

---

## Pengembangan Panduan Bimbingan Peningkatan Perilaku Beribadah dengan Teknik *Self Monitoring*

Anis Setyawati, Mudaris Muslim, Edy Legowo

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret Surakarta

email: aa.nisnis@gmail.com

---

**Abstract:** The research purposes to produce prototype 1 which is the guide service manual development to improve religious behavior using self-monitoring technique for high school students which will be ready to be examined of its effectiveness and efficiency. This research used research and development; however the research was only conducted to pre development stage which was production stage. The collecting data had been done using questionnaire of the students' necessity and importance. The result showed that (1) based on the result of empirikal review, the development to improve religious behavior was very needed and very important for students, parents, and the counseling teacher. (2) based on the analysis of empirikal review and the empirikal review could be developed in a product, which is "The Guidance Service Manual Development to Improve Religious Behavior Using Self-Monitoring Technique for High School Student.

---

**Keywords:** guidance, praying behavior, self-monitoring

---

**Abstrak:** Penelitian bertujuan untuk menghasilkan prototipe 1 panduan layanan bimbingan untuk meningkatkan perilaku beribadah dengan teknik *self monitoring*: bagi peserta didik SMA yang siap diuji validitas, keefektifan, dan kepraktisan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian dan pengembangan, namun hanya sampai tahap pra pengembangan yaitu pada fase pembuatan produk. Pengumpulan data dilakukan dengan angket kebutuhan dan kepentingan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) berdasarkan hasil kajian empirik pengembangan perilaku beribadah dinyatakan sangat dibutuhkan dan sangat penting menurut siswa, orang tua, dan Guru BK. (2) berdasarkan hasil analisis kajian empirik dan kajian teoritis dapat dikembangkan produk berupa Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Perilaku Beribadah dengan Teknik *Self Monitoring*: bagi Peserta Didik SMA.

---

**Kata kunci:** bimbingan, perilaku beribadah, *self monitoring*

---

### PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling (BK) adalah komponen yang tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan. Perkembangan paradigma BK mengalami perkembangan, perkembangan terbaru BK adalah adanya BK Komprehensif. BK komprehensif menurut Gysbers dan Henderson (2012: 62) BK komprehensif adalah "Sebuah program yang memiliki kerangka organisasi menggunakan keselarasan konfigurasi spesifik yang direncanakan, diurutkan dan dikoordinasi dengan aktivitas dan pelayanan bimbingan dan konseling terhadap siswa, sekolah, dan komunitas/sumber daya lainnya serta mendesain untuk melayani semua siswa dan orang tua/wali di distrik lokal sekolah".

BK koprehensif terdiri dari empat elemen di dalamnya yaitu: Elemen Konten, Kerangka Organisasi: Komponen Program, Sumber Daya Elemen, Elemen pengembangan, perancangan, melaksanakan, mengevaluasi, dan meningkatkannya. Penjabaran setiap elemen akan dijelaskan berikut ini: (1) *Content Element*. Elemen isi ini berisi mengenai pengetahuan yang harus diperoleh siswa, keterampilan yang harus dikembangkan siswa, sikap yang harus dimiliki siswa dan akibat dari berpartisipasi dalam layanan program BK Komprehensif. (2) *Organizational Framework: Program Components*. Kerangka organisasi: Komponen Program. Komponen ini berisikan apa yang dibutuhkan oleh peserta didik mengenai metode baru yang ada dalam BK terdiri dari teknik, sumber daya yang tersedia, harapan peningkatan dalam membuat kebijakan konsumen dan anggota masyarakat. (3) *Resources Element*. Sumber daya elemen adalah sumber daya distrik lokal sekolah yang bervariasi, elemen ini adalah sumber daya yang cukup

---



diperlukan untuk sepenuhnya melaksanakan program BK termasuk didalamnya yaitu sumber daya personal, sumber daya finansial, dan sumber daya politik. (4) *Development, Management, and Accountability Element*. Elemen ini berisi: perencanaan, merancang, melaksanakan, mengevaluasi, dan meningkatkannya. Unsur ini juga mencakup berbagai tugas manajemen yang harus diselesaikan disetiap transisi untuk mengaktifkan fase proses perubahan terungkap lancar dan efisien.

Terkait dengan pengembangan penelitian ini, difokuskan pada elemen dua yaitu kerangka organisasi. Kurikulum BK termasuk didalam sub kerangka organisasi. Sesuai dengan pengembangan penelitian ini yaitu menghasilkan kurikulum yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kepentingan peserta didik. Berdasarkan hal tersebut dilakukan studi pendahuluan berupa survei bertujuan untuk mengetahui tingkat kebutuhan dan kepentingan peserta didik. Survei dilakukan dalam tiga sasaran yaitu: peserta didik, orang tua, dan guru BK. Pelaksanaan survei dengan membagikan angket tingkat kebutuhan dan kepentingan peserta didik yang berisi sesuai dengan bidang BK antara lain: bidang pribadi, bidang sosial, bidang belajar, bidang karier, dan ditambah lagi bidang spiritual. Analisis survei menghasilkan suatu data tingkat kebutuhan dan kepentingan peserta didik. Data dengan persentase terbesar digunakan peneliti untuk dikembangkan. Bidang spiritual dengan item perilaku beribadah secara rutin kepada Tuhan mendapatkan item tertinggi dari semua item.

Berdasarkan survei yang dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri se-eks karesidenan Surakarta terhadap 3362 responden yang terdiri dari 1805 siswa, 1539 orang tua, dan 45 guru BK diperoleh hasil berupa presentase tingkat kebutuhan dan kepentingan layanan BK. Analisis survei menunjukkan bahwa item pengembangan perilaku beribadah kepada Tuhan secara rutin merupakan item tertinggi dengan mendapatkan persentase sangat dibutuhkan 94,4% dan sangat dipentingkan 94,3%. Hasil studi pendahuluan tersebut mendasari peneliti untuk mengembangkan item tersebut guna memenuhi kebutuhan dan kepentingan peserta didik. Tingginya hasil persentase tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa hal tersebut perlu dikaji dan dikembangkan. Terkait dengan sila pertama pada Pancasila yaitu "Ketuhanan yang Maha Esa" menandakan bahwa setiap warga Negara Indonesia harus memiliki Tuhan dan keyakinan. Pada kenyataannya, setiap umat yang mempercayai adanya Tuhan dan agama pasti akan melaksanakannya perintah agama dengan baik. Untuk dapat meningkatkan perilaku beribadah secara rutin dan tepat waktu tanpa terjadi latensi (jeda/keterlambatan), terbentuklah sebuah produk berupa panduan pengembangan yang dapat digunakan oleh Guru BK untuk membantu siswa meningkatkan perilaku beribadah.

Studi literatur yang dilakukan dalam penyusunan instrumen studi pendahuluan mengadaptasi standar kompetensi pada kurikulum bimbingan dan konseling komprehensif yang dikembangkan oleh ASCA dan sejumlah negara bagian Amerika Serikat, yaitu Nevada, Dakota, Connecticut dan Florida, dan bidang spiritual referensi dari tersebut Monod, S., dkk. (2011), Nickles, T. (2011), Brown, D.R (2008). Pengembangan ibadah secara rutin kepada Tuhan termasuk aspek spiritual dan diambil dari referensi Monod, dkk., Nickles, Brown. Kajian empirik menghasilkan suatu persentase kebutuhan dan kepentingan, kemudian akan dilanjutkan dengan kajian teoritik yang disesuaikan dengan kajian empirik.

Teknik yang tepat merupakan kunci keberhasilan variabel lainnya. Rafferty (2010) berpendapat *self monitoring* adalah "*Interventions typically require a student to selfobserve his or her own behavior and self-record whether or not he or she was engaging in the target behavior*". Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dimaknai bahwa *self monitoring* adalah intervensi yang biasanya mengharuskan peserta didik untuk dapat mengamati perilakunya sendiri, melaksanakan perilaku sasaran dan merekam diri mengenai keterlibatan dalam perilaku sasaran yang terjadi. Namun, dalam hal ini hanya dibatasi pada perilaku ibadah shalat dalam agama Islam, ibadah misa dalam agama Katholik, dan kebaktian dalam agama Kristen. Pendapat lain terkait dengan *self monitoring* akan dijelaskan Bell, L., dkk. (2013:1) berpendapat *self monitoring* adalah :

Intensitas pencegahan strategi sekunder yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan manajemen diri peserta didik dan untuk mendukung pengembangan

---

akademik, perilaku, dan sosial mereka. Teknik ini melibatkan siswa belajar bagaimana secara mandiri mengamati dan mencatat keterlibatan mereka dalam perilaku yang sesuai pada waktu tertentu. strategi yang fleksibel ini dapat digunakan untuk meningkatkan terjadinya perilaku yang diinginkan atau untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas.

Teknik yang sesuai untuk pengurangan latensi dalam pelaksanaan ibadah adalah teknik *self monitoring*. Penguatan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Carter, McCullough, dan Carver (2012: 693) mengemukakan bahwa semua variabel religiusitas berkorelasi antara pemantauan diri dan pemantauan Tuhan, komitmen yang signifikan yaitu intrapersonal dengan Tuhan bukan dengan orang lain. Kedua, nilai pada skala kontrol diri berkorelasi positif dengan nilai pada diri pemantauan dan monitoring oleh Tuhan, dan berkorelasi negatif dengan skor untuk monitoring oleh orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, teknik *self monitoring* dapat meningkatkan perilaku beribadah. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan pengembangan dengan judul “Pengembangan Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Perilaku Beribadah Dengan Teknik *Self Monitoring* bagi Peserta Didik SMA. Tujuan penelitian dan pengembangan ini ialah untuk menghasilkan Prototipe-1 Pengembangan Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Perilaku Beribadah Dengan Teknik *Self Monitoring* Bagi Peserta Didik SMA yang siap diuji validitas, keefektifan, dan kepraktisan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan menurut Borg and Gall. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri se-eks Karesidenan Surakarta. Teknik pengumpulan data menggunakan angket kebutuhan dan kepentingan layanan pengembangan bidang spiritual, akademik, pribadi, karir, dan sosial yang dibagikan kepada siswa, orang tua, dan Guru BK. Di samping itu menggunakan studi pustaka (*library research*) untuk memperoleh data mengenai perilaku beribadah dengan teknik *self monitoring*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif yaitu menggunakan persentase dan perbandingan serta analisis deskriptif naratif untuk menganalisis data teori.

## HASIL

Studi pendahuluan yang berupa survei dilakukan di 21 SMA Negeri se-eks Karesidenan Surakarta untuk mengetahui tingkat kebutuhan dan kepentingan terhadap layanan bimbingan dan konseling (BK). Jumlah data yang diperoleh yaitu sebanyak 3362 responden yang terdiri dari 1805 siswa, 1539 orang tua dan 45 Guru BK. Hasil analisis survei terkait item perilaku beribadah secara rutin kepada Tuhan mendapatkan persentase 94.39% sangat dibutuhkan, 5.45%, dibutuhkan, 0.11%, kurang dibutuhkan, dan tidak dibutuhkan 0.03%. Sangat penting 93.66%, penting 6.28%, kurang penting 0.03%, dan tidak penting 0.00%. Agar lebih mudah dipahami, peneliti paparkan hasil tingkat kebutuhan dan kepentingan terhadap pengembangan keterampilan manajemen waktu menurut siswa, orang tua, dan Guru BK sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil Tingkat Kebutuhan dan Kepentingan terhadap Pengembangan Keterampilan Manajemen Waktu menurut Siswa, Orang Tua, dan Guru BK (N=3389)**

Tinjauan	Tingkat Kebutuhan				Tingkat Kepentingan			
	SD	D	KD	TD	SP	P	KP	TP
Responden	3199	185	4	1	3362	211	1	0
Persentase	94,4%	5,5%	0, 1%	0,0 %	93,6%	6,28 %	0,03 %	0,00 %

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa item pengembangan perilaku beribadah dinyatakan sangat dibutuhkan oleh 3199 responden (94,4%) dan dirasakan sangat penting oleh 3362 responden (93,6%) dan hanya dinyatakan tidak dibutuhkan oleh 1 responden (0,0%) dan tidak dirasakan penting oleh 0 responden (0,0%). Item pengembangan perilaku beribadah secara rutin kepada Tuhan menempati peringkat pertama dari 156 item. Dapat disimpulkan hasil

kajian empiris di lapangan ditemukan bahwa item pengembangan perilaku beribadah secara rutin kepada Tuhan sangat dibutuhkan dan dirasa sangat penting oleh siswa, orang tua, dan guru BK di SMA Negeri se-eks karesidenan Surakarta. Selanjutnya hasil kajian teoritis mengenai perilaku beribadah dengan teknik *self monitoring* dapat dipaparkan pada Tabel 2.

**Tabel 2. Tabel Hasil Kajian Teoritis**

Konsep Variabel	Sumber
<b>Perilaku Beribadah</b>	
a. Pengertian Perilaku Beribadah	
1) Perilaku Beribadah Shalat Agama Islam	Ahmad, M dan Khan, S. (2015) , Basrahat, Al Sawwaf 1999,
a) Pengertian Shalat	
b) Kedudukan Shalat dalam Islam	
c) Waktu Shalat	
d) Hukum Meninggalkan Shalat	
2) Perilaku Beribadah Misa Agama Katholik	Westminster (1993) Wawancara dengan Guru Agama Katholik SDN Tempel ibu Agustina
a) Pengertian Misa di Gereja	
b) Pengertian Doa dalam Agama Katholik	
c) Kedudukan Misa dalam Agama Katholik	
d) Hukum tidak Melaksanakan Misa	
3) Perilaku Beribadah Kebaktian Agama Kristen	Farley (2008) dan Wawancara dengan Guru Agama Kristen SDN Tempel ibu Sri Winarsih
a) Pengertian kebaktian di Gereja	
b) Kedudukan Kebaktian ke Gereja bagi Umat Kristen	
c) Hukum tidak Melaksanakan Ibadah ke Gereja	
b. Cara Pembiasaan Perilaku Beribadah	
1) <i>Conditioning</i>	Alwisol (2011), Egmon & Bruel (2007), Ryan, Rigby, dan King (1993), Rothbart & Ahadi (2000)
2) <i>Habit</i>	
3) <i>Traits</i>	
4) Internalisasi	
5) Personaliti	
c. Hubungan Tugas Perkembangan Remaja dengan Perilaku Beribadah	
	Havighurst (1984), Syamsu Yusuf (2011)
<b>Teknik <i>Self Monitoring</i></b>	
a. Pengertian teknik <i>self monitoring</i>	
	Menzies, Lane, dan Lee (2009), Refferty (2010), Bell, L. (2013), Wright, J (2013)
b. Langkah-langkah teknik <i>self monitoring</i>	
	Refferty (2010)
c. Tujuan <i>self monitoring</i>	
	Refferty (2010)
d. Penelitian yang relevan <i>self monitoring</i> dan perilaku beribadah	
	Charter, McCullough, Carver (2012), SÖNMEZ, O.A (2012)

Berdasarkan hasil kajian teoritis di atas diperoleh langkah-langkah *self monitoring* yang dapat digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan perilaku beribadah. Berdasarkan kajian empirik dan teoritik akan menghasilkan prototipe 1 berupa Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Perilaku Beribadah dengan Teknik *Self Monitoring*: Bagi Peserta Didik SMA.

Panduan yang dihasilkan dalam penelitian ini digunakan oleh guru BK. Panduan terdiri dari enam bagian yaitu: (a) Bagian satu pendahuluan, (b) Bagian dua cara menggunakan panduan, (c) Bagian tiga pentingnya perilaku beribadah, (d) Bagian empat Kurikulum, (e) Bagian lima satuan layanan dan materi, (f) Bagian enam penutup. Selanjutnya, peserta didik

akan mengerjakan sebuah LKS sesuai dengan agama yang dianutnya. Fungsi LKS ini sebagai bahan evaluasi/penilaian sejauh mana peserta didik memahami materi yang telah diberikan yang disesuaikan dengan agama.

### PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas mengenai perilaku beribadah “Semua kegiatan seseorang harus sesuai dengan petunjuk dari Tuhan yang satu kepada siapa orang itu mengirimkan, melaksanakan cara hidup dengan benar, mengharuskannya untuk mengikuti dan memodelkan setiap aspek kehidupan mereka sesuai untuk pengajaran, agama atau sebaliknya”. Ibadah dapat dilaksanakan dengan baik jika hal tersebut diajarkan sejak kecil dan dilaksanakan secara terus menerus. Cara pembiasaan perilaku beribadah yaitu: 1) *Conditioning* adalah suatu pembiasaan pembelajaran yang akan dilaksanakan secara terus menerus, 2) *Habits*. Alwisol (2011: 7) berpendapat *habits* adalah “Kebiasaan respon yang sama cenderung berulang untuk stimulus yang sama pula”. Egmon & Bruel (2007: 5) berpendapat *habits* adalah “*A form of automatic and routine behaviour. It is behaviour that people repeat, because this behaviour is easy, comfortable and rewarding*”. 3) *Trait*. Alwisol (2011: 220) menjelaskan *trait* adalah “Struktur neuropsikik membimbing orang untuk bertingkah laku yang konsisten lintas waktu dan tempat, merespon secara sama kelompok stimuli yang mirip”. 4) Internalisasi. Loewald (Ryan, Rigby, dan King, 1993: 586-596) menggunakan internalisasi sebagai istilah umum yaitu “Penciptaan batin pengalaman melalui proses tertentu transformasi dimana hubungan dan interaksi antara aparat psikis individu dan lingkungannya yang berubah menjadi hubungan batin dan interaksi dalam aparat psikis”. 5) Personaliti. Allport (Rothbart & Ahadi, 2000: 123) definisi *personality* adalah “*The dynamic organization within the individual of those psychophysical systems that determine his unique adjustment to his environment*”.

Penelitian ini membatasi perilaku ibadah yang akan dikaji, perilaku ibadah yang dikaji dalam hal ini adalah shalat bagi agama Islam, misa bagi agama Katholik, dan kebaktian bagi agama Kristen. Ahmad, M. dan Khan, S. (2015) berpendapat bahwa “Muslim percaya bahwa seluruh tujuan hidup adalah untuk menyembah Allah dan untuk mencari Ridho-Nya. Ibadah adalah tanggung jawab individu untuk Muslim berdasarkan hubungan langsung antara Pencipta dan ciptaan-Nya. Tidak ada perantara, dan hubungan pribadi ini dibentuk dan diperkuat dengan mengikuti Al-Qur'an dan Sunnah. (Westminster, 1993: 34-38) berpendapat bahwa “Hari Minggu ini memiliki makna khusus, karena itu pada itu "hari minggu pertama" bahwa pengikut Yesus menemukan makam kosong dan bertemu dengan Tuhan yang bangkit. Menyadari pentingnya kebangkitan, komunitas perjanjian baru menyebutkan hari minggu waktu Kristus bangkit sebagai "hari Tuhan" (Wahyu 1: 10). Hari itu untuk mengingat dan merayakan kebangkitan. Hari Tuhan, pada hari Minggu digunakan sebagai pusat dari kalender gereja. Berkumpul di hari Tuhan atau hari Minggu, Katholik merayakan zaman yang akan datang, yang terungkap dalam Kristus yang bangkit, dengan mengingat kata-kata dan perbuatan Yesus dan merayakan kehadiran Kristus yang bangkit di antara mereka, seperti yang disampaikan dalam firman dan diberikan roti dan secangkir Ekaristi”. (Farley, 2008: 591-598) berpendapat bahwa Ibadah adalah “Tindakan Allah Tritunggal dalam gereja yang menghasilkan komunitas ibadah dengan mengirimkan anak di kematian Yesus, kebangkitan, kenaikan, dan oleh mengirimkan roh di hari Pentakosta. Oleh karena itu penebusan ibadah manusia adalah partisipasi dalam persekutuan Bapa, Anak, dan Roh Kudus sebagai persekutuan yang diwujudkan dalam sejarah pribadi dan karya Kristus dalam tubuh gereja. Ibadah yang sepenuhnya alkitabiah, karena itu, harus secara eksplisit menceritakan kisah trinitas dan mencerminkan realitas trinitarian ini dalam isi dan bentuk”.

Penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan prototipe 1 berupa Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Perilaku Beribadah dengan Teknik *Self Monitoring*: Bagi Peserta Didik SMA. Model pengembangan ini menggunakan Borg and Gall

namun hanya sampai pada prototipe 1 berupa pembuatan produk. Uji efektivitas, kepraktisan akan dilaksanakan oleh peneliti selanjutnya.

Hasil prototipe berdasarkan kajian empirik dan teoritik. Kajian empirik terkait dibutuhkan dan dipentingkan perilaku beribadah bagi peserta didik sesuai dengan pengertian Basrahat, T (2010: 28) mengatakan bahwa perilaku beribadah adalah “Mempersembahkan suatu ritual perilaku dalam ibadah berupa doa, puasa, zakat, dan lain sebagainya. Callen, B.L (1993: 7) mengatakan “Syukuran kepada apa yang telah diberikan Tuhan Yesus Kristus”. Dikuatkan dengan pendapat Havighurst (1984) bahwa tugas perkembangan remaja hendaknya mampu “Memperoleh Seperangkat Nilai dan Sistem Etika Sebagai Petunjuk/Pembimbing dalam Bertingkah Laku”. Hal ini mendasari bahwa perilaku beribadah perlu dikembangkan.

Teknik yang sesuai dengan peningkatan dan pengembangan perilaku beribadah yaitu *self monitoring*. Mace, Belfiore, & Huchinson (dalam Menziez, Lane, dan Lee, 2009: 28) *self monitoring* adalah “Dua proses yang melibatkan pengamatan dan perekaman. Peserta didik memerlukan untuk dapat menentukan apakah perilaku sasaran terjadi/tidak. Kemudian peserta didik dapat merekam beberapa fitur dari target perilaku”.

Dipilihnya teknik tersebut, didasari oleh: Cooper et al., (dalam Rafferty, 2010: 51) *Self monitoring* salah satu kelompok yang paling diteliti intervensi manajemen diri, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa di semua tingkatan kelas (termasuk mereka yang biasanya berkembang dan mereka yang memiliki cacat kognitif atau perilaku) berhasil dapat belajar untuk menggunakan dan manfaat dari intervensi pemantauan diri (misalnya, Lam et al, 1994;.. Mooney et al, 2005; Reid, 1996;. Reid et al, 2005). Loftin, Gibb, & Skiba (dalam Wright, J, 2013: 1) pemantauan diri pada peserta didik adalah “Alat yang efektif untuk perubahan perilaku”. Pemantauan diri memiliki dua komponen, pengukuran dan evaluasi.

Alasan lain digunakannya *self monitoring* disebabkan dalam teknik tersebut terdapat langkah-langkah yang sistematis untuk dapat meningkatkan perilaku beribadah. Rafferty (2010) menyebutkan langkah-langkah *self monitoring* sebagai berikut: (1) Mengidentifikasi dan menentukan perilaku sasaran, (2) Menetapkan perilaku sasaran, (3) Mengamati dan merekam perilaku, (4) Merencanakan desain perubahan, (5) Melaksanakan desain perubahan, (6) Mengevaluasi Hasil Impelementasi, (7) Pemudaran intervensi dari guru. Tujuan *self monitoring* menurut Bell, dkk (2013) adalah “Strategi intervensi dari *self monitoring* ini juga dapat mengakibatkan siswa memperoleh keterampilan dan kepercayaan diri untuk menavigasi tanggung jawab belajar lebih mandiri dan untuk mentransfer tanggung jawab untuk belajar ini dari guru kepada siswa”.

Hasil prototipe satu berupa Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Perilaku Beribadah dengan Teknik *Self Monitoring*: Bagi Peserta Didik SMA yang belum di ujiefektivan dan kepraktisan. Harapannya peneliti selanjutnya mampu menguji keefektifan dan kepraktisannya.

## SIMPULAN

Berdasarkan *need assessment* yang dilakukan dalam penelitian, menghasilkan suatu persentase tingkat kebutuhan dan kepentingan. Perilaku beribadah emndapatkan persentase tertinggi dengan hasil 94, 4% sangat dibutuhkan dan 94, 3% sangat dipentingkan oleh peserta didik. Teknik self monitoring sangat sesuai untuk meningkatkan perilaku beribadah disebabkan terdapat tahapan dan langkah sistematis didalamnya. Dua tahap tersebut adalah teknik *self observe* dan *self recording*. Langkah-langkah yang sistematis termasuk didalam dua tahapan teknik tersebut.

Berdasarkan simpulan maka dapat disampaikan saran kepada beberapa pihak yaitu kepala sekolah, guru BK, siswa, dan peneliti selanjutnya, dan guru mata pelajaran/guru Agama. Kepala sekolah hendaknya mendukung pemberian layanan bimbingan terkait dengan perilaku beribadah kepada Tuhan. Guru BK dapat menjadikan hasil pengembangan ini, ditambahkan kedalam layanan BK.

Sebagai pemeluk agama dan mempercayai Tuhan, siswa hendaknya menerapkan teknik ini untuk meningkatkan perilaku ibadahnya. Selanjutnya bagi peneliti selanjutnya, hendaknya

mengkaji agama lain yaitu Hindu, Budha. Direkomendasikan kepada peneliti selanjutnya siap untuk menguji keefektifan dan kepraktisan panduan. Bagi guru agama hendaknya berkolaborasi dengan guru BK dalam pengamatan perilaku ibadah yang dilaksanakan oleh peserta didik. Hal tersebut digunakan untuk memonitoring keefektifan teknik *self monitoring*.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alberto, P.A., & Troutman, A.C. (2009). *Applied Behavior Analysis for Teachers (Eighth Edition)*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- ASCA. (2004). *ASCA National Standards for Students*. Alexandria: American School Counselor Association.
- Basrahat, T. (2010). *The Characteristic Features Of Worship As Propounded By Islam. (Online)*, (<http://pu.edu.pk/images/journal/szic/previousissupdf/3Tahira%20Basharat.pdf>.)
- Borg, W.R & Gall, M.D. (1983). *Educational Research an Introduction*. USA: Von Hoffman Press.
- Bell, L., Magil, L., Carter, E.W., dan Lane, K.L., (2013). *Self-Monitoring Equipping Students to Manage Their Own Behavior in the Classroom*. Tennessee Venderbilt University: Department of Education.
- Brown, D.R (2008). *Assessment Of Spirituality In Counseling: The Relationship Between Spirituality And Mental Health*. Alabama: Auburn University. Diperoleh pada tanggal 20 Januari 2016 dari, [https://etd.auburn.edu/bitstream/handle/10415/1049/BrownDavid\\_52.pdf?sequence=1](https://etd.auburn.edu/bitstream/handle/10415/1049/BrownDavid_52.pdf?sequence=1).
- Callen, Barry. (1993). A Fellowship of Wesleyan-Holiness Scholars. *Journal Wesleyan Theological Society*. Volume 32, Number 2, hal 5-236.
- Charter, E., McCullough, M., Carver, C. (2012). The Mediating Role of Monitoring in the Association of Religion With Self-Control. *Journal Social Psychological and Personality Science*, 3 (6), 691-697. <http://spp.sagepub.com/content/early/2012/03/01/1948550612438925>.
- Florida Department of Education. (2001). *Florida's School Counseling and Guidance Framework: A Comprehensive Student Development Program Model*. Florida: Florida Department of Education.
- Goodwin, D.L., & Coates, T.J. (1976). *Helping Students Help Themselves*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Gysbers, N.C., & Henderson, P. (2012). *Developing and Managing Your School Guidance & Counseling Program (Fifth Edition)*. Alexandria: American Counseling Association.
- Havighurst, R.J. 1984. *Perkembangan Manusia Dan Perkembangan*. Bandung: Jemmars.
- Menzies, H.M., Lane, K.L. & Lee, J.M. (2009). Self-Monitoring Strategies for Use in the Classroom: A Promising Practice to Support Productive Behavior for Students With Emotional or Behavioral Disorders. *Journal Beyond Behavior*. (Online), ([http://www.wisconsinpbisnetwork.org/assets/files/flash/ClassroomManagement/ConsequenceSystems/story\\_content/external\\_files/SelfMonitoring.pdf](http://www.wisconsinpbisnetwork.org/assets/files/flash/ClassroomManagement/ConsequenceSystems/story_content/external_files/SelfMonitoring.pdf).)
- Monod, dkk. (2011). Instruments Measuring Spirituality in Clinical Research: A Systematic Review. *Journal Society of General Internal Medicine* Volume 26, No (11), hal 1345-1340.
- Nevada Department of Education. (2012). *Nevada School Counseling Program*. Nevada: Nevada Department of Education.
- Nickles, T. (2011). *The Religion and Spirituality in Counseling*. California Polytechnic State University: Spring.
- Rafferty, L.A. (2010). Step-by-Step: Teaching Students to Self Monitor. *Journal Teaching Exceptional Children*, 43 (02), 50-58.
-

South Dakota Department of Education. 2002. *South Dakota Comprehensive School Counseling Program Model*. South Dakota: South Dakota Department of Education

State of Connecticut Department of Education. (2008). *Comprehensive School Counseling: A Guide to Comprehensive School Counseling Program Development*. Middletown: State of Connecticut.

Wright, J. (2013). How To: Teach Students to Change Behaviors Through Self-Monitoring. *Journal How the common core works' Series*. (Online), ([http://www.jimwrightonline.com/mixed\\_files/waupaca/Wright\\_Tchr\\_First\\_Responder\\_27\\_Aug\\_2013\\_Waupaca\\_Schools\\_Handout.pdf](http://www.jimwrightonline.com/mixed_files/waupaca/Wright_Tchr_First_Responder_27_Aug_2013_Waupaca_Schools_Handout.pdf).)