

KAJIAN PUSTAKA TENTANG EFEKTIVITAS TEKNIK MODELING DALAM MENGUBAH PERILAKU SOSIAL SISWA

Elvira Khairunnisa¹, Shelma Mauluddini², Imalatul Khairat³

¹Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

²Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana
Hasanuddin Banten

Alamat e-mail: ¹nisara4805@gmail.com, ²shelmamauluddini11@gmail.com,
³malatul.kharat@uinbanten.ac.id

ABSTRACT

This study is a literature review aimed at evaluating the effectiveness of modeling techniques in modifying students' social behavior through a behavioral counseling approach. The modeling technique, rooted in Albert Bandura's social learning theory, is employed to help students imitate positive behaviors from relevant models, whether through live modeling, symbolic modeling, or participatory modeling. Data were obtained through an analysis of various scientific literature published between 2019 and 2025. The findings indicate that modeling techniques are effective in reducing deviant behaviors such as bullying and juvenile delinquency, as well as in improving students' social skills and self-confidence. The effectiveness of this technique is influenced by the selection of appropriate models, the suitability of the methods, the duration of intervention, and a supportive social environment. This review recommends the application of modeling techniques by school counselors in promotive and preventive guidance services in schools.

Keywords: Modeling Technique, Social Behavior, Behavioral Counseling, Guidance and Counseling, Literature Review

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan kajian pustaka yang bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas teknik modeling dalam mengubah perilaku sosial siswa melalui pendekatan konseling behavioral. Teknik modeling, yang berakar dari teori belajar sosial Albert Bandura, digunakan untuk membantu siswa meniru perilaku positif dari model yang relevan, baik melalui *live modelling*, simbolik, maupun partisipatif. Data diperoleh melalui telaah berbagai sumber literatur ilmiah yang terbit antara tahun 2019 hingga 2025. Hasil kajian menunjukkan bahwa teknik modeling efektif dalam

mengurangi perilaku menyimpang seperti *bullying* dan kenakalan remaja, serta meningkatkan keterampilan sosial dan kepercayaan diri siswa. Efektivitas teknik ini dipengaruhi oleh pemilihan model yang tepat, kesesuaian metode, durasi intervensi, serta lingkungan sosial yang mendukung. Kajian ini merekomendasikan penerapan teknik modeling oleh guru BK dalam layanan bimbingan yang bersifat promotif dan preventif di sekolah.

Kata Kunci: Teknik Modeling, Perilaku Sosial, Konseling Behavioral, Bimbingan Konseling, Kajian Pustaka

A. Pendahuluan

Perilaku sosial merupakan suatu bentuk tindakan atau interaksi yang berhubungan dengan orang lain. Pembentukan perilaku sosial seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor baik yang bersifat internal maupun eksternal (Nurfirdaus & Sutisna, 2021). Lingkungan sekolah merupakan bagian dari sosial, sehingga sekolah juga mempunyai peran dalam membentuk karakter dan perilaku siswa. Banyak siswa yang menunjukkan perilaku sosial negatif seperti kurangnya empati, penarikan diri, hingga ketidakmampuan dalam berkomunikasi efektif. Kondisi ini menjadi tantangan bagi guru dan konselor dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan inklusif. Lingkungan pendidikan adalah berbagai faktor yang berpengaruh terhadap pendidikan atau berbagai lingkungan tempat berlangsungnya proses pendidikan. Bimbingan dan konseling di sekolah merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam upaya

menemukan pribadi, mengenal lingkungan dan merencanakan masa depan (Laia et al., 2021). Konseling menjadi salah satu tindakan strategi untuk membantu siswa mengembangkan perilaku sosial yang sehat. Salah satu pendekatan yang sering digunakan adalah konseling behavioral, Teknik pendekatan ini dalam konseling yang diberikan kepada siswa agar mampu belajar merubah tingkah laku bermasalah menjadi sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. Konseling behavioral menekankan pada pembentukan perilaku melalui prinsip-prinsip belajar, seperti penguatan (reinforcement), hukuman (punishment), dan observasi terhadap model. Salah satu teknik pendekatan ini adalah teknik modeling. Teknik modeling adalah Teknik konseling dalam pendekatan behavioral yang berakar dari teori Albert Bandura dalam teori belajar sosial, yaitu Teknik untuk merubah, menambah maupun mengurangi tingkah laku individu dengan belajar melalui observasi langsung (*observational learning*)

untuk meniru perilaku orang maupun tokoh yang ditiru (model) sehingga individu memperoleh lingkungan baru yang diinginkan (Purba, Arsini, & Walidaini, 2023). Teknik modelling sering diterapkan untuk meningkatkan kemampuan sosial siswa melalui contoh-contoh perilaku yang ditampilkan oleh guru, teman sebaya maupun media audiovisual. Meskipun Teknik ini telah banyak digunakan, masih dibutuhkan kajian yang mendalam mengenai efektivitas dalam merubah perilaku sosial siswa, terutama melalui pendekatan kajian pustaka. Oleh karena itu tulisan ini bertujuan untuk mengkaji berbagai teori dan hasil penelitian yang relevan mengenai Teknik modeling, jenis-jenisnya, serta aplikasinya dalam dunia Pendidikan. Manfaat dari kajian ini adalah memberikan pemahaman yang lebih kuat mengenai Teknik modeling bagi konseling, serta menjadi rujukan bagi peneliti dan mahasiswa dalam mengembangkan tindakan yang tepat bagi siswa dengan masalah perilaku sosial.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian pustaka atau library reseach. Metode library research adalah penelitian yang mengumpulkan data dari berbagai sumber literatur yang tersedia dipergustakaan atau dalam bentuk sumber tertulis lainnya. Penelitian ini tidak melibatkan pengumpulan data

langsung dari subjek penelitian atau observasi lapangan, melainkan berfokus pada analisis dan sintesis informasi dari berbagai buku, artikel, jurnal ilmiah, laporan penelitian, dan sumber-sumber tertulis lainnya. Dengan demikian, data diperoleh melalui metode dokumentasi, seperti karya tulis, buku-buku, dan artikel. Dalam metode library research ini (Febrianti et al., 2024), peneliti mencari literatur yang relevan dengan topik penelitian, yaitu kajian Pustaka tentang efektivitas Teknik modeling dalam mengubah perilaku sosial siswa yang terindeks oleh google scholar dalam kurun waktu tujuh tahun terakhir (2019-2025). Dalam hasil penelusuran yang telah dilakukan, peneliti membaca judul dan abstrak penelitian untuk mengetahui artikel tersebut memenuhi kriteria untuk dikaji. Kriteria yang digunakan meliputi : 1) artikel penelitian membahas tentang efektivitas teknik modeling dalam mengubah perilaku sosial siswa; 2) artikel yang terindeks oleh google scholar lama kurun waktu tujuh tahun terakhir (2019-2025); 3) artikel berupa laporan hasil penelitian; 4) artikel ditulis dalam Bahasa Indonesia. Dengan demikian penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam tentang efektivitas Teknik modelling dalam mengubah perilaku sosial siswa.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Peneliti	Judul	Metode	Hasil
----------	-------	--------	-------

Moch. Rafi Akbar Firmansyah	Konsep modelling Albert Bandura dan relevansinya dengan Pendidikan Islam	Pendekatan kualitatif, jenis penelitian studi kepustakaan	Konsep modelling albert bandura terdapat empat tahapan untuk melakukan peniruan yaitu: proses atensi, retensi, motoreproduksi dan motivasi (Firmansyah, 2023).
Annisa Oktavia Pradini & M. Bachtiar Safrudin	Pengaruh live modelling terhadap perilaku aktifitas fisik pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 003 Sangasanga	Penelitian kuantitatif dengan purposive sampling. Sampel terdiri dari 11 responden.	Hasil penelitian menyatakan anak-anak suka mencontoh model dewasa di bandingkan model anak-anak, anak lebih cenderung meniru model yang lebih pintar daripada model yang tidak pintar (Oktavia Pradini & Safrudin, 2021).
Desi Nurhasanah Nurbaity Arista, &	Penerapan Teknik konseling simbolis untuk mengurangi perilaku bullying siswa di SMA Negeri 16 Banda Aceh	Pendekatan kuantitatif deskriptif, jenis penelitian <i>pre-eksperimental design</i> .	Penerapan Teknik modelling simbolis selama 12 pertemuan, terjadi penurunan skor perilaku bullying secara signifikan (Arista et al., 2020)
Vika Wulandari & Denok Setiawati	Penerapan layanan konseling kelompok dengan Teknik modelling partisipan untuk meningkatkan percaya diri siswa saat mengemukakan pendapat pada kelas XI IPS 3 Di SMAN 2 Karangan	Pendekatan kualitatif, jenis penelitian <i>pre-eksperimental design</i> .	Adanya perubahan skor antara sebelum dan sesudah konseling kelompok serta Peningkatan kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat setelah mendapat layanan konseling kelompok dengan Teknik modelling partisipan (Wulandari & Setiawati, 2019).
Evi Zuhara	Efektivitas konseling kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan interaksi sosial siswa	Pendekatan kuantitatif, dengan metode eksperimen	Teknik modelling memiliki signifikansi terhadap interaksi sosial siswa, artinya teknik modelling efektif untuk

			meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa baik berdasarkan aspek maupun indikator (Zuhara, 2020).
Ni Komang Sri Yuliastini	Efektivitas model konseling <i>behavioral</i> dengan teknik relaksasi untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi mata pelajaran matematika	Metode <i>Quasi Experimental: One Group Pretest - Posttest Design</i>	Efektivitas model konseling <i>behavioral</i> dengan Teknik relaksasi merupakan strategi yang relevan dengan kebutuhan lapangan yang menunjukkan perlunya adanya upaya untuk memaksimalkan potensi peserta didik dengan meminimalisasi kesemasan yang dihadapinya (Komang & Yuliastini, 2020).
Solchan Ghozali, Didit Darmawan, Sunoto, Muhammad Bashor, Ahmad Juani, Mudzakkir, & Fendi Pratama Putra	Efektivitas konseling kelompok untuk mengatasi permasalahan kepercayaan diri pada siswa	Pendekatan <i>Literature Review</i>	Melalui mekanisme seperti <i>catharsis</i> , <i>self-reflection</i> , dan <i>modeling</i> , konseling kelompok memungkinkan siswa untuk mengatasi rasa tidak percaya diri, meningkatkan keterampilan sosial, dan membangun kepercayaan diri mereka secara bertahap. Dukungan sosial yang muncul dalam kelompok memberikan siswa rasa diterima, dihargai, dan didukung, yang menjadi elemen penting dalam proses perubahan psikologis (Ghozali et al., 2024).
Aditia Purnomo, Rasimin, &	Efektivitas teknik modeling simbolik pada layanan	Penelitian kuantitatif dengan metode	Teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan

Muhammad Ferdiansyah	informasi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMPN 17 Kota Jambi	eksperimen (kuasi eksperimen)	kepercayaan diri siswa yang dapat ditunjukkan melalui hasil pretest ke posttest yang menunjukan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan/treatment sebanyak tiga kali (Purnomo et al., 2023).
Muh. Rasyid Ridha	Keefektifan Teknik Modeling dalam menanggulangi kenakalan siswa di SMPN 3 Bajo Kabupaten Luwu	Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif	Terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tritmen sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Ternyata pernyataan yang berkaitan dengan membolos dengan menggunakan Teknik modelling menunjukan bahwa efektif dalam menangani kebiasaan membolos siswa yang ada di SMPN 3 Bajo Kabupaten Luwu (Ridha, 2019).
Nailul Fauziyah	Teknik modeling untuk mengurangi perilaku bullying	Penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen (kuasi eksperimen)	Pemberian intervensi Teknik modeling telah memberikan dampak pada menurunnya perilaku <i>bullying</i> siswa. Berdasarkan menurunnya angka perilaku <i>bullying</i> dari posttest serta hasil observasi serta wawancara pada siswa (Fauziyah, 2024).

Hasil kajian Pustaka dari sepuluh penelitian yang dianalisis menunjukan

bahwa Teknik modelling dalam pendekatan konseling behavioral

sangat efektif dalam mengubah perilaku sosial siswa. Teknik ini berlandaskan pada teori belajar sosial Albert Bandura yang menjelaskan bahwa perilaku dapat dipelajari melalui observasi terhadap model yang relevan dan dihargai. Proses modelling mencakup empat tahap utama yaitu atensi, retensi, reproduksi motorik, dan motivasi (Firmansyah, 2023). Proses ini memungkinkan siswa meniru perilaku positif dari tokoh yang dijadikan model baik secara langsung (live modelling), simbolik, maupun partisipatif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa Teknik modelling sangat efektif untuk mengurangi perilaku menyimpang seperti bullying dan kenakalan remaja. (Arista et al., 2020) Menerapkan Teknik konseling simbolis melalui modelling selama 12 sesi dan berhasil menurunkan Tingkat perilaku bullying siswa secara signifikan, (Fauziah, 2024) juga memperkuat temuan ini, Dimana pemberian intervensi modelling menurunkan angka perilaku bullying berdasarkan hasil pretest dan posttest serta observasi. (Ridha, 2019) Membuktikan bahwa Teknik modelling efektif dalam mengurangi kebiasaan membolos siswa, dengan menu jukan perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil-hasil ini menegaskan bahwa modelling dapat menjadi alternatif strategis dalam menangani perilaku menyimpang, terutama bila dilakukan secara konsisten dan terstruktur.

Teknik modelling juga terbukti mampu meningkatkan keterampilan sosial siswa, termasuk interaksi dan kepercayaan diri. (Zuhara, 2020) Menunjukan bahwa modelling dapat meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa berdasarkan indikator keterampilan sosial. (Wulandari & Setiawati, 2019) Menerapkan konseling kelompok dengan Teknik modelling partisipan yang terbukti meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam menyimpulkan pendapat di kelas, (Purnomo et al., 2023) juga menemukan bahwa modelling simbolik meningkatkan rasa percaya diri siswa SMP setelah tiga kali sesi layanan informasi berbasis eksperimen. Peningkatan kepercayaan diri dan keterampilan sosial merupakan model penting dalam pembentukan karakter dan integrasi social siswa di sekolah. Penelitian (Oktavia Pradini & Safrudin, 2021) menyoroiti bahwa efektivitas modelling sangat dipengaruhi oleh karakteristik model, seperti usia dan kecerdasan. Anak-nak lebih cenderung meniru model dewasa atau model yang dianggap lebih cakap. Hal ini menunjukan pentingnya pemilihan model yang relevan dan dapat diidentifikasi oleh siswa agar proses belajar social menjadi optimal. Teknik modeling digunakan dalam berbagai pendekatan metodologis, baik kuantitatif ekperimental, pre-eksperimental, maupun kualitatif. Ini menunjukan bahwa teknik memiliki fleksibilitas tinggi dan dapat diterapkan dalam berbagai konteks penelitian dan praktik konseling.

Penelitian Oktavia Pradini & Safrudin (2021) menyoroti bahwa efektivitas modeling sangat dipengaruhi oleh karakteristik model, seperti usia dan kecerdasan. Anak-anak lebih cenderung meniru model dewasa atau model yang dianggap lebih cakap. Hal ini menunjukkan pentingnya pemilihan model yang relevan dan dapat diidentifikasi oleh siswa agar proses belajar sosial menjadi optimal. Teknik modeling digunakan dalam berbagai pendekatan metodologis, baik kuantitatif eksperimental, pre-eksperimental, maupun kualitatif. Ini menunjukkan bahwa teknik ini memiliki fleksibilitas tinggi dan dapat diterapkan dalam berbagai konteks penelitian dan praktik konseling. Penelitian kuantitatif (Zuhara, Fauziah, Purnomo, Ridha) cenderung menggunakan pretest dan posttest untuk mengukur perubahan perilaku secara numerik. Penelitian kualitatif (Firmansyah, Wulandari) lebih menekankan pada proses, dinamika, dan pemaknaan siswa terhadap perilaku yang ditiru. Literature review (Ghozali et al., 2024) memperkaya hasil dengan membahas efek modeling dalam kerangka dukungan sosial, catharsis, dan refleksi diri. Beberapa studi juga menunjukkan bahwa modeling lebih efektif bila dikombinasikan dengan strategi lain seperti konseling kelompok, simbolisasi, dan relaksasi. Misalnya, Yulastini (2020) menggunakan teknik relaksasi dalam pendekatan behavioral untuk mengatasi kecemasan siswa, dan hasilnya cukup signifikan. Hal ini

mengindikasikan bahwa konselor dapat mengembangkan pendekatan terpadu untuk mengatasi masalah siswa secara komprehensif. Berdasarkan hasil kajian, dapat disimpulkan bahwa teknik modeling sangat potensial digunakan oleh guru BK dalam membantu siswa membentuk dan mengembangkan perilaku sosial yang positif.

Efektivitas teknik ini tergantung pada beberapa faktor, di antaranya: (1) Pemilihan model yang tepat (2) Kesesuaian metode modeling (langsung, simbolik, partisipan) dengan karakter siswa (3) Durasi dan intensitas intervensi (4) Lingkungan sosial yang mendukung, seperti kelompok sebaya dan keluarga. Modeling bukan hanya berfungsi untuk mengurangi perilaku negatif, tetapi juga membangun kepercayaan diri, meningkatkan interaksi sosial, dan menumbuhkan nilai-nilai positif dalam diri siswa. Oleh karena itu, disarankan kepada para konselor sekolah untuk mengadopsi teknik modeling dalam program layanan BK yang bersifat promotif dan preventif.

E. Kesimpulan

Kajian pustaka menunjukkan bahwa teknik modeling dalam pendekatan konseling behavioral efektif dalam mengubah perilaku sosial siswa, seperti mengurangi perilaku menyimpang dan meningkatkan keterampilan sosial dan kepercayaan diri. Pemilihan model yang tepat, kesesuaian metodo, durasi dan

intensitas intervensi, dan lingkungan sosial yang mendukung adalah semua faktor yang memengaruhi keberhasilan penggunaan teknik ini. Oleh karena itu, teknik modeling harus dimasukan ke dalam program bimbingan dan konseling oleh konselor sekolah sebagai cara untuk mendorong dan mencegah siswa mengembangkan karakter dan perilaku sosial yang positif di lingkungan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arista, D., Nurhasanah, & Nurbaity. (2020). PENERAPAN TEKNIK MODELING SIMBOLIS UNTUK MENGURANGI PERILAKU BULLYING SISWA DI SMA NEGERI 16 BANDA ACEH. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 39–47.
- Fauziyah, N. (2024). TEKNIK MODELING UNTUK MENGURANGI PERILAKU BULLYING. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 7(1), 143–155. <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>
- Febrianti, R., Syaputra, Y. D., & Oktara, T. W. (2024). Dinamika Bullying di Sekolah: Faktor dan Dampak. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 9–24. <https://doi.org/10.30653/001.202481.336>
- Firmansyah, Moch. R. A. (2023). *Konsep Modelling Albert Bandura dan Relevansinya Dengan Pendidikan Islam*. IAIN Ponorogo.
- Ghozali, S., Darmawan, D., Bashor, M., Juani, A., Mudzakkir, & Pratama Putra, F. (2024). EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGATASI PERMASALAHAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA. *Jurnal Pendidikan, Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 75–84.
- Komang, N., & Yulastini, S. (2020). Efektivitas Model Konseling Behavioral dengan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Kecemasan dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(1), 1–5. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Laia, B., Sarumaha, M., Christina Zalukhu, M., Nduru, M., Telaumbanua, T., Dian Marsa Ndraha, L., & Harefa, D. (2021). PENDEKATAN KONSELING BEHAVIORAL TERHADAP PERKEMBANGAN MORAL SISWA. *JURNAL ILMIAH AQUINAS*, 4(1), 159–168. <http://ejournal.ust.ac.id/index.php/Aquinas/index>
- Nurfirdaus, N., & Sutisna, A. (2021). LINGKUNGAN SEKOLAH DALAM MEMBENTUK PERILAKU SOSIAL SISWA. *Naturalistic: Jurnal Kajian*

Penelitian Dan Pendidikan Dan Pembelajaran, 5(2b), 895–902.

(Media Kajian Bimbingan Konseling), 6(1), 41–57.

Oktavia Pradini, A., & Safrudin, M. B. (2021). Pengaruh Live Modeling Terhadap Perilaku Aktivitas Fisik Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 003 Sangasanga. *Borneo Student Research*, 3(1), 59–65.

Purnomo, A., Rasimin, & Ferdiansyah, M. (2023). Efektivitas Teknik Modeling Simbolik pada Layanan Informasi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMPN 17 Kota Jambi. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 6(2).

Ridha, Muh. R. (2019). *KEEFEKTIFAN TEKNIK MODELING DALAM MENANGGULANGI KENAKALAN SISWA DI SMPN 3 BAJO KABUPATEN LAWU*. IAIN Palopo.

Wulandari, V., & Setiawati, D. (2019). PENERAPAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING PARTISIPAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA SAAT MENGEMUKAKAN PENDAPAT PADA KELAS XI IPS 3 DI SMAN 2 KARANGAN. *Jurnal BK Unesa*, 9(2).

Zuhara, E. (2020). EDUKASI EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING UNTUK MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL SISWA. *Jurnal Edukasi*