

## **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK ABC (ADVENTURE BASED COUNSELING) UNTUK MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL SISWA**

**Lidia Anggi Pratiwi, Elia Firda Mufidah**

Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adibuana

Email: [lidiaanggi23@gmail.com](mailto:lidiaanggi23@gmail.com)

### **Abstract**

*This study used a pre-experimental research method design using One Group Pre-Test Post-Test Design. This research consists of two variables, namely variable X and variable Y, variable X is ABC, (Adventure Based Counseling) and variable Y is Social Interaction. The members of the population in this study were 35 students of class X IPS 3 SMA Negeri 1 Menganti consisting of 20 female students and 15 male students. The researcher took a sample of 4 students who were selected based on the test results through a social interaction questionnaire with the lowest test results in the social interaction test. The collected data were then analyzed using the Wilcoxon test using SPSS for Windows version 26.0, using the Wilcoxon test to get the t-test results of sig. (0.046) < 0.05, which means that the hypothesis is accepted. So it can be concluded that group counseling with the ABC (Adventure Based Counseling) technique can increase social interaction among class X IPS 3 students of SMA Negeri 1 Menganti.*

**Keywords :** ABC (Adventure Based Counseling), Social interactions

### **Abstract**

*Penelitian ini menggunakan rancangan metode penelitian pra-eksperimen dengan menggunakan One Group Pre-Test Post-Test Design. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel X dan variabel Y, variabel X adalah ABC, (Adventure Based Counseling) dan variabel Y adalah Interaksi Sosial. Anggota populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Menganti yang berjumlah 35 siswa terdiri dari 20 siswa perempuan dan 15 siswa laki-laki. Peneliti mengambil sampel sebanyak 4 siswa yang di pilih berdasarkan hasil tes melalui angket interaksi sosial dengan hasil tes paling rendah dalam tes interaksi sosial. Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon dengan menggunakan bantuan SPSS for Windows versi 26.0, dengan menggunakan uji Wilcoxon mendapatkan hasil uji t-test sebesar sig. (0,046) < 0,05 yang berarti hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik ABC (Adventure Based Counseling) dapat meningkatkan interaksi sosial siswa kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Menganti.*

**Kata Kunci :** ABC (Adventure Based Counseling), Interaksi sosial

### **PENDAHULUAN**

Interaksi sosial merupakan ikatan antara orang satu dengan orang yang lain,

kelompok dengan kelompok yang lain, serta orang dengan kelompok yang silih pengaruhi sehingga terciptalah yang

namanya interaksi sosial, tetapi pada dikala ini kita dalam permasalahan dunia yang diketahui dengan nama covid- 19 maupun corona ialah virus yang bisa menimbulkan indikasi penyakit dari yang ringan hingga berat, bila kita hadapi indikasi ringan maupun berat semacam batuk kering, demam dan flu kita sebaiknya tinggal di dalam rumah buat sedangkan waktu maupun bias dengan memeriksakannya terpaut dengan apa yang sudah ia natural apakah virus covid- 19 ataupun bukan. Interaksi sosial secara langsung semacam mengobrol di tempat universal, bergerombol, serta lain- lain wajib lekas dihentikan supaya berkurangnya penyebaran covid- 19. Covid- 19 pada dikala ini di berlakukan sosial distancing serta dihimbau buat warga supaya melindungi jarak serta memakai masker dikala berpergian. Masa pandemi dikala ini para siswa disarankan buat belajar di dalam rumah serta tidak bias berhubungan secara langsung dengan sahabat satu kelasnya yang bias menimbulkan minimnya interaksi sesama sahabat serta tidak tahu dengan akrab dengan sahabat sekelas.

Interaksi sosial merupakan ikatan timbal balik antar orang yang silih pengaruhi, didalam interaksi sosial ada aksi dan respon. Pelakunya dapat Orang dengan orang. Orang dengan kelompok. Kelompok dengan kelompok serta lain sebagainya, interaksi sosial ialah ikatan sosial yang dinamis menyangkut antara ikatan perorangan ataupun orang, antara sesuatu keompok dengan kelompok lain, ataupun antara perorangan dengan sesuatu kelompok, (Soekanto, 2012). Interaksi sosial bisa tingkatkan kuantitas serta mutu dari tingkah laku sosial orang tersebut sehingga orang tersebut terus menjadi matang dalam berperan di dalam sesuatu area dengan orang lain didalam suasana sosial ataupun berhubungan social,

(Santoso, 2010). Interaksi sosial ialah ikatan yang terjalin semacam kejadian yang silih pengaruhi satu sama lain serta dapat terjadi antara 2 individu ataupun lebih dengan pertemuan secara terencana ataupun tidak disengaja, interaksi sosial pula ialah dasar proses bersosialisasi, yang menunjuk pada ikatan sosial yang dinamis.

Anak muda menginginkan memiliki sahabat yang sama terpaut atensi serta nilai- nilai yang nyaris sama dengan dirinya sendiri, dan bisa paham hendak dirinya serta buatnya merasa nyaman, dan bisa dipercaya terpaut dengan kasus yang hendak ia ceritakan kepada temannya. Sahabat sebaya kurang lebih dapat silih paham keadaan yang lagi temannya natural dikala ini ataupun pada dikala menggambarkan cerita kepada sahabat sebaya hendak lebih paham disebabkan mempunyai usia serta pula seringnya kebersamaan yang membuat mereka silih paham satu sama lain, tetapi apabila sesuatu orang yang cenderung acuh dengan area dekat hingga hendak kesusahan pula dikala berhubungan sosial dengan area dekat, sebab area dekat menyangka apabila orang tersebut tidak mau berinteraksi dengan lingkungannya Riset ini memakai layanan konseling kelompok buat menanggulangi minimnya interaksi sosial pada siswa, disini konseling kelompok hendak membagikan peluang kepada siswa terpaut dengan mengekspresikan perasaan, mengeksplorasi keraguan diri serta merealisasikan atensi buat berbagi dengan anggota kelompok, (Saputra, 2016). Pemberian layanan konseling kelompok diharapkan siswa dapat tingkatkan interaksi dengan area sekitarnya, dengan terdapatnya kelompok terdapat dikala konseling di harapkan para siswa bisa bertukar benak serta mengawali buat bersosial dari kelompok tersebut sehingga mereka dapat dengan gampang

berhubungan dengan lingkungan dekat dengan gampang serta mau berhubungan sosial.

Human (2006), Bidell (2010) & amp; Norton, el angkatan laut (AL) (2014) Menguraikan kalau metode ABC ialah pendekatan psikoterapik yang dikombinasikan dengan pembelajaran dari pengalaman yang di lalui oleh siswa di luar kelas semacam tamasya, konseling kelompok serta mengeksplorasi diri. ABC bagi Schoel, Prouty,& amp; Radcliffe (1988) berkomentar bahwasanya metode ABC ini bertujuan buat tingkatan pemahaman diri, keahlian diri serta keyakinan diri lewat sesuatu pengalaman dari aktivitas petuaangan, yang telah dilalui oleh orang dalam sesuatu kelompok tersebut. Sesuatu aktivitas kelompok hendak lewat aktivita instruksional termask melatih diri (trust excises), game( permainan), melatih pemecahan permasalahan( problem solving exercises), serta pendidikan. Ada 3 game yang hendak di jalani dalam konseling kelompok ini ialah Juggling Tim, Moon Ball, serta Upchuck. dengan adanya layanan konseling kelompok dengan menggunakan metode ABC diharapkan siswa bisa beajar dari pengalaman yang orang lalui dari rangkaian petualangan serta kejadian nyata dan dapat berjalan cocok dengan apa yang hendak diharapkan oleh periset

## **METODE PENELITIAN**

Margono,( 2010) rancangan riset merupakan alur aktivitas dalam riset buat membongkar permasalahan. Rancangan riset yang digunakan pada riset ini merupakan kuantitatif, yang disusun secara matang serta teliti sehingga nantinya hendak menolong periset ataupun orang yang membaca riset ini bisa menguasai permasalahan dan metode mengatasinya. Tipe riset yang digunakan pada riset ini merupakan pre- eksperimental dalam

wujud one group pre- test serta post- test. Subyek diobservasi 2 kali( pre- test serta post- test), pada desain ini, terdapatnya pre- test saat sebelum diberikan perlakuan serta post- test sehabis diberikan perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapatdiketahui lebih akurat sebab bisa dibanding dengan kondisi saat sebelum diberikan perlakuan serta sehabis diberikan perlakuan. Hasil pre- test serta post- testakan dianalisis menggunakan uji T dengan dorongan aplikasi SPSS for windows tipe 26, 0.

Populasi merupakan seluruh subjek ataupun orang yang bisa digeneralisasikan oleh periset sehingga bisa ditarik kesimpulan( Sugiyono, 2018). Populasi ialah totalitas objek ataupun subjek yang terletak pada sesuatu daerah sertaenuhi syarat- syarat tertentu berkaitan dnegan permasalahan peneltian, ataupun totalitas unit ataupun orang dalam ruang lingkup yang hendak diteliti Mertono( dalam Setiawan, 2020). Riset ini memakai populasi para siswa di SMA Negara 1 Menganti dengan menggunakan kelas X IPS 3 sebanyak 35 siswa. Riset ini menggunakan metode purposive sampling buat pengambilan ilustrasi ialah dengan metode mengambil ilustrasi dari populasi dengan memastikan kriteria yang cocok dengan kepribadian ilustrasi yang periset tentukan. Dengan metode yang awal kita membagikan suatu anget kepada para siwa sebanyak 35 siswa, saat sebelum para siswa mengisi anket supaya lebih gampang kita menarangkan terlebih dulu terpaut dengan apa yang hendak di isi oleh para siswa. Ke 2 sehabis anket di isi hingga periset membagikan skor terhadap apa yang telah mereka isi serta membagikan perengkingan terhadap anket tersebut deangan memandang dari nilai skor yang sangat rendah. Ke 3 sehabis di rengking hingga periset mengambil 4 siswa yang terletak pada

rengking 1 hingga 4. Siswa tersebut ialah siswa yang mempunyai interaksi sosial sangat rendah dengan menggunakan prosedur uji.

Metode pengumpulan informasi memakai metode wawancara serta pula penyebaran angket buat memperoleh responden yang hendak di cermat. Metode analisis informasi yang di pakai merupakan metode analisis uji wilxocon, terlebih dulu hendak dicoba uji hipotesis yang mencakup uji normalitas sebaran serta uji homogenitas variansi dengan dengan dorongan program aplikasi SPSS Windows tipe 26. 0. Pada dikala melaksanakan uji normalitas sebaran periset memakai pembedahan rumus Kolmogorow- Smirnov pada program SPSS Windows 26. 0, apabila nilai signifikansinya 0, 05, hingga informasi berdistribusi nornal serta informasi tidak berdistribusi wajar apabila nilai signifikansinya< 0, 05.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini peneliti akan menyajikan data yang diperoleh setelah dilakukan *Pre-test*, yang mana dari *Pre-test* tersebut akan diketahui berapa jumlah subyek yang akan mendapat perlakuan. Rentang penelitian pada skala pengukuran interaksi sosial siswa dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1 sampai 4 dengan banyak item 23 butir pernyataan, sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

$$\frac{\text{Skor tertinggi} - \text{skala terendah}}{4}$$

Maka, untuk menentukan 4 kategori tersebut adalah:

$$\frac{82 - 40}{4} = 10,5$$

82 -73 Sangat tinggi  
72 - 62 Tinggi

61 - 51 Rendah  
50 - 40 Sangat Rendah

Penelitian ini menyebarkan pertanyaan atau angket kepada 35 siswa di SMA Negeri 1 Menganti pada kelas X IPS 3, para siswa mengisi setiap butir pertanyaan dengan jujur dan sesuai dengan yang dia rasakan saat ini dari hasil angket yang telah di isi oleh para siswa menghasilkan pengkategorian sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah pada interaksi sosial para siswa, dari pengkategorian hasil dari angket di dapatkan 4 siswa sebagai responden dalam penelitian ini dengan kategori sangat rendah dalam penilaian hasil angket yang sudah diisi oleh para siswa. Terdapat 4 kategori, untuk memudahkan peneliti dalam memilih responden dalam penelitian ini, peneliti mengelompokkan kategori sesuai dengan data yang sudah diambil, dan akan di jabarkan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel.1**  
**Rentan Kategori Pre-test Interaksi Sosial**

No	Kategori	Rentan Skor	Jumlah Populasi
1	Sangat Tinggi	82 – 73	12
2	Tinggi	72 – 62	17
3	Rendah	61 – 51	2
4	Sangat Rendah	50 – 40	4
<b>Jumlah</b>			<b>35</b>

*Sumber: Hasil Olah Data*

Berdasarkan hasil Pre-test pada kelas X IPS 3 di atas dapat di kategorikan sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah untuk pengambilan sampel pada penelitian ini di dapatkan 4 siswa dengan pengkategorian sangat rendah dalam tes yang sudah di berikan terkait dengan interaksi sosial siswa yang akan di paparkan dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel.2**  
**Skor Pre-test Terendah**

No	Responden	Skor	Kategori
1	NYH	43	Sangat Rendah
2	NSA	44	Sangat Rendah
3	NUWP	40	Sangat Rendah
4	PRA	43	Sangat Rendah

Sumber: Hasil Olah Data

Berdasarkan tabel peneliti dapat menentukan jumlah responden yang memiliki interaksi sosial yang rendah yakni sebanyak 4 siswa dari kelas X IPS 3 dari 35 siswa, setelah menentukan responden peneliti bias langsung memberikan layanan yakni layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik ABC (Adventure Based Counseling) didalam teknik ABC responden atau konseli akan belajar dari pengalaman langsung yang dilakukan pada saat konseling berlangsung bisa dengan petualangan atau dengan permainan, dalam penelitian ini teknik ABC menggunakan

**Tabel. 4 Test Statistics<sup>a</sup>**

	POST-TEST - PRE-TEST
Z	-2.000 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.046

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

permainan untuk meningkatkan interaksi sosial pada siswa yang dilakukan selama 4 kali pertemuan dengan responden atau konseli, Treatment dilakukan sebanyak kali pertemuan. Berikut adalah paparan terkait dengan pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik ABC (Adventure Based Counseling) untuk meningkatkan interaksi sosial siswa.

## PEMBAHASAN

Pada riset ini, analisis yang digunakan merupakan metode analisis non-parametrik dengan memakai tata cara uji

Wilcoxon. Pemilihan memakai uji Wilcoxon disebabkan ilustrasi yang diambil cenderung relative kecil, ialah  $n \leq 25$  serta riset ini buat menganalisis hasil- hasil pengamatan yang berpasangan dari 2 informasi apakah ada pergantian ataupun tidak. Khasiat dari uji dalam riset ini merupakan buat memastikan terdapat ataupun tidaknya pengaruh yang ditimbulkan bersumber pada pergantian antara saat sebelum serta setelah diberikan treatment. Sehabis dicoba uji Wilcoxon, berikut merupakan paparannya.

**Tabel. 3 Uji Wilcoxon**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST TEST	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
PRE TEST	Positive Ranks	4 <sup>b</sup>	2.50	10.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	4		

a. POST TEST < PRE TEST

b. POST TEST > PRE TEST

c. POST TEST = PRE TEST

Hasil pelaksanaan konseling kelompok dengan metode ABC (Adventure Based Counseling) buat tingkatan interaksi sosial siswa SMA Negeri 1 Menganti kelas X didasarkan pada hasil analisis Uji Wilcoxon. Hasil interpretasi informasi memakai uji wilcoxon merupakan selaku berikut:

1. Negatif Rank ataupun selisih( negatif) antara interaksi sosial siswa buat pre-test serta post- test. Di mari ada 0 informasi negatif( N) maksudnya ke 4 siswa tidak hadapi penyusutan dalam

interaksi sosial dari nilai pre- test ke nilai post- test. Mean rank ataupun rata- rata penyusutan tersebut merupakan 0 sebaliknya jumlah ranking ataupun sum of rank merupakan 0.

2. Positif Ranks ataupun selisih( positif) antara interaksi sosial siswa buat pre- test ke post- test. Di mari ada 4 informasi positif( N) yang maksudnya ke 4 siswa hadapi kenaikan dalam interaksi sosial dari nilai pre- test ke nilai post- test. Mean Rank ataupun rata- rata kenaikan tersebut merupakan sebesar 2. 50, sebaliknya jumlah ranking postif ataupun sum of ranks merupakan sebesar 10. 00.
3. Ties ialah kesamaan nilai pre- test serta post- test. Pada nilai Ties merupakan 0, sehingga bisa dikatakan kalau tidak terdapat nilai yang sama antara pre- test serta post- test.

Bersumber pada hasil analisis uji Wilcoxon pada tabel test statistics diatas dikenal Asymp. Sig( 2- tailed) bernilai 0, 046. Sebab nilai 0, 046 lebih kecil dari<math>0, 05</math>, hingga bisa disimpulkan kalau Hipotesis diterima. Maksudnya ada pergantian interaksi sosial siswa pada dikala pre- test serta post- test, sehingga bisa disimpulkan kalau terdapat daya guna pelaksanaan konseling kelompok dengan metode ABC( Adventure Based Counseling) buat tingkatkan interaksi sosial siswa di SMA Negara 1 Menganti pada kelas X IPS 3.

**Tabel. 5 Hasil Pre-test dan Post-test**

No	Nama Siswa	Pre-test	Post-test	Perbedaan skor
1	NYH	43	63	20

2	NSA	44	64	20
3	NUW A	40	60	20
4	PRA	43	63	20

*Sumber: Hasil Olah Data*

Bersumber pada tabel menampilkan kenaikan persentase, pada tiap responden. Tiap- tiap responden hadapi pergantian dari jenis sangat rendah ke dalam jenis besar serta ada pula yang interaksi sosial rendah. Perihal ini menampilkan adanya kenaikan pada responden menimpa interaksi sosial. Pergantian nilai yang terjalin pada ke- 4 responden tersebut diakibatkan sebagian aspek yang melatar belakangi tiap- tiap responden tidak sama antara keadaan diri, area, serta motifasi diri terhadap pergantian yang di idamkan. Berikut periset hendak menguraikan terpaut dengan kenaikan interaksi sosial siswa pada masa saat sebelum dikerjakannya *tritement* serta setelah dilakukannya.

## KESIMPULAN

Bersumber pada hasil riset serta pembahasn, bisa disimpulkan kalau metode ABC( Adventure Based Counseling) dalam konseling kelompok terhadap kenaikan interaksi sosial siswa kelas X IPS 3 SMA Negara 1 Menganti, saat sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan metode ABC interaksi sosial siswa kelas X IPS 3 dalam jenis sangat rendah, sehabis diberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan metode ABC interaksi sosial para siswa bertambah jadi jenis rendah serta besar, dicoba pengukuran ataupun perbandingan dengan memakai Uji Wilcoxon serta memperoleh hasil 0. 046, sebab 0, 046<math>0, 05</math> yang disa dimaksud bahwasannya hipotesis diterima, hingga pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan

metode ABC( Adventure Based Counseling) buat tingkatkan interaksi sosial siswa kelas X IPS 3 SMA Negara 1 Menganti efektif digunakan buat tingkatkan interaksi sosial pada siswa. Metode ABC pada riset ini menggunakan 3 game buat menolong para siswa belajar sembari berpetualang ataupun game.

## REFERENSI

- Bidell, M.P. (2010). Can Nature Heal? The Impact of Adventure Based Counseling for Gay/Bisexual Men Living with HIV/AIDS. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, Vol. 1, No. 2, pp. 68-79.
- Human, L.H. (2006). Adventure Based Experiences During Professional Training in Psychology.
- Margono, 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Norton, et al. (2014). Adventure Therapy With Youth. *Journal of Experiential Education*, Vol. 37, No. 1, pp. 46-59
- South Africa Journal of Psychology, Vol. 36, No. 1, pp. 215-231
- Santoso, S. (2010). Teori-teori psikologi sosial. *Bandung: Refika Aditama*.
- Saputra, W. N. E. (2016). Evaluasi program konseling individu di SMP Laboratorium Universitas Negeri Malang dengan model discrepancy. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(1).
- Sugiyono, 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Soekanto, S. (2012). *Sosiologi Suatu Pengantar Cetakan ke-44*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.