

Konseling Individual Menggunakan Teknik WDEP untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa

Apriana Nofriastuti Rasdiany¹, Yeni Karneli¹

¹Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: apriana.nr09@gmail.com

Abstract: Learning skills are very important in learning, because with learning skills students can learn well and get maximum results. Learning skills as an asset in improving the quality of student learning. This study uses an action research method to provide an overview of the solution to the problem of low student learning skills in vocational high schools. Students are able to improve their learning skills through the technique WDEP System. This technique of WDEP improving can raise awareness of the important learning skills by conducting self-evaluations by exploring and assessing student behaviors, especially irresponsible behavior that results in low learning skills. After knowing and assessing their behavior, students together with the supervising teacher make plans for more responsible future behavior, in which there is a commitment between the supervising teacher and students. With this commitment, students are required to be responsible for the plans they have made. This will certainly help students improve their learning skills by emphasizing their responsibilities as students.

Keywords: Individual Counseling, WDEP Technique, Learning Skills

Received July 3rd, 2020;
Revised July 15th, 2020;
Accepted August 1st, 2020;
Published August 2nd, 2020

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2021 by author

How to Cite: Rasdiany, A,N, Karneli, Y. (2021). Konseling Individual Menggunakan Teknik WDEP untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa. JAIPTEKIN, 5(1): pp. 36-43, DOI: <https://doi.org/10.24036/4.15437>

Introduction

Belajar merupakan kegiatan yang penting bagi setiap manusia, termasuk didalamnya belajar bagaimana seharusnya belajar juga belajar sebagai perubahan perilaku artinya dapat membantu siswa mengasosiasikan setiap materi pelajaran dengan perasaan menyenangkan. Proses dalam belajar dengan adanya perubahan tingkah laku dan tujuan yang harus dicapai. Adapun tujuan belajar itu sendiri untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, serta nilai dan sikap yang sesuai dengan apa yang diharapkan (Rohmah, 2012). Belajar dapat didefinisikan sebagai proses menuju perubahan perilaku yang relatif permanen atau potensi perubahan perilaku. Dengan kata lain, seperti yang dipelajari, mengubah cara memandang lingkungan, cara menafsirkan rangsangan yang masuk, dan karena itu cara berinteraksi, atau berperilaku (Heffner, 2015).

Keberhasilan belajar siswa dapat dilihat dari prestasi yang didapatkan, karena prestasi belajar siswa merupakan manifestasi dari perubahan sebagai hasil dari proses belajar. Namun demikian, tidak semua siswa dapat mencapai prestasi sesuai dengan potensi yang dimiliki, banyak di antara siswa tidak menampilkan hasil optimal. Suherman (2005) menyatakan beberapa perubahan perilaku pada kegiatan belajar tersebut adalah (1) merasakan adanya kebutuhan (*need*) akan belajar, (2) timbul motivasi belajar, (3) individu bertingkah laku untuk belajar, (4) adanya intensive (kepuasan dan terpenuhinya kebutuhan), dan (5) diarahkan kepada tujuan. Proses dan tujuan belajar memiliki pengaruh yang besar pada perilaku belajar. Idealnya pembelajaran dewasa ini lebih banyak memberikan kesempatan kepada siswa untuk memiliki keterampilan belajar yang memadai. Salah satu landasan untuk lebih mudah memahami materi pelajaran adalah menguasai sejumlah keterampilan belajar (Sedanayasa, 2014). Burden & Byrd (2009) menjelaskan bahwa keterampilan belajar merujuk pada kompetensi siswa untuk, (1) mengumpulkan informasi dan gagasan baru, (2) mengorganisasikan, (3) mengingat dan menyampaikan kembali (*recalling*), (4) menerapkan informasi dan gagasan baru yang telah dipelajari. Kemampuan-kemampuan tersebut dapat dikembangkan dalam beberapa bentuk keterampilan belajar. Upaya untuk mendukung pemahaman perkembangan pemikiran dan pemecahan masalah keterampilan siswa di sekolah relatif sangat terkait kompetensi mereka yang diperoleh sebelum masuk sekolah formal (Vainikainen ddk, 2015).

Salah satu landasan untuk lebih mudah memahami materi pelajaran adalah menguasai sejumlah keterampilan belajar (Sedanayasa, 2013). Keterampilan belajar merupakan faktor yang dimungkinkan dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Penguasaan siswa terhadap keterampilan belajar dapat meminimalkan terjadinya hambatan belajar siswa. Keterampilan belajar yang baik dapat dibentuk. Artinya dapat ditetapkan sesuai dengan apa yang siswa butuhkan, terutama bagaimana mengembangkan keterampilan belajarnya sebagai aset dalam meningkatkan kualitas belajar yang dimiliki siswa. Hal yang harus diperhatikan yaitu individu adalah makhluk yang unik dan berbeda satu sama lainnya. Adanya masalah perbedaan individu dalam belajar kadangkala sukar diamati, karena tidak bisa dilihat secara langsung dan menyeluruh, seperti ada siswa diperhatikan dan diamati guru tidak punya masalah, tetapi siswa itu mengalami masalah yang cukup berat. Keterampilan belajar dianggap mampu untuk bisa menjadi patokan individu yang berbeda-beda dalam meningkatkan hasil belajar. Keterampilan belajar adalah seperangkat sistem, metode dan teknik yang baik dalam menguasai materi pengetahuan yang disampaikan guru secara tangkas, efektif dan efisien (Gie, 2002). Jika terdapat siswa yang memiliki keterampilan belajar rendah akan berdampak pada kehidupannya misalnya akan menghadapi kesulitan dalam membuat mengatur waktu, membuat ringkasan dari bahan yang dibaca, diskusi, mengerjakan tugas, dan bertanya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 November tahun 2020 kasus siswa belum memaksimalkan keterampilan belajarnya yang terjadi di salah satu SMKN seperti malas mencatat materi, kurang senang mengikuti pelajaran, kurang memperhatikan guru, kurang termotivasi dalam memahami materi pelajaran, malas mengerjakan tugas dan sering terlambat mengumpulkan tugas, tidak mau bertanya kepada guru. Terdapat pula siswa yang tidak mampu memaksimalkan kemampuan belajarnya disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kurang tertarik belajar, kurang mengerti cara untuk belajar, kurangnya motivasi. Faktor-faktor tersebut memiliki pengaruh yang besar terhadap bagaimana keterampilan belajarnya siswa di sekolah. Fenomena tersebut menggambarkan perlu adanya upaya dalam meningkatkan keterampilan belajar yang lebih baik. Keterampilan belajar merupakan suatu hal yang sangat penting dalam belajar, karena dengan adanya keterampilan belajar maka siswa dapat belajar dengan baik dan mendapatkan hasil yang maksimal. Kegiatan belajar seharusnya dilaksanakan dengan menerapkan berbagai keterampilan yang dimiliki oleh siswa. Hasil penelitian Sedanayasa (2013) menunjukkan bahwa kegagalan dalam belajar tidak semata-mata karena kemampuan belajar yang rendah, tetapi karena tidak memiliki keterampilan tentang cara belajar yang efektif.

Keterampilan belajar adalah terampil mengelola potensi diri dalam melakukan aktifitas sehari-hari (belajar) yang dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menghasilkan perubahan untuk

mencapai tujuan. Hal ini didukung oleh Slameto (1995) yang menyatakan bahwa belajar yang efisien dapat dicapai apabila menggunakan strategi belajar yang tepat untuk dapat mencapai hasil yang semaksimal mungkin. Prayitno dkk (1997) mengatakan bahwa yang menjadi dasar perlunya keterampilan belajar bagi siswa dalam rangka memperoleh prestasi yang lebih baik adalah sebagai berikut: a) keterampilan belajar merupakan suatu hal yang menjadi dasar bagi kesuksesan siswa dalam sekolah atau kehidupan mereka selanjutnya, b) keterampilan belajar sangat mendorong siswa apabila dilaksanakan lebih awal, c) guru pembimbing dapat memberikan materi keterampilan belajar untuk semua siswa sesuai dengan kebutuhannya, d) Melalui program keterampilan belajar guru pembimbing dapat menggali permasalahan siswa atau membina hubungan konseling yang lebih mendalam. Konselor berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan konseli dengan cara-cara yang bisa membantu konseli menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Dalam konseling realita yang terpenting adalah menumbuhkan tanggung jawab dan kesadaran pada individu. Pada dasarnya manusia adalah makhluk yang bertanggung jawab atas perilaku dan pemenuhan kebutuhannya sendiri. Dengan menumbuhkan tanggung jawab kepada siswa maka dengan sendirinya siswa tersebut akan dapat meningkatkan keterampilan belajar.

Keterampilan belajar dapat membantu permasalahan siswa terkait dengan keterampilan belajar melalui konseling individual menggunakan teknik *WDEP System*. Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien (Prayitno & Erman Amti, 1994). Konseling individual merupakan salah satu kegiatan yang dapat menjawab kebutuhan individu bagi peningkatan efektifitas kehidupan sehari-hari. Di dalam proses konseling dimungkinkan untuk membuat keputusan dan menemukan solusi yang tepat untuk menangani masalah seseorang (Hartati & Karneli, 2020). Secara umum, layanan konseling individual bertujuan agar terentaskannya masalah yang dialami klien, secara khusus, tujuan layanan konseling individual berkaitan dengan fungsi pengentasan yang menjadi fungsi dominan dalam layanan ini dan berkaitan dengan fungsi-fungsi lainnya sehingga Layanan konseling individual disebut sebagai jantung hati pelayanan konseling (Prayitno, 2017). Layanan konseling individual ini sendiri apabila diselenggarakan secara tuntas akan dapat mencakup keseluruhan dari fungsi dalam bimbingan dan konseling yaitu fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, serta pemeliharaan dan pengembangan (Damayanti dkk, 2016).

Penggunaan teknik *WDEP System* ini bertujuan untuk membantu konseli agar memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat pilihan yang lebih baik nantinya. Melalui penggunaan teknik *WDEP System* ini, konselor mengajak konseli untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya keterampilan belajar dengan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri dengan mengeksplorasi dan menilai perilaku-perilaku konseli khususnya perilaku yang kurang bertanggung jawab yang mengakibatkan keterampilan belajar menurun. Setelah mengetahui dan menilai perilakunya, konseli bersama dengan konselor membuat perencanaan untuk perilaku kedepannya yang lebih bertanggung jawab, dimana didalamnya terdapat komitmen antara konselor dan konseli. Dengan adanya komitmen tersebut konseli dituntut untuk bertanggung jawab terhadap rencana yang telah dibuatnya. Hal itu tentunya akan membantu konseli dalam meningkatkan keterampilan belajarnya dengan menekankan pada tanggung jawab konseli sebagai siswa (Adiputra, 2016)

Adapun langkah-langkah teknik *WDEP System* antara lain (Adiputra, 2016): 1) *Want*. Konseling membantu konseli dalam menemukan keinginan dan harapan mereka. Hal ini berguna bagi konseli untuk menemukan apa yang mereka harapkan dan inginkan dari konselor dan dari diri mereka sendiri, 2) *Doing*. Di awal konseling penting untuk mendiskusikan dengan konseli secara keseluruhan arah dari kehidupan mereka. Eksplorasi ini adalah awal untuk evaluasi berikutnya apakah itu adalah arah yang diinginkan. Konselor menanyakan secara spesifik apa saja yang dilakukan konseli, cara pandang dalam Konseling realita, akar permasalahan konseli bersumber pada perilakunya (*doing*), bukan pada perasaannya, 3) *Evaluation*. Respon-respon

konselor diantaranya menanyakan apakah yang dilakukan konseli dapat membantunya keluar dari permasalahan atau sebaliknya. Konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya itu didasari oleh keyakinan bahwa hal tersebut baik baginya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini, 4) *Plans*. Konseli berkonsentrasi membuat rencana untuk mengubah tingkah laku. Rencana menekankan tindakan yang akan diambil, bukan tingkah laku yang akan dihapuskan. Rencana juga dikendalikan oleh konseli dan terkadang dituangkan dalam bentuk kontrak tertulis yang menyebutkan alternatif-alternatif yang dapat dipertanggung jawabkan. Konseli kemudian diminta untuk berkomitmen terhadap rencana tindakan tersebut.

Melalui penggunaan teknik *WDEP* ini dapat menumbuhkan kesadaran akan pentingnya keterampilan belajar di ditingkatkan dengan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri dengan mengeksplorasi dan menilai perilaku-perilaku konseli khususnya perilaku yang kurang bertanggung jawab yang mengakibatkan keterampilan belajar rendah. Setelah mengetahui dan menilai perilakunya, konseli bersama dengan konselor membuat perencanaan untuk perilaku kedepannya yang lebih bertanggung jawab, dimana didalamnya terdapat komitmen antara konselor dengan konseli. Dengan adanya komitmen tersebut konseli dituntut untuk bertanggung jawab terhadap rencana yang telah dibuatnya. Hal itu tentunya akan membantu konseli dalam meningkatkan keterampilan belajarnya dengan menekankan pada tanggung jawab konseli sebagai siswa (Ali Masrohan, 2017).

Metode

Metode dalam penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian tindakan (*action reseach*) dalam *setting* bimbingan konseling, sasaran dalam penelitian ini adalah salah satu seorang siswa SMKN di Kota Padang. Penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling atau *action research in counseling*. Penelitian tindakan adalah penelitian yang dilaksanakan dalam layanan bimbingan konseling bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran. Stringer (1996) mendefinisikan penelitian tindakan sebagai pendekatan kolabolatif untuk menyelidiki, menelaah atau mengkaji dan menemukan sesuatu, yang memungkinkan orang menggunakan tindakan yang sistematis untuk menyelesaikan suatu permasalahan.

Hasil dan Pembahasan

Keterampilan merupakan kecakapan melakukan suatu tugas tertentu yang diperoleh dengan berlatih terus-menerus, karena keterampilan tidak ada secara otomatis melainkan melalui latihan. Syah (2011) membatasi belajar dengan dua macam rumusan, yang pertama yaitu belajar adalah perolehan perubahan tingkah laku yang relatif menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman, kedua yaitu belajar ialah proses memperoleh respon-respon sebagai akibat adanya latihan khusus. Sardiman (2011) menjelaskan belajar adalah memperoleh pengetahuan, kecakapan, pengalaman, dan sikap yang diperlukan untuk kesuksesan hidup. Jika dikaitkan dengan makna belajar di atas, keterampilan belajar adalah keahlian yang didapatkan (*acquired skill*) oleh seorang individu melalui proses latihan yang kontinyu dan mencakup aspek optimalisasi cara-cara belajar baik dalam domain kognitif, afektif ataupun psikomotor (Budiardjo & Lily, 2008). Keterampilan belajar adalah suatu keterampilan yang harus dikuasai oleh seorang siswa untuk dapat sukses dalam menjalani pembelajaran di sekolah (sukses akademik) dengan menguasai materi yang di pelajarnya (Nirwana dkk, 2002). Keterampilan belajar sebagai suatu kemampuan yang berhubungan dengan mencatat, mengorganisasi, mensintesa, mengingat kembali dan kemampuan menggunakan informasi dan gagasan yang diperoleh. Kemudian keterampilan belajar dipandang sebagai sumber strategis untuk mengajar bagaimana belajar (Rani Mega Putri, Alrefi, 2017). Materi pokok yang harus dikuasai siswa dibahas melalui kegiatan belajar, melatihkan bermacam-macam keterampilan, mengerjakan berbagai tugas, sehingga mahasiswa melakukan kegiatan belajar dalam

rangka memahami dan menguasai materi pokok yang dimaksudkan. Nirwana, Neviyarni dkk (2006) menjelaskan keterampilan belajar adalah suatu keterampilan yang sudah dikuasai oleh siswa untuk dapat sukses dalam menjalani pembelajaran di sekolah (sukses akademik) dengan menguasai materi yang dipelajari. Artinya, keterampilan belajar merupakan keahlian tertentu yang hendaknya dimiliki oleh siswa, jika keahlian tersebut dilatih terus-menerus akan menjadi suatu kebiasaan yang baik bagi siswa dalam belajar. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan belajar adalah suatu metode dan teknik yang baik dikuasai oleh siswa tentang materi pengetahuan atau materi belajar yang disampaikan oleh guru secara tangkas, efektif dan efisien, yang tentunya keterampilan belajar tersebut harus dilatihkan, sehingga mahasiswa menjadi terampil dalam menjalani pembelajaran. Apabila siswa memiliki keterampilan belajar, maka siswa akan lebih mudah untuk mencapai tujuan belajar.

Konseling adalah jantung hatinya dari semua jenis layanan bimbingan dan konseling. Ini mengandung makna bahwa layanan konseling perorangan menjadi layanan utama dari keseluruhan layanan bimbingan dan konseling. Artinya layanan konseling menjadi muara ataupun pengentas dari objek atau sasaran layanan lain (Taufik & Karneli, 2017). Hanum, Prayitno & Herman Nirwana (2015) melalui layanan konseling individual klien belajar mengambil keputusan, memecahkan masalah, pembentukan sikap dan tingkah laku, serta yang paling penting dalam hubungan konseling adalah interaksi dan hubungan antara konselor dan klien dalam kondisi yang profesional untuk perubahan perilaku klien. Prayitno (2004), konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Tujuan layanan konseling individual memungkinkan siswa mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya (Sholihah, 2014). Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lain. Proses konseling individual berpengaruh besar terhadap peningkatan klien karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap siswa dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri klien, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku (Holipah, 2011). Jadi dengan adanya proses konseling dapat membantu siswa untuk mengutarakan segala permasalahan dan mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi sehingga hambatan dalam tumbuh kembang dapat dihilangkan. Kemampuan yang diharapkan dalam proses belajarpun akan tercapai. Kemampuan keterampilan belajar dan kemampuan yang lain dapat berkembang sesuai harapan dan proses belajar dapat dilakukan dengan maksimal.

Teknik *WDEP* yang merupakan akronim dari *wants* (keinginan), *direction* (arahan), *evaluation* (penilaian), *planning* (perencanaan). Penggunaan teknik *WDEP* ini bertujuan untuk membantu konseli agar memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat pilihan yang lebih baik nantinya (Ali Masrohan, 2017). Prosedur konseling *WDEP* Sistem yang dikembangkan oleh Wubbolding untuk digunakan dalam terapi realitas Glasser, yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan belajar. Konseli mengeksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi tentang kondisi yang dihadapinya. Konseli terdorong untuk mengenali (persepsi) hubungan keinginan dalam pemenuhan (Adiputra, 2016). *Wants* (Keinginan). Konseli mengeksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi tentang kondisi yang dihadapinya. Konseli terdorong untuk mengenali (persepsi) hubungan keinginan dalam pemenuhan kebutuhannya. Konseli mengevaluasi apakah yang dilakukan selama ini memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut. *Reality therapy* menyarankan agar orang membedakan antara persepsi positif atau memuaskan kebutuhan, persepsi negatif, dan persepsi netral. Aspek *W* dalam *WDEP* membantu seseorang memilih untuk membuat perubahan positif, berikut lima tingkat komitmen dalam mengidentifikasi konseli untuk berubah: (1) Saya tidak ingin berada di sini. (2) Saya menginginkan hasilnya tetapi bukan upaya. (3) Saya akan mencoba, mungkin. (4) Saya akan melakukan yang terbaik. (5) Saya akan melakukan apa pun. Jika konseli memulai terapi pada tingkat pertama atau kedua, maka tujuan penting dari terapi adalah untuk membantu konseli melihat bagaimana konseli

dapat memperoleh manfaat dari mengubah pilihan mereka sehingga mereka beralih ke tingkat komitmen yang lebih tinggi.

Doing and Direction (Melakukan dan Mengarahkan). Konseli fokus pada perilaku sekarang tanpa terpaku pada permasalahan masa lalu. Mengeksplorasi perilaku total seseorang, termasuk tindakan, pikiran, emosi, dan fisiologi. Kemudian konseli mulai menentukan alternatif apa saja yang harus dilakukan. Konseli mengubah perilaku totalnya, tidak hanya sikap dan perasaan, namun yang diutamakan adalah tindakan dan pikiran.

Evaluation (penilaian). Evaluation adalah inti dari *Reality therapy*. Konseli membuat penilaian tentang apa yang telah dilakukan terhadap dirinya berdasarkan sistem nilai yang berlaku di masyarakat. Evaluasi diri untuk menilai kualitas perilakunya sebab tanpa penilaian pada diri sendiri, maka perubahan akan sulit terjadi. Beberapa inti pertanyaan yang dapat diajukan untuk memfasilitasi evaluasi diri konseli, diantaranya arah dan tujuan perilaku secara keseluruhan, perilaku tertentu yang efektif atau tidak efektif, perilaku tertentu yang dapat diterima atau tidak dapat diterima.

Planning (Perencanaan). Konseli mulai menetapkan perubahan yang dikehendakinya dan komitmen terhadap apa yang telah direncanakan. Masalah muncul ketika konseli menginginkan hasil tertentu tetapi tidak termotivasi dan enggan untuk melakukan upaya yang diperlukan untuk membuatnya terealisasi. Rencana terbaik adalah yang dibuat oleh konseli. Rencana yang kurang kuat tetapi masih bermanfaat adalah rencana yang dibuat bersama oleh konselor dan konseli. Paling tidak kuat adalah rencana yang dilakukan oleh konselor. Konselor melakukan segala daya untuk mendorong konseli, seperti bertanya "Jika Anda mencoba rencana ini selama seminggu, apa yang akan anda hilangkan?". Reality Therapy memandang perencanaan sebagai hal yang penting dan mendorong orang untuk memiliki rencana dan tujuan jangka panjang yang dibagi lagi menjadi serangkaian rencana jangka pendek dan realistis. Rencana harus berkembang dari evaluasi diri dan mencerminkan perubahan.

Wiwin Yuliani (2018) mengatakan bahwa peranan guru BK menggunakan teknik WDEP adalah 1) mengembangkan kondisi fasilitatif dalam konseling dan hubungan baik dengan klien, 2) mengajarkan klien untuk mengevaluasi perilakunya, 3) menyampaikan dan meyakinkan kepada klien bahwa seburuk apapun suatu kondisi masih ada harapan. Jadi teknik WDEP ini mengajak konseli untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya berketerampilan belajar dengan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri dengan mengeksplorasi dan menilai perilaku-perilaku konseli khususnya perilaku yang kurang bertanggung jawab yang mengakibatkan keterampilan belajar rendah.

Sebelum diberikan perlakuan layanan konseling individual siswa belum memaksimalkan keterampilan belajarnya, seperti malas mencatat materi, kurang senang mengikuti pelajaran, kurang memperhatikan guru, kurang termotivasi dalam memahami materi pelajaran, malas mengerjakan tugas dan sering terlambat mengumpulkan tugas, tidak mau bertanya kepada guru. Setelah perlakuan diberikan yaitu konseling individual menggunakan teknik WDEP, siswa mampu memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat pilihan yang lebih baik dalam meningkatkan keterampilan belajarnya. Siswa mampu menumbuhkan kesadaran akan pentingnya dalam meningkatkan keterampilan belajar dengan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri dengan mengeksplorasi dan menilai perilaku siswa khususnya perilaku yang kurang bertanggung jawab yang mengakibatkan keterampilan belajar rendah. Setelah mengetahui dan menilai perilakunya, siswa dapat membuat perencanaan untuk perilaku kedepannya yang lebih bertanggung jawab, dimana didalamnya terdapat komitmen antara guru BK dan siswa. Dengan adanya komitmen tersebut siswa dituntut untuk bertanggung jawab terhadap rencana yang telah dibuatnya. Hal itu tentunya akan membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan belajarnya dengan menekankan pada tanggung jawab sebagai siswa.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan di atas dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan perilaku siswa sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan, sebelum diberikan perlakuan konseling individual menggunakan teknik *WDEP*, siswa belum memaksimalkan keterampilan belajarnya, seperti malas mencatat materi, kurang senang mengikuti pelajaran, kurang memperhatikan guru, kurang termotivasi dalam memahami materi pelajaran, malas mengerjakan tugas dan sering terlambat mengumpulkan tugas, tidak mau bertanya kepada guru. Setelah perlakuan diberikan yaitu konseling individual menggunakan teknik *WDEP*, siswa mampu membantu dirinya dalam menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri ataupun orang lain, siswa mampu memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat pilihan yang lebih baik dalam meningkatkan keterampilan belajarnya dan berkomitmen untuk bertanggung jawab terhadap rencana yang telah dibuatnya.

Kepustakaan

- Adiputra, S. (2016). Teknik WDEP System Dalam Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa Underachiever. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(1), 32–39.
- Ali Masrohan. (2017). Penerapan Konseling Kelompok Realitas Teknik WDEP untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Rojogampi Banyuwangi. *Unesa Jurnal Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 1–10.
- Budiardjo & Lily. (2008). *Keterampilan Belajar*. Andi Offset.
- Burden, P.R., & Byrd, D. M. (2009). *Methods for Effective Teaching: Meeting the Needs of All Students (5th Ed)*. NY: Pearson.
- Damayanti, M. C. T. A. dan H. M. (2016). Indonesian Journal of Guidance and Counseling. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 5 (1), 39–44.
- Gie. (2002). *Cara Belajar Yang Efisien. Jilid I Edisi ke 5*. PUBIB (Pusat Belajar Ilmu Berguna).
- Hanum, M., Prayitno, P., & Nirwana, H. (2015). Efektifitas Layanan Konseling Perorangan Meningkatkan Kemandirian Siswa Dalam Menyelesaikan Masalah Belajar. *Konselor*, 4(3), 162. <https://doi.org/10.24036/02015436468-0-00>
- Hartati, W., & Karneli, Y. (2020). Penggunaan Pendekatan Konseling Individu Trait And Factor Dalam Perencanaan Karier Pada Pria Korban Pelecehan Seksual. *Jurnal Terapeutik Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 223–228. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.42422>
- Heffner, C. L. (2015). *Introduction to Learning Theory and Behavioral Psychology*. <http://allpsych.com/psychology101/learning/#.VUmJ9ZNIvIV>
- Herman Nirwana. (2002). *Belajar dan Pembelajaran*. FIP UNP.
- Holipah. (2011). The Using Of Individual Counseling Service to Improve Student's Learning Atitude And Habit At The Second Grade Student of SMP PGRI 6 Bandar Lampung. *Journal Counseling*.
- Nirwana, Herman, Zuwirna, Hasanuddin, Yuskal Kusman, N. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. FIP UNP.
- Prayitno, Alizamar, Taufik, S. dan E. P. (1997). *Seri Latihan Keterampilan Belajar*. Tim Pengembangan 3SCPD Proyek PGSM Dikti Depdikbud.
- Prayitno. (2004). *Layanan Konseling Perorangan*. Universitas Negeri Padang.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Rajawali Pers.
- Prayitno, E. A. (1994). *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Rani Mega Putri, Alrefi, V. U. (2017). Peningkatan Keterampilan Belajar Mahasiswa Melalui Layanan Penguasaan Konten Pada Perkuliahan Layanan Bimbingan Konseling I. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 4 (2), 38–44.
- Rohmah. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Teras.
- Sardiman, A. M. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Raja Grafindo Persada.
- Sedanayasa, G. (2013). *Model Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa SMA. Disertasi Tidak Diterbitkan*. Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sholihah Kun Zakiyah Nur. (2014). Layanan Konseling Individual. *UTN Malang*, 89–103. <http://etheses.uin-malang.ac.id/788/5/10410023> Bab 2.pdf
- Slameto. (1995). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta.

- Stringer, E. . (1996). *Action Research: A Handbook for Practitioner*. Sage Pulication.
- Suherman, U. (2005). *Bimbingan Belajar*. Universitas Pendidikan Indonesia. http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/195903311986031-SUHERMAN/
- Syah, M. (2011). *Psikologi Belajar*. Raja Grafindo Persada.
- Taufik & Karneli, Y. (2017). *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Universitas Negeri Padang.
- Vainikainen, M.P., Wüstenberg, S., Kupiainen, S., Hotulainen, R., & Hautamäki, J. (2015). Development Of Learning To Learn Skills In Primary School. *International Journal of Lifelong Education*, 34 (4), 376–392.
- Yuliani, W. (2018). Pengaruh Konseling WDEP Dalam Meningkatkan Kematangan Karier Peserta Didik. *Jurnal Quanta*, 2(3), 106–113. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>