dasar dari keinginan dan perilaku seseorang. Seorang anak yang tumbuh mendapatkan seperangkat nilai, persepsi, preferensi, dan perilaku melalui proses sosialisasi yang melibatkan keluarga dan lembaga-lembaga sosial penting lainnya.

## 2) Subbudaya

Setiap kebudayaan terdiri dari subbudaya- subbudaya yang lebih kecil yang memberikan identifikasi dan sosialisasi yang lebih spesifik untuk para anggotanya.

## 3) Kelas sosial

Kelas sosial adalah kelompok yang relatif homogen dan bertahan lama dalam suatu masyarakat yang tersusun secara hierarki dan yang keanggotaannya mempunyai nilai, minat dan perilaku yang serupa.

### b. Faktor sosial

#### 1) Kelompok referensi

Kelompok referensi seseorang terdiri dari seluruh kelompok yang mempunyai pengaruh langsung maupun tidak langsung terhadap sikap atau perilaku seseorang. Beberapa diantaranya kelompok primer, yang dengan adanya interaksi yang cukup berkesinambungan, seperti keluarga, teman, tetangga. Kelompok sekunder, yang cenderung lebih resmi dan yang mana interaksi yang terjadi kurang berkesinambungan. Kelompok diasosiatif (memisahkan diri) adalah sebuah kelompok yang nilai atau perilakunya tidak disukai oleh individu.

## 2) Keluarga

Dapat dibedakan dua keluarga dalam kehidupan pembeli, yang pertama ialah keluarga orientasi, yang merupakan orang tua seseorang yang memberikan pandangan tentang agama, politik, ekonomi, harga diri dan cinta. Kedua adalah keluarga prokreasi, yaitu pasangan hidup anak-anak seseorang keluarga.

## 3) Peran dan status

Seseorang umumnya berpartisipasi dalam kelompok selama hidupnya keluarga, klub, organisasi.

### c. Faktor pribadi

#### 1) Unsur dan tahapan dalam siklus hidup

Konsumsi seseorang juga dibentuk oleh tahapan siklus hidup keluarga.

#### 2) Pekerjaan

Para pemasar berusaha mengidentifikasi kelompok-kelompok pekerja yang memiliki minat diatas rata-rata terhadap produk dan jasa tertentu.

#### 3) Keadaan ekonomi

Pendapatan yang dapat dibelanjakan, tabungan dan hartanya, kemampuan untuk meminjam dan sikap terhadap mengeluarkan lawan menabung.

#### 4) Gaya hidup

Gaya hidup adalah pola hidup di dunia yang ekspresikan oleh kegiatan, minat, dan pendapat seseorang. Gaya hidup mencerminkan sesuatu di balik kelas sosial seseorang.

#### 5) Kepribadian dan konsep diri

Kepribadian adalah karakteristik psikologis yang berbeda dan setiap orang yang memandang responnya terhadap lingkungan yang relatif konsisten.

#### d. Faktor psikologis

##### 1) Motivasi

Kenutuhan bersifat biogenik, kebutuhan ini timbul dari suatu keadaan fisiologis tertentu, seperti rasa lapar, haus, resah. Adapun kebutuhan bersifat psikogenik seperti kebutuhan diakui, kebutuhan harga diri, kebutuhan diterima.

##### 2) Persepsi

Persepsi didefinisikan sebagai proses dimana seseorang memilih, mengorganisasikan, mengartikan masukan informasi untuk menciptakan suatu gambaran dari dunia ini.

##### 3) Proses belajar

Proses belajar menjelaskan perubahan dalam perilaku seseorang yang timbul dari pengalaman.



#### 4) Kepercayaan dan sikap

Kepercayaan adalah suatu gagasan deskriptif yang dimiliki seseorang terhadap sesuatu.

Sedangkan menurut Awaliyah, dkk (2008:73-74) menerangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kegiatan konsumsi sebagai berikut:

a. *Earnings* / penghasilan

Penghasilan tersebut digunakan untuk membeli barang dan jasa yang tidak di produksi sendiri.

b. *Custom and tradition* / adat istiadat

Perilaku turun temurun yang di yakini masyarakat harus dilakukan.

c. *Mode* / mode

Sesuatu yang sedang hangat terjadi dalam masyarakat, sehingga masyarakat cenderung untuk mengikutinya.

d. *Taste* / selera

Jika seseorang sangat menyukai suatu barang, maka ia akan membeli barang tersebut. Selera erat kaitannya dengan kepuasan pribadi.

e. *Advertisement* / iklan

Seseorang akan mengkonsumsi suatu barang tersebut melalui iklan yang di lihat dan atau di dengarnya.

Dari pendapat diatas bahwa perilaku konsumtif terbentuk oleh faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor internal yaitu dorongan

yang berasal dari dalam individu dan faktor eksternal adalah dorongan yang berasal dari luar individu dimana kedua faktor tersebut sangat berpengaruh terhadap perilaku konsumtif.

#### 5. Dampak Perilaku Konsumtif

Perilaku konsumtif memiliki dampak positif dan negatif bagi konsumen atau pihak lain. Awliyah (2008: 72-73) menyimpulkan dua dampak perilaku konsumtif yaitu

##### a. Dampak negatif perilaku konsumtif adalah

- 1) Mengurangi kemampuan untuk melakukan kegiatan menabung.
- 2) Jika tabungan rendah, maka investasi juga akan rendah.
- 3) Jika investasi rendah, maka pendapatan akan cenderung rendah.
- 4) Perilaku konsumtif cenderung melupakan kebutuhan yang akan datang.
- 5) Hidup berfoya-foya menimbulkan kecemburuan sosial.

##### b. Dampak positif dari perilaku konsumtif adalah

- 1) Termotivasi untuk meningkatkan pendapatannya agar bisa membeli barang atau jasa yang lebih banyak dan lebih baik kualitasnya.
- 2) Menciptakan pasar bagi produsen, sehingga produsen bisa memproduksi dalam jumlah yang lebih banyak.

3) Jika produsen meningkatkan produksinya, maka dapat menambah lapangan kerja.

Sedangkan menurut Nurdin dkk (2008:258) perilaku konsumtif memiliki aspek positif dan negatif bagi konsumen. Aspek positif perilaku konsumtif merupakan sisi baik dari perilaku konsumtif. Aspek positif konsumsi barang dan jasa bertujuan untuk memenuhi kebutuhan sekaligus meningkatkan kemakmuran dan kesejahteraan. Aspek negatif dari perilaku konsumtif merupakan sisi buruk dari perilaku konsumtif adalah timbulnya pengonsumsian barang-barang yang merugikan bagi diri seseorang.

Hubungannya dengan penelitian ini adalah bahwa perilaku konsumtif seseorang itu mempunyai dampak positif dan dampak negatifnya. Dampak positif adanya perilaku konsumtif adalah dapat meningkatkan kesejahteraan seseorang, dampak negatif dari perilaku konsumtif adalah membuat seseorang mengalami kerugian bagi diri sendiri maupun orang disekitarnya.

## **B. Konseling Kelompok**

### **1. Pengertian Konseling Kelompok**

Menurut Latipun (2008:178) konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar. Menurut Winkle dan Hastuti (2013:589) bahwa konseling kelompok

merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil. menurut Prayitno (2001:89) bahwa pengertian konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Tohirin (2014:172) layanan konseling kelompok dapat dimaknai sebagai suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah- masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

Berdasarkan beberapa pengertian dari para ahli, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu kegiatan di dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok yang berguna untuk mengentaskan permasalahan anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Kaitannya dengan penelitian ini bahwa konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang akan digunakan peneliti untuk mengurangi perilaku konsumtif siswa.

## 2. Tujuan Konseling Kelompok

Pemberian konseling kelompok tidak hanya sekedar memberikan layanan secara berkelompok tetapi juga mempunyai tujuan dalam pelaksanaannya. Menurut Shertzer dan Stone dalam Winkle dan Hastuti (2013:593) merumuskan tujuan umum sebagai berikut: *A fundamental purpose of most group counseling experiences is to develop members, insights into their problems and feelings and help them arrive at some understanding of the causes of their problems.* Artinya bahwa tujuan umum dari konseling kelompok adalah untuk mengembangkan wawasan konseli, tentang masalah dan perasaan untuk membantu mereka mendapat pemahaman tentang penyebab masalah yang mereka alami. Prayitno (2004:311-312) tujuan konseling kelompok ialah terpecahkannya masalah-masalah yang dialami oleh para anggota kelompok. Tohirin (2014: 173) tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasinya.

Sedangkan menurut Winkel dan Hastuti (2013:592-593), tujuan umum dari pelayanan bimbingan dalam bentuk konseling kelompok sebagai berikut:

- a. Masing-masing konseli memahami dirinya dengan lebih baik dan menemukan dirinya sendiri. Berarti bahwa konseli dapat menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif yang ada dalam kepribadiannya.

- b. Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas untuk fase perkembangan mereka.
- c. Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya.
- d. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan psikologis dan alam perasaan sendiri.
- e. Masing-masing konseli menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- f. Para konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain.
- g. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian, dia tidak akan

merasa terisolir lagi, seolah-olah hanya dia yang mengalami ini dan itu.

- h. Para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi yang demikian dimungkinkan, akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang lain yang dekat padanya.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah pembahasan dan pemecahan masalah secara pribadi melalui bantuan anggota kelompok lain dan mendapat pemahaman baru, lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya, dapat mengembangkan komunikasi dan saling menghargai antar anggota, mampu mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya, peka terhadap kebutuhan orang lain dan dapat menetapkan sasaran yang ingin konseli capai.

Kaitannya dalam penelitian ini, tujuan konseling kelompok dalam penelitian ini adalah membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok yaitu perilaku konsumtif dengan bantuan anggota kelompok lain.

### 3. Pemimpin Kelompok

Dalam memimpin suatu kelompok, seorang pemimpin kelompok tidak hanya sekedar menjadi seorang pemimpin kelompok,

namun harus memiliki suatu karakteristik dan peran sebagai seorang pemimpin kelompok.

a. Karakteristik pemimpin kelompok

Menurut Prayitno (2004:5) karakteristik pemimpin kelompok antara lain:

- 1) Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok.
- 2) Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas, dan mensinergikan konten bahasan yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.
- 3) Memiliki kemampuan hubungan antar personal yang nyaman dan hangat.

b. Peran pemimpin kelompok

Menurut Prayitno (2004:6-8) dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, pemimpin kelompok berperan dalam:

- 1) Pembentukan kelompok dari sekumpulan calon peserta sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok.
- 2) Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok apa, mengapa dan bagaimana layanan konseling kelompok dilaksanakan.



- 3) Pentahapan kegiatan konseling kelompok.
- 4) Penilaian segera (laissez) hasil layanan konseling kelompok.
- 5) Tindak lanjut layanan.

#### 4. Struktur Dalam Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki struktur yang sama dengan terapi kelompok pada umumnya. Struktur kelompok yang dimaksud menurut (Latipun, 2008:185-188) yaitu

##### a. Jumlah anggota kelompok

Konseling kelompok berkisar antara 4-12 orang. Apabila jumlah kurang dari 4 orang maka dinamika kelompoknya akan kurang hidup, sedangkan apabila anggota lebih dari 12 orang maka akan terlalu berat dalam pengelolaan kelompoknya. Untuk menentukan jumlah anggota kelompok dapat ditetapkan berdasarkan kemampuan konselor dan pertimbangan efektivitas konseling.

##### b. Homogenitas kelompok

Tidak ada ketentuan mengenai homogenitas konseling kelompok. Sebagian konseling kelompok dibuat homogen dari segi jenis kelamin, jenis masalah, kelompok usia, dan sebagainya. Pada saat lain homogenitas tidak diperhitungkan secara khusus. Penentuan homogenitas keanggotaan disesuaikan dengan keperluan dan kemampuan konselor dalam mengelola konseling kelompok.

c. Sifat kelompok

Sifat kelompok dapat terbuka dan tertutup. Terbuka jika suatu saat dapat menerima anggota baru, dan tertutup jika keanggotaannya tidak memungkinkan untuk ditambah. Pertimbangan penggunaan anggota terbuka atau tertutup bergantung pada keperluan.

Sifat kelompok adalah terbuka maka setiap saat kelompok dapat menerima anggota baru sampai batas yang dianggap cukup. Namun adanya anggota baru dalam kelompok akan menyulitkan pembentukan kohesivitas anggota kelompok.

Konseling kelompok yang menerapkan anggota tetap dapat lebih mudah membentuk dan memelihara kohesivitasnya. Tetapi jika terdapat anggota kelompok yang keluar, dengan sistem keanggotaan demikian tidak dapat ditambahkan lagi dan harus menjalankan konseling berapa pun jumlah anggotanya.

d. Waktu pelaksanaan

Lama waktu penyelenggaraan konseling kelompok sangat bergantung kepada kompleksitas permasalahan yang dihadapi kelompok. Secara umum konseling kelompok yang bersifat jangka pendek membutuhkan waktu pertemuan antara 8 sampai 20 pertemuan, dengan frekuensi antara satu sampai tiga kali dalam seminggunya, dan durasinya 60 sampai 90 menit.

Durasi pertemuan konseling kelompok pada prinsipnya sangat ditentukan oleh situasi dan kondisi anggota kelompok. Penyelenggaraan dengan interval yang lebih sering akan mengurangi penyerapan dari informasi dan umpan balik yang didapatkan selama proses konseling. Jika terlalu jarang, misalnya satu dalam dua minggu maka banyak informasi dan umpan balik yang dapat dilupakan.

#### 5. Asas Dalam Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok juga terdapat asas yang dijadikan aturan dalam pelaksanaan konseling kelompok. Menurut Prayitno (2004:13-15) asas-asas yang digunakan dalam kegiatan konseling kelompok adalah

##### a. Kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan konseling kelompok menjadi rahasia kelompok dan tidak boleh disebarluaskan keluar kelompok.

##### b. Kesukarelaan

Anggota kelompok mengikuti kegiatan konseling kelompok tidak dengan paksaan, tetapi dengan suka rela dari diri sendiri.

##### c. Kegiatan dan keterbukaan

Anggota kelompok terbuka terhadap anggota lain di dalam kelompok.

d. Kekinian

Permasalahan yang dibahas dalam kelompok merupakan permasalahan yang kini sedang dialami oleh anggota kelompok.

e. Kenormatifan

Pelaksanaan konseling kelompok harus sesuai dengan norma kelompok dan masyarakat.

f. Keahlian

Pelaksanaan konseling kelompok harus dilakukan oleh konselor yang berkompeten untuk melaksanakan konseling kelompok.

Konseling kelompok dilaksanakan berdasarkan asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan dan keterbukaan, kekinian, kenormatifan, keahlian secara berkaitan satu sama lain dan saling melengkapi untuk mencapai hasil yang optimal.

6. Proses atau Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno (2004:18-19) konseling kelompok diselenggarakan melalui empat tahap yaitu:

- a. Tahap pembentukan, yaitu tahap untuk membentuk kelompok.
- b. Tahap peralihan, yaitu tahap untuk mengalihkan kegiatan awal ke kegiatan berikutnya yang mengarah ke tujuan kelompok.
- c. Tahap kegiatan, yaitu tahap untuk mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok.
- d. Tahap pengakhiran

Sedangkan menurut Winkel dan Hastuti (2013:607-613) ada lima tahap dalam konseling kelompok yaitu:

a. Pembukaan

Diletakkan dasar bagi pengembangan hubungan antar pribadi yang baik, yang memungkinkan pemicaraan terbuka dan terarah pada penyelesaian masalah.

b. Penjelasan masalah

Masing-masing konseling mengutarakan masalahnya sambil mengungkapkan pikiran dan perasaan secara bebas.

c. Penggalan latar belakang masalah

Lebih menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi hidup masing-masing.

d. Penyelesaian masalah

Konselor dan konseli mendapat cara bagaimana mengatasi persoalan yang dialami konseli.

e. Penutup

Bilamana kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama, maka proses konseling dapat diakhiri dan kelompok dibubarkan pada pertemuan terakhir.

### ***C. Self Management***

#### **1. Pengertian *Self Management***

Pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri Komalasari, dkk (2011:180). Sejalan dengan pendapat Nursalim (2005:146) mengatakan strategi pengelolaan diri (*self-management*) merupakan suatu proses dimana konseli mengarahkan sendiri perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi lain.

Pendapat lain mengatakan bahwa pengelolaan diri dalam arti luas ialah prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri. Pada prosedur ini biasanya subjek terlibat langsung dalam kegiatan dengan lima kegiatan (komponen) dasar yaitu menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut Purwaka (2005: 205).

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan pengelolaan diri (*self-management*) adalah proseedur dimana seseorang mengarahkan dan mengatur perubahan tingkah lakunya sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi lain. Dimana konselor hanya sebagai fasilitator dan konseli yang bertanggung jawab terhadap perubahan perilakunya.

Strategi pengelolaan diri (*self-management*) secara sederhana sebagai strategi perubahan tingkah laku dengan pengaturan dan pemanfaatan yang dilakukan oleh konseli sendiri, dalam bentuk latihan *self-monitoring*, *stimulus control*, *self-reward*, *self-contracting*. Seperti yang telah diuraikan oleh Nursalim & Darminto (2005:146) bahwa *self-management* merupakan suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi. Strategi pengelolaan diri (*self-management*) dalam pembagiannya terbagi menjadi empat macam: (1) *self-monitoring* merupakan upaya memantau diri, dengan mencatat sendiri tingkah laku tertentu (pikiran, tingkah laku, dan tindakan) tentang dirinya dan interaksinya dengan peristiwa lingkungan, (2) *stimulus control* merupakan rencana sebelum antisident atau isyarat untuk menambah atau mengurangi tingkah laku, dan (3) *self-reward* merupakan penghargaan diri baik materiil maupun non materiil, apabila berhasil mencapai tujuan yang diinginkan. Didalam mengarahkan perubahan tingkah laku digunakan kombinasi ketiganya.

## 2. Prinsip- Prinsip *Self Management*

Menurut Walker ada beberapa prinsip yang harus dipenuhi dalam pengelolaan diri menggunakan teknik *self-management* (Purwaka, 2005:208) yaitu:

- a. Sasaran perilaku harus dinyatakan dengan jelas.

- b. Perilaku alternatif sebagai treatment perlu diidentifikasi kemungkinan keterlaksanaannya dalam jangkauan subjek.
- c. Perilaku pilihan harus ditawarkan kepada subjek, lebih diutamakan perilaku yang diinginkan oleh subjek.
- d. Tujuan treatment harus diamati dengan jelas dan diukur secara tepat.
- e. Subjek harus diberi kemudahan dalam berkonsultasi manakala memerlukan bantuan dalam mengevaluasi dan melaksanakan treatment.

Dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip *self-management* yaitu individu yang bertanggung jawab atas perubahan tingkah laku dengan peneliti sebagai fasilitator dalam proses perubahan tingkah laku tersebut. Dalam merubah tingkah laku subjek diberi kebebasan untuk memilih jalan sesuai yang individu harapkan.

### 3. Langkah- Langkah Teknik *Self Management*

Soetarlinah Soekadji memiliki empat tahap dalam teknik *self-management* dalam (Purwaka, 2005:110-112), yaitu sebagai berikut:

- a. Tahap monitor atau observasi

Tahap ini subjek mengamati perilakunya sendiri dan mencatat jenis, waktu, durasi perilaku yang ada pada diri subjek yang akan dimodifikasi.



b. Mengatur lingkungan

Lingkungan perlu diatur guna mengurangi bahkan menghilangkan perilaku tersebut.

c. Tahap evaluasi diri

Dalam tahap ini subjek membandingkan apa yang tercatat sebagai kenyataan dengan apa yang seharusnya dilakukan.

d. Tahap pemberian pengukuhan, penghapusan, atau hukuman

Tahap ini diperlukan kemauan diri yang kuat untuk menentukan dan memilih pengukuhan apa yang perlu diadakan, atau perilaku mana yang segera dihapus, dan bahkan hukuman diri sendiri apa yang harus diterapkan.

Komalasari, dkk (2011:182) *self-management* biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut:

a. Tahap monitor diri atau observasi diri

Tahap ini konseli sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatat dengan teliti.

b. Tahap evaluasi

Tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program.

c. Tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman

Tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap tersulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dalam penerapan *self-management* terdapat empat tahap kegiatan yang harus dilakukan yaitu monitor atau observasi, pengaturan lingkungan, evaluasi diri, pemberian penguatan, atau hukuman.

4. Teknik *Self Management* dalam Konseling Kelompok

Konseling kelompok dengan teknik *self-management* adalah layanan dalam bimbingan dan konseling yang bermanfaat untuk mengentaskan permasalahan anggota kelompok dengan adanya dinamika kelompok dan anggota kelompok yang merencanakan perubahan tingkah lakunya sendiri dengan bantuan pemimpin kelompok sebagai fasilitator.

Penggunaan strategi *self-management* dalam konseling menurut Cormier (Fitri 2013:35) adalah (1) memberikan konseli catatan kejadian dan menggambarkan penggunaan enam komponen dari komponen monitor diri untuk konseli sendiri, (2) memberikan konseli catatan kejadian, menggambarkan cara penggunaan metode pengawasan untuk mengurangi atau menambah standar tingkah laku,

(3) memberikan konseli catatan kejadian, menggambarkan penggunaan empat komponen untuk memberikan penguatan pada konseli.

#### **D. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa**

Perilaku konsumtif merupakan perilaku yang suka membelanjakan barang yang kurang diperlukan hanya untuk mencapai kepuasan semata. Para remaja melakukan perilaku konsumtif tersebut semata-mata hanya untuk kesenangan dan meningkatkan harga dirinya saja dikalangan kelompoknya tanpa memperhatikan manfaat dari apa yang dibelinya baik bersifat barang maupun jasa. Perilaku konsumtif pada remaja tidak hanya terjadi di sekolah yang berada di kota saja namun di sekolah yang merupakan perbatasan kota dan desa pun sudah melakukan perilaku konsumtif tersebut.

Konseling kelompok adalah suatu kegiatan di dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok yang berguna untuk mengentaskan permasalahan anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Konseling kelompok memberikan kesempatan kepada para anggota untuk berinteraksi dengan anggota kelompok lain agar terjadi dinamika dalam kelompok untuk mencapai tujuan diadakannya konseling kelompok tersebut. Konseling kelompok dalam situasi seperti ini sangat efektif untuk meminimalkan perilaku konsumtif siswa.

Pada siswa yang memiliki perilaku konsumtif dapat diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur di mana seseorang mengarahkan dan mengatur perubahan tingkah lakunya sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi lain. Melalui teknik *self-management* siswa yang mempunyai perilaku konsumtif diharapkan dapat mengurangi perilakunya.

Siswa diharapkan mampu meminimalisir perilaku konsumtifnya baik di rumah maupun di sekolah. Semakin efektif konseling kelompok dengan teknik *self-management*, maka diharapkan terjadi pengurangan perilaku tersebut pada siswa.

#### **E. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Penelitian ini mengenai pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku konsumtif siswa kelas IX E di SMP 1 Mertoyudan. Berdasarkan eksplorasi peneliti, ditemukan beberapa tulisan yang berkaitan dengan penelitian ini.

Pertama adalah jurnal dari Dewi pada tahun 2017 yang berjudul “Pengaruh Lingkungan Keluarga, Teman Sebaya, Pengendalian Diri dan Literasi Keuangan Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa”. Hasil dari penelitian yang dilakukan adalah bahwa semakin tinggi pengaruh teman sebaya maka akan semakin tinggi perilaku konsumtifnya.

Penelitian yang kedua oleh Annisa yang berjudul “Efektivitas Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self Management* untuk

Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung 2017/2018”. Hasilnya adalah bahwa layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self management* dapat meningkatkan kecerdasan emosional.

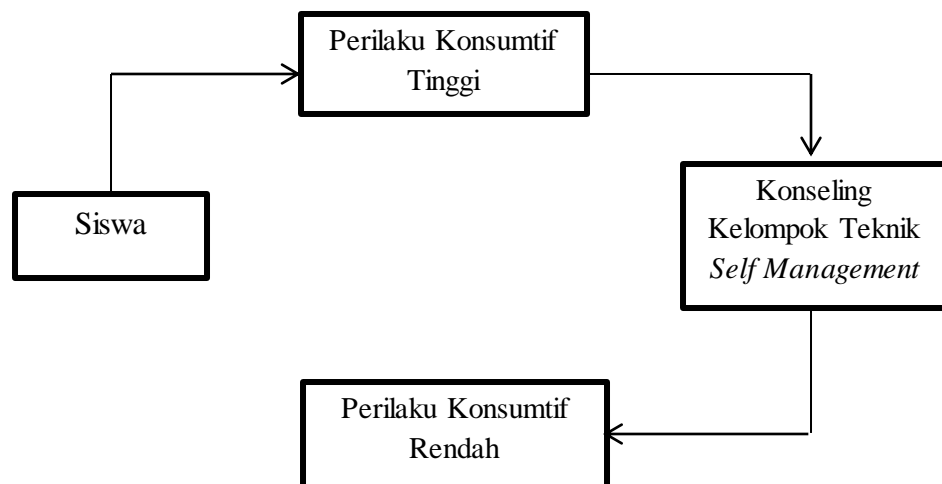
Ketiga adalah penelitian yang dilakukan oleh Erlangga dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP N 2 Bandar Lampung 2017/2018”. Dengan hasil bahwa layanan konseling kelompok teknik *self management* dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas VIII SMP N 2 Bandar Lampung.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, mendorong peneliti untuk membantu mengurangi perilaku konsumtif pada siswa dengan memberikan teknik *self management* untuk memunculkan sifat hemat. Berkaitan dengan pernyataan tersebut peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa”.

Perbedaan penelitian yang penulis lakukan dengan penelitian terdahulu yaitu pada aspek permasalahannya. Menurut penelitian terdahulu yang pertama permasalahan yang diteliti adalah faktor yang berpengaruh terhadap perilaku konsumtif, penelitian yang kedua adalah meningkatkan kecerdasan emosional, sedangkan yang ketiga adalah pengurangan perilaku prokrastinasi akademik.

## F. Kerangka Berfikir

Individu yang mempunyai perilaku konsumtif perlu mendapatkan bantuan untuk mengubah perilakunya. Sehingga individu tersebut dapat menjadi pribadi yang lebih bertanggung jawab. Untuk lebih jelasnya kerangka berfikir penulis gambarkan sebagai berikut:



**Gambar 1**  
**Kerangka berpikir**

## G. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik *self-management* dapat mengurangi perilaku konsumtif pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

Menurut Arikunto (2006: 7) metode penelitian adalah suatu cara yang sistematis dan terencana untuk melakukan kegiatan dalam mencapai suatu hasil maksimal yang merupakan kegiatan ilmiah dalam mengembangkan dan memperkaya khasanah ilmu pengetahuan. Metode penelitian memiliki peranan yang sangat penting dalam suatu penelitian, karena berhasil atau tidaknya serta kualitas hasil penelitian sangat ditentukan oleh metode yang digunakan.

#### **A. Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian adalah seluruh proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Penelitian ini menggunakan eksperimen murni. Desain penelitian yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design* dengan satu macam perlakuan. Di dalam model ini sebelum memulai perlakuan, kedua kelompok diberi tes awal atau *pretest* untuk mengukur kondisi awal (Y1 dan Y3). Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberi perlakuan (X) sedangkan pada kelompok pembanding tidak diberi perlakuan. Setelah selesai perlakuan, kedua kelompok diberi tes lagi sebagai *posttest* (Y2 dan Y4). Secara umum dapat digambarkan pada skema sebagai berikut:

**Tabel 1**  
*Pretest-posttest control group design dengan satu macam perlakuan*

<b>Group</b>	<b>Pre-test</b>	<b>Perlakuan</b>	<b>Post-tes</b>
KE	Y1	X	Y2
KK	Y3	-	Y4

Keterangan:

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

Y1 dan Y3 : *Pre-test*

Y2 dan Y4 : *Post-test*

X : Perlakuan

## **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Penelitian pada hakikatnya adalah kegiatan ilmiah yang bertujuan untuk menguji kebenaran hipotesis yang diharapkan terlebih dahulu oleh peneliti. Agar penelitian dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya maka diperlukan alat yang sesuai. Variabel adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006:118).

Pada penelitian ini terdapat 2 macam variabel:

### 1. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dari penelitian ini adalah perilaku konsumtif.



## 2. Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik *self-management*.

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan dan dapat diamati (diobservasi). Definisi operasional variabel penelitian yang digunakan peneliti adalah:

1. Perilaku konsumtif adalah suatu perilaku yang ditandai dengan kehidupan yang berlebihan dalam membeli barang dan jasa untuk memenuhi keinginan saja tanpa memperdulikan manfaat dan kegunaannya. Aspek dari perilaku konsumtif yaitu keinginan untuk membeli barang secara tiba-tiba dan tanpa pertimbangan, ingin mengikuti gaya orang lain, mengutamakan keinginan dari pada kebutuhan dalam membeli barang.
2. Konseling kelompok adalah suatu layanan dalam bimbingan dan konseling yang berupaya untuk mengentaskan permasalahan yang dihadapi siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Tujuan dari diadakannya konseling kelompok adalah pembahasan dan pemecahan masalah pribadi melalui bantuan anggota kelompok lain

dan mendapat pemahaman baru terutama mengenai perilaku konsumtif.

3. Teknik *self-management* adalah strategi perubahan tingkah laku dengan pengaturan dan pemanfaatan yang dilakukan oleh konseli sendiri dengan menerapkan langkah mengobservasi perilaku konseli sendiri dan mencatatnya, mengatur lingkungan sekitar, membandingkan catatan yang telah dibuat dengan kenyataan apa yang seharusnya dilakukan, mengurangi bahkan menghilangkan perilaku konsumtif dengan kemauan dari diri sendiri.

#### **D. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian merupakan individu yang menjadi sasaran penelitian. Hal-hal yang berhubungan dengan subjek penelitian adalah:

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi yang memiliki perilaku konsumtif tinggi yaitu kelas IX E. Sampel berjumlah 16 siswa yang akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing berjumlah 8 siswa.

### 3. Sampling

Dalam menentukan sampel kelompok penelitian, peneliti menggunakan teknik sampling yang disebut *purposive sampling*, yang bertujuan untuk mendapatkan sampel yang representatif sesuai dengan kriteria yang ditentukan.

#### E. Setting penelitian

Penelitian dilakukan di kelas IX E SMP N 1 Mertuyudan Kabupaten Magelang yang beralamat di Jl. Mayjen Bambang Sugeng KM 5 Mertuyudan, Magelang.

#### F. Metode Pengumpulan Data

Angket tryout yang akan disebar yaitu kelas VIII E yang merupakan kelas unggulan, kelas yang diberikan angket *pretest* dan *posttest* adalah kelas IX E. Jenis angket yang digunakan adalah kuesioner tertutup yaitu kuesioner yang menghendaki jawaban pendek. Angket ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS) dengan penilaian sebagai berikut

**Tabel 2**  
**Penilaian Skor Angket Perilaku Konsumtif**

Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Angket dikembangkan dalam kisi-kisi perilaku konsumtif. Sebelum angket digunakan untuk *pretest* dan *posttest* terlebih dahulu angket diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan *try out*.

**Tabel 3**  
**Daftar Indikator Angket Perilaku Konsumtif**

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item		Jml
			+	-	
Perilaku Konsumtif	<i>Impulsive Buying</i> (Pembelian secara impulsif)	Membeli barang didasari hasrat yang tiba-tiba atau sesaat tanpa direncanakan	1,3,5,7	2	5
		Dilakukan tanpa melalui pertimbangan	9,11,13	12,14,16	6
	Pembelian Tidak Rasional	Pembelian yang didasari oleh sifat emosional	19,21,27,29	22,24,28,30	8
		Keinginan untuk berbeda dengan orang lain	31,33,35,37,41,43,49	32,38	9
<i>Wastful Buying</i> (Pemborosan)	Pembelian yang mengutamakan keinginan dari pada kebutuhan	55,59,61	40,42	5	

Mengeluarkan uang untuk bermacam-macam keperluan yang tidak sesuai dengan kebutuhan pokoknya sendiri	58,63,64,6 5	52,54,5 6	7
Jumlah	25	15	40

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1) Uji validitas instrumen

Suatu tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Tes memiliki validitas yang tinggi jika hasilnya sesuai dengan kriteria, dalam arti memiliki kesejajaran antara tes dan kriteria. Analisis menggunakan bantuan program SPSS 23.0 *for windows*. Hasil analisis validitas instrumen terlampir.

### 2) Uji reliabilitas instrumen

Reliabilitas instrumen merujuk kepada konsistensi hasil pengukuran data jika instrumen tersebut digunakan oleh orang atau sekelompok orang yang sama dalam yang berlainan atau jika instrumen tersebut digunakan oleh orang atau sekelompok orang yang berbeda dalam waktu yang sama atau dalam waktu yang berlainan. Karena hasilnya konsisten itu, maka instrumen tersebut dapat dipercaya (reliable), atau dapat diandalkan. Reliabilitas

instrumen akan diuji dengan menggunakan program komputer *SPSS* (*Statistical Pckage For The Social Sciences*) versi 23.0 for windows.

**Tabel 4**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	31	100,0

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

R

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,928	,934	65

## H. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dibagi menjadi 3 tahap yaitu persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, dan penyusunan hasil penelitian sebagai berikut:

### 1. Persiapan Penelitian

#### a. Pengajuan judul dan proposal penelitian

Peneliti mengajukan judul dilanjutkan dengan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing.

#### b. Pengajuan kerja sama

Peneliti mengajukan surat ijin penelitian di SMP Negeri 1 Mertoyudan.

c. Penyusunan instrumen penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara dan angket perilaku konsumtif.

d. *Try out* instrumen

Pelaksanaan *try out* angket perilaku konsumtif dilakukan oleh siswa SMP Negeri 1 Mertoyudan yang sesuai dengan kriteria perilaku konsumtif yaitu kelas unggulan VIII E.

2. Pelaksanaan penelitian

a. Pelaksanaan *pretest*

- 1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *pretest*.
- 2) Peneliti membagi angket *pretest* kepada sampel penelitian.
- 3) Peneliti menganalisis hasil *pretest*.

b. Pelaksanaan konseling kelompok

- 1) Menyiapkan modul perilaku konsumtif yang akan diberikan untuk siswa anggota kelompok eksperimen. Pengujian modul pada penelitian ini, peneliti meminta bantuan kepada ahli yaitu 2 dosen jurusan BK.

- a. Uji validitas pertama oleh dosen ahli Nofi Nur Yuhanita, M.Psi memberikan komentar dan saran modul dapat digunakan dengan pembuatan lembar penugasan yang lebih bervariasi dan perbaikan kalimat pada pengantar modul. Penilaian pada modul

yang dibuat oleh peneliti adalah kategori baik dengan skor 42

- b. Validator modul yang kedua oleh Dewi Liana Sari, M.Pd memberikan komentar untuk waktu setiap pertemuan ditambah menjadi 60 menit, lebih memperhatikan ejaan yang benar. Penilaian pada modul yang dibuat oleh peneliti adalah kategori baik dengan skor 40.

**Tabel 5**  
**Kisi- kisi Modul Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa**

Topik	Tujuan	Pelaksanaan
Pengenalan konseling kelompok, dan perilaku konsumtif	<b>Pertemuan I :</b> Membantu anggota kelompok untuk memahami pelaksanaan konseling kelompok serta mengerti apa itu perilaku konsumtif	1 November 2017
Eksplorasi masalah	<b>Pertemuan II :</b> Untuk membantu anggota kelompok dalam mengemukakan permasalahan yang dihadapi terkait dengan perilaku konsumtif	4 November 2017
Pemantauan diri ( <i>Self-monitoring</i> )	<b>Pertemuan III :</b> Anggota kelompok mampu mengamati dan mencatat perilaku konsumtif yang ada didalam dirinya secara	8 November 2017



	mandiri <b>Pertemuan IV :</b> Untuk membantu anggota kelompok mencatat perilaku konsumtifnya secara lebih spesifik	11 November 2017
<i>Stimulus control</i>	<b>Pertemuan V :</b> Anggota kelompok menyadari akibat dari adanya perilaku konsumtif, anggota kelompok dapat menciptakan lingkungan yang mendukung untuk pengurangan perilaku konsumtif <b>Pertemuan VI :</b> Membantu anggota kelompok untuk lebih paham cara memanagemen keuangan secara bijak	15 November 2017  18 November 2017
Penguatan ( <i>reinforcement</i> )	<b>Pertemuan VII :</b> Anggota kelompok dapat menentukan penguatan yang didapat diri sendiri untuk mengurangi perilaku konsumtif, anggota kelompok mampu berkomitmen setelah adanya intervensi dari konselor	22 November 2017
Evaluasi	<b>Pertemuan VIII :</b> Anggota kelompok dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan setelah dilaksanakannya konseling kelompok, mengetahui sejauh mana perubahan pada anggota kelompok dalam mengurangi perilaku konsumtif dengan teknik <i>self-management</i>	25 November 2017

- 2) Pelaksanaan konseling kelompok kepada kelompok eksperimen sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi perlakuan.
  - 3) Evaluasi kegiatan konseling kelompok.
- c. Pelaksanaan *posttest*
- 1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *posttest*.
  - 2) Peneliti membagi angket *posttest* kepada sampel penelitian.
  - 3) Peneliti menganalisis hasil *posttest*.
- d. Penyusunan hasil penelitian

## I. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu cara mengolah data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian untuk menuju ke arah kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis statistic non parametrik atau dengan menggunakan uji *Mann Whitney*.

Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relatif kecil, yaitu hanya 8 siswa pada masing-masing kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Sehingga dengan menggunakan uji *Mann Whitney* diharapkan dapat diketahui apakah teknik self management dapat berpengaruh terhadap penurunan perilaku konsumtif siswa. Analisis data dilakukan

dengan bantuan program komputer *SPSS (Statistical Package for the Social Sciences)* versi 23.00 windows.

Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5%. Artinya, hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

##### 1. Kesimpulan Teori

Perilaku konsumtif adalah perilaku yang suka membelanjakan barang yang kurang diperlukan hanya untuk mencapai kepuasan semata. Para pelaku konsumtif tersebut berperilaku demikian karena alasan-alasan tertentu yang sebenarnya hanya untuk mencapai kepuasan serta meningkatkan harga diri dan kesenangannya.

Pada siswa yang memiliki perilaku konsumtif dapat diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Pengelolaan diri (*self-management*) adalah suatu prosedur dimana penekanan terjadi pada konseli yang mengatur perubahan dirinya sendiri menjadi lebih efektif. Dimana para anggota secara aktif dan dinamis memberikan pendapat yang bertujuan untuk perubahan perilaku pada masing-masing anggota kelompok.

##### 2. Kesimpulan Hasil Penelitian

Kesimpulan hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh terhadap penurunan perilaku konsumtif siswa kelas IX SMP Negeri 1 Mertoyudan Tahun Ajaran 2017/2018.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi sekolah, diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi dalam menangani siswa yang memiliki permasalahan perilaku konsumtif yang tinggi.
2. Bagi guru pembimbing, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menangani siswa yang memiliki permasalahan yang terkait dengan perilaku konsumtif, maka guru pembimbing dapat menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* sebagai upaya untuk mengurangi perilaku konsumtif.
3. Bagi siswa, sebagai acuan dalam mengurangi perilaku konsumtif siswa untuk mengembangkan wawasan, meningkatkan kemampuan menganalisis suatu masalah.
4. Bagi peneliti selanjutnya, teknik *self management* dalam menangani siswa yang memiliki permasalahan perilaku konsumtif bukan satu-satunya teknik yang digunakan untuk mengentaskan permasalahan tersebut, sehingga dalam mengatasi permasalahan yang terkait perilaku konsumtif dapat menggunakan strategi ataupun teknik lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anike Dian Fitri. 2013. "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*self-management*) Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif pada Siswa Kelas IXI SMA Negeri 15 Surabaya" *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. 1 (1).
- Annisa. 2017. "Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII SMP N 19 Bandar Lampung." *Skripsi*. IAIN Raden Intan Lampung.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Awliyah, H. 2008. *Pelajaran IPS- Ekonomi Bilingual untuk SMP/ MTs Kelas VIII*. Bandung: Yrama Widya.
- Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi Dua)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Erlangga. 2017. "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP N 2 Bandar Lampung." *Skripsi*. IAIN Raden Intan Lampung.
- Erl Ernawati dan Indriyati. 2011. "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja di SMP N 1 Piyungan" *Jurnal Spirits*. Vol 2 No 1.
- Febrian Sinung Hartati. 2011. "Upaya meminimalkan Perilaku Konsumtif Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 12 Semarang." *Skripsi*. UNNES
- Komalasari, Gantina., Eka, Wahyuni., & Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Margono. 2005. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Mohammad Agus Ariyanto. 2014. "Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku Konsumtif Pada Siswa Kelas X TKJ SMK NU Ma'arif Kudus 2014/ 2015." *Skripsi*. Universitas Muria Kudus.
- Nuraini Putri Permatasari. 2015, "Mengurangi Perilaku Konsumtif Melalui Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Kelas VIII A SMP N 3

- Muntilan tahun 2014/2015” Artikel *Journal Bimbingan dan Konseling*. Edisi 7 tahun ke-4. Hlm 2.
- Nurdin. 2008. *Mari Belajar IPS untuk SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta: Pusat Perbukuan Depdiknas.
- Nurita Dewi, Rusdarti, Sunarto. 2017. “Pengaruh Lingkungan Keluarga, Teman Sebaya, Pengendalian Diri dan Literasi Keuangan Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa” *Journal of Economic Education*. JEE 6 (1) (2017).
- Nursalim, Mochamad & Eko, Darminto. 2005. *Strategi Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Prayitno. 2001. *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2004. *Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang Press.
- Purwaka, Hadi. 2005. *Modifikasi Perilaku*. Jakarta: Depdiknas.
- Regina, C.M., Lydia, D. & Cicilia P. 2015. “Hubungan Celf- Control dengan Perilaku Konsumtif Online Shopping Produk Fashion pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universtias Sam Ratulangi” *Jurnal e-Biomedik*, 3 (1).
- Setiadi, Nugroho. 2015. *Perilaku Konsumtif Perspektif Kontemporer Pada Motif, Tujuan dan Kegiatan Konsumen*. Jakarta: Kencana.
- Sukari., Ani Larasati., Mudjjono, dkk. 2013. *Perilaku Konsumtif Siswa SMA di Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: BPNB.
- Sumartono. 2002. *Terperangkap dalam Iklan (Meneropong Imbas Pesan Iklan Televisi)*. Bandung: Alfabeta.
- Tohirin. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Waluyo., Suwardi, Feryanto, Agung, dkk. 2008. *Ilmu Pengetahuan Sosial untuk SMP/ MTs Kelas VII (BSE)*. Jakarta: Depdiknas.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. 2013. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.