



JURNAL MUDABBIR Vol. 2 No. 1. 2022

MUDABBIR

(Journal Research and Education Studies)

Email : journalmudabbir@gmail.com

RANCANGAN PELAYANAN KONSELING PERORANGAN BERBASIS PENDEKATAN BEHAVIORAL DENGAN MENGUNAKAN TEKNIK SELF MANAGEMEN (Studi pada Peserta Didik Membolos di Kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman)

Tito Admyzona¹, Fitria Kasih², Septy Suarja³

^{1,2,3}STKIP PGRI Sumatera Barat

Email: 1admyzona@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik siswa kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai. Tujuan dalam penelitian ini adalah, 1) mendeskripsikan profil self management peserta didik perilaku membolos. 2) mendeskripsikan pelaksanaan konseling oleh guru BK untuk peserta didik perilaku membolos. 3) membuat rancangan pelayanan konseling berbasis pendekatan behavioral. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Sampel yang dipilih dengan *Propertional random sampling*, yaitu sebanyak 30 orang. Data penelitian ini diperoleh melalui angket dan diolah menggunakan teknik persentase, serta wawancara dengan informan yaitu guru BK di SMP Negeri 1 Batang Anai. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa: profil self management peserta didik perilaku membolos kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai dilihat dari tiap sub indikator yaitu indikator memantau diri tergolong dalam kriteria cukup banyak dengan persentase 56,67%. Indikator ganjar diri tergolong kedalam kriteria cukup banyak 53,33%. Indikator kendali stimulus tergolong kedalam kriteria cukup banyak 40%. Pelaksanaan konseling oleh guru BK untuk peserta didik perilaku membolos. Perilaku membolos terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhinya, dimana ada faktor internal yaitu seperti yang berasal dari kondisi peserta didik itu sendiri. Faktor lingkungan dan pergaulan peserta didik. Untuk mengatasi masalah

prilaku membolos maka guru BK melakukan penerapan konseling melalui pendekatan konseling perorangan, individu dan kelompok.

Keywords: *Rancangan, Program Layanan, Bimbingan dan Konseling, Pendekatan Behavioral, Teknik Self Managemen*

PENDAHULUAN

Pendidikan penting sekali bagi manusia, karena dengan adanya pendidikan kita dapat melaksanakan kehidupan sesuai tuntutan dunia. Melalui pendidikan manusia dapat mengembangkan karakter yang ada dalam diri peserta didik. Peserta didik adalah sasaran yang terlibat langsung dalam suatu pendidikan melalui proses pembelajaran, sehingga dalam proses pembelajaran siswa atau peserta didik diharapkan mampu mengenal dan mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dan dalam kegiatan belajar mengajar merupakan guru dan peserta didik. Proses belajar mengajar dapat terlaksana apabila kedua komponen tersebut ada.

Dalam proses belajar mengajar bahwa kehadiran komponen inti dalam proses pembelajaran sangat penting. Namun, kita banyak melihat fenomena di lapangan saat ini menunjukkan hal yang berbeda. Banyak ditemukan salah satu komponen inti dari kegiatan belajar mengajar yang tidak hadir dalam kegiatan belajar mengajar. Salah satu contohnya adalah bentuk personal tersebut yaitu prilaku membolos peserta didik.

Membolos adalah salah satu bentuk dari pelanggaran sekolah, jika tidak segera diselesaikan atau mencari solusinya dapat menimbulkan dampak yang lebih parah Supriyo (2008: 111). Penyebab dari prilaku membolos peserta didik yaitu peserta didik merasa kesulitan dalam menerima pelajaran, terpengaruh dengan teman yang salah pergaulan, dan peserta didik mempunyai kesulitan ekonomi keluarga, peserta didik ada hubungan personal yang tidak menyenangkan dengan guru maupun kepada teman sebaya (Prayitno, 2004: 61).

Lebih lanjut, Prayitno (2012:34) juga menjelaskan penyebab prilaku membolos yang ada dalam diri peserta didik yaitu: (1) sehari-hari tidak masuk sekolah; (2) tidak masuk sekolah tanpa izin; (3) sering keluar pada jam pelajaran tertentu; (4) tidak masuk kembali setelah mintak izin; (5) masuk sekolah berganti hari; (6) mengajak temen-temen untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disukai; (7) minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya; (8) mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat; (9) tidak masuk kelas setelah jam istirahat. “

Membolos merupakan salah satu bentuk dari kenakalan pada peserta didik, jika tidak segera diselesaikan maka dapat menimbulkan dampak yang membuat peserta didik semakin membolos (Surya, 2015:41). Dimana peserta didik yang sering membolos merupakan peserta didik yang akan mengalami kegagalan dalam pembelajaran, serta peserta didik akan ketinggalan materi-materi yang disampaikan oleh guru mata

pelajaran, peserta didik kurang mentaati peraturan yang sudah ditetapkan oleh sekolah. Dalam hal ini bila peserta didik terus tidak menaati peraturan yang sudah ada maka sekolah bisa mengambil keputusan untuk dikeluarkan.

Agar perkembangan peserta didik dapat terjalin dengan baik, maka perlu salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah. Salah satu bentuk upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah dalam menekan proses perkembangan peserta didik yaitu melalui proses konseling perorangan. Pelayanan konseling perorangan diterapkan agar dapat mengubah tingkah laku membolos pada peserta didik tersebut agar peserta didik dapat memaksimalkan kemampuan yang ada pada diri peserta didik. Menurut Tohirin, (2013:296) konseling perorangan adalah pemberian bantuan yang dilakukan melalui hubungan yang bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata) yang dilaksanakan antara konselor dengan klien. Sedangkan menurut (Prayitno & Amti, 2004:105) konseling perorangan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh konselor kepada klien yang sedang mengalami masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

Selain penerapan konseling perorangan, agar proses konseling menjadi lebih terarah maka perlu dilakukan suatu pendekatan kepada peserta didik yaitu melalui pendekatan behavioral agar klien dapat memaksimalkan kemampuan dan dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapi klien. Menurut Krumboltz & Thoresen (Surya, 2015:187) konseling behavioral adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.

Menurut Bootzin (Gantina, 2011:154) "*Konseling Behavioral* dikenal juga dengan modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku". Pada dasarnya terapi tingkah laku diarahkan pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, dan penghapusan tingkah laku yang sudah berlalu.

Teknik-teknik konseling behavioral yang dapat dilakukan yaitu: 1) penguatan positif (*positive reinforcement*), 2) kartu berharga (*token economy*), 3) penokohan (*modeling*), 4) pengelolaan diri (*self management*), 5) penghapusan (*extinction*), 6) pembanjiran (*flooding*), 7) penjenjuran (*satiation*), 8) hukuman (*punishment*), 9) *time out*, 10) terapi aversi (*aversi therapy*), 11) disentisisasi sistematis.

Beberapa teknik behavioral yang mana teknik yang dipilih dalam penelitian ini adalah pengelolaan diri (*self management*). Menurut Sugiharto (2007: 23) ada tiga teknik yang diterapkan dalam melakukan strategi teknik pengolahan diri (*self management*), yaitu: memantau diri (*self monitoring*), kendali stimulus (*stimulus control*), dan ganjar diri (*self reward*). Dimana membolos ini adalah suatu perilaku yang mana melanggar norma-norma sosial akibat dari lingkungan yang buruk.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan sewaktu praktek lapangan di sekolah SMPN 1 Batang Anai, masih ada siswa yang masih memiliki perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik. Hal ini menimbulkan dampak negatif yang mana dampak terhadap prestasi peserta didik. Dan berdasarkan hasil wawancara dengan

guru BK di sekolah, sebenarnya peserta didik yang membolos pada dasarnya mempunyai prestasi belajar yang kurang baik. Dalam hal ini peserta didik tersebut mempunyai prestasi belajar di bawah rata-rata. Tidak hanya itu ada sebagian peserta didik yang mempunyai prestasi belajar yang baik, karna peserta didik tersebut tidak mengikuti proses belajar mengajar peserta didik mendapatkan nilai dibawah rata-rata, seperti peserta didik terlihat dari sejumlah nilai ulangan harian yang berada dibawah rata-rata, hal ini terjadi karna peserta didik tidak menguasai materi pelajaran yang di sampaikan dan juga tidak memiliki catatan lengkap terkait mata pelajaran.

Dalam hal ini untuk mengatasi permasalahan ini diperlukan peran guru pembimbing konseling yang lebih aktif. Bahwa dalam konseling behavioral yang berperan lebih aktif, direktif dan menggunakan pengetahuan ilmiah untuk menemukan solusi dari permasalahan peserta didik (Gantina & Komalasari, 2011). Berdasarkan hal tersebut maka diperlukan rancangan layanan upaya untuk mengurangi perilaku membolos pada peserta didik. Jika tidak segera diatasi, anak akan terbiasa untuk membolos dan akan berdampak pada prestasi dan perkembangan anak untuk selanjutnya.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah Penelitian ini termasuk penelitian *mixedmethod*. Menurut Mulyadi, Seto, dkk (2019: 150) bahwa banyak peneliti yang mencampur metode-metode sekaligus pendekatan-pendekatan yang berhubungan dengan metode-metode tersebut, misalnya dengan menggabungkan teknik observasi dan wawancara (data kualitatif) dengan metode survey tradisional (data kuantitatif).

Penelitian ini dilakukan di IX di SMPN 1 Batang Anai. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan peserta didik kelas IX di SMPN 1 Batang Anai 2021/2022. Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan teknik propusive sampling. Arikunto (2010:139-140) teknik pengambilan sampel penelitian ini merupakan teknik *simple random sampling*, dimana jumlah sampel pada populasi yang akan di teliti dapat di ambil secara acak. Dimana sampel yang diambil dari penelitian ini adalah 30 orang siswa. Dalam penelitian ini juga digunakan informan penelitian yaitu guru BK di IX di SMPN 1 Batang Anai.

Data dalam penelitian ini diperoleh dari sumber aslinya yaitu data yang diperoleh dari siswa kelas IX di SMPN 1 Batang Anai 2021/2022 dan data dari iforman kunci guru BK IX di SMPN 1 Batang Anai. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket dan wawancara. Setelah data diperoleh kemudian dilakukan analisis data dengan cara melakukan penskoran terhadap hasil data yang diperoleh serta menganalisis hasil wawancara yang diperoleh, kemudian dibuat kesimpulan dari temuan data yang telah dilakukan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang rancangan pelayanan konseling berbasis pendekatan behavioral dengan menggunakan teknik self management kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai. Menggunakan item yang valid sebanyak 40 item dengan indikator sebagai batasan masalah yaitu 1) Mendeskripsikan profil self management peserta didik perilaku membolos. 2) Mendeskripsikan pelaksanaan konseling oleh guru BK untuk peserta didik perilaku membolos. 3) Membuat rancangan pelayanan konseling berbasis pendekatan behavioral. Adapun hasil penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut.

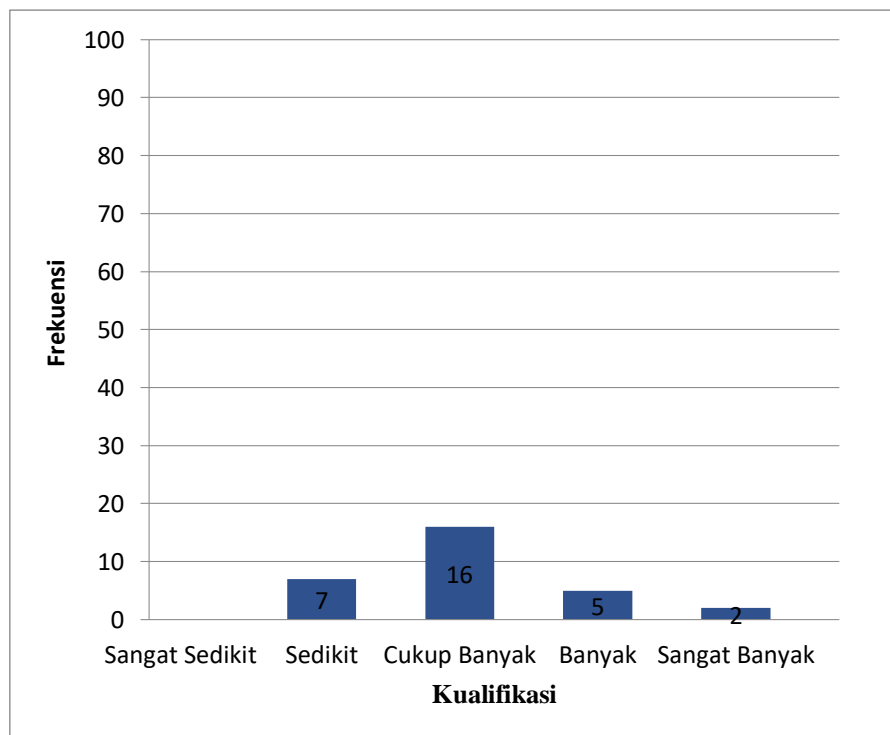
Profil *Self Management* Peserta Didik Perilaku Membolos kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai

Berdasarkan data yang dikumpulkan mengenai Rancangan pelayanan konseling berbasis pendekatan behavioral dengan menggunakan teknik self management kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Kriteria Profil *Self Management* Peserta Didik Perilaku Membolos kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai

Klasifikasi	Kriteria	F	%
168-200	Sangat	2	6,67
136-167	Banyak	5	16,6
104-135	Cukup	16	53,3
72-103	Sedikit	7	23,3
40-71	Sangat	0	
Σ		30	100.

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa profil *self management* perilaku membolos peserta didik kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai tergolong ke dalam kriteria sangat banyak 6,67%, kriteria banyak 16,67%, kriteria cukup banyak 53,33% serta pada kriteria sedikit 23,33%. Jadi dapat disimpulkan perilaku membolos kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai tergolong ke dalam kriteria cukup banyak. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut ini.



Gambar 1. Grafik Profil Self Management Peserta Didik Prilaku Membolos kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai

Pelaksanaan Konseling Oleh Guru BK Untuk Peserta Didik Prilaku Membolos

Pada penelitian ini, data yang peneliti sajikan bersifat deskriptif. Data yang disajikan sesuai dengan data dari hasil wawancara dengan informan kunci. Wawancara tersebut berkaitan dengan pelaksanaan konseling oleh guru BK untuk peserta didik prilaku membolos peserta didik di kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai.

Memantau Diri

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK, diketahui bahwa Pelayanan bimbingan konseling difokuskan kepada upaya membantu peserta didik untuk mengatasi setiap masalah yang dihadapinya termasuk prilaku membolos. Guru BK juga menyatakan bahwa bimbingan dan konseling membentuk peserta didik untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Maka dari itu guru BK berupaya untuk mengamati setiap tindakan yang dilakuakn oleh peserta didik.

Ganjar Diri

Adapun upaya guru BK dalam memberikan layanan yaitu. Pertama saya memberikan layanan konseling individu dengan memanggil peserta didik untuk di konseling dengan teguran dan nasihat kepada peserta didik yang bolos dalam proses

konseling, jika besoknya peserta didik masih membolos, tindakan saya menghukumnya seperti hukuman menyabuti rumput, membersihkan kamar mandi, jika tidak kapok juga dan peserta didik masih membolos saya melakukan tindakan panggilan orang tua dan kunjungan rumah ke peserta didik.

Kendali Stimulus

Upaya guru BK mengenai pelaksanaan konseling oleh guru BK untuk peserta didik perilaku membolos melalui teknik self management indikator kendali stimulus, ketika mengetahui ada peserta didik yang membolos dalam belajar maka guru Bk berusaha untuk menyelesaikan masalah peserta didik.

Banyak peserta didik yang tidak mempunyai minat dan ketekunan dalam hal belajar, sehingga peserta didik tidak paham dengan tujuan mereka datang kesekolah untuk apa". Peserta didik yang sering bolos itu karena awalnya mereka suka telat datang ke sekolah lalu bersama temannya pergi entah kemana dan terkadang mereka tidak suka dengan pelajarannya. Dalam hal ini dapat dilihat sikap atau tingkah laku peserta didik yang berperilaku membolos merupakan sikap yang negatif dan tidak baik sehingga dari yang telah dipaparkan dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa layanan konseling yang diberikan oleh guru BK selama masih belum dapat berjalan dengan baik sepenuhnya, karena perilaku membolos masih saja terjadi dan dilakukn oleh peserta didik setiap harinya.

Pembahasan

Perilaku membolos terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhinya, dimana ada faktor internal yaitu seperti yang berasal dari kondisi siswa itu sendiri. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang dari luar siswa, seperti halnya dari keluarga, pergaulan dan pengalaman hidup yang tidak menyenangkan.

Guru bimbingan dan konseling adalah guru yang membantu peserta didiknya dalam menumbuhkembangkan potensinya. Salah satu potensi yang seyogyanya berkembang pada diri peserta didik adalah kemandirian, yaitu dalam mengambil keputusan penting dalam perjalanan hidupnya yang berkaitan dengan pendidikan maupun persiapan karir. Pelayanan bimbingan konseling difokuskan kepada upaya membantu peserta didik mengokohkan pilihan dan pengembangan karir sejalan dengan bidang vokasi yang menjadi pilihannya. Dalam kaitan ini bimbingan dan konseling membentuk siswa untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interprestasi, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya.

Salah satu bentuk upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah dalam menekan proses perkembangan peserta didik yaitu melalui proses konseling perorangan. Pelayanan konseling perorangan diterapkan agar dapat mengubah tingkah laku membolos pada peserta didik tersebut agar peserta didik dapat memaksimalkan

kemampuan yang ada pada diri peserta didik. Konseling perorangan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukn oleh konselor kepada klien atau *face to face* (mata ke mata) yang lagi mengalami masalah, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport.

Selain penerapan konseling perorangan, agar proses konseling menjadi lebih terarah maka perlu dilakukan suatu pendekatan kepada pesderta didik yaitu melalui pendekatan behavioral agar klien dapat memaksimalkan kemampuan dan dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapi klien. Menurut **Sugiharto (2007: 23)** ada tiga teknik yang diterapkan dalam melakukan strategi teknik pengolahan diri (*self management*), yaitu: memantau diri (*self monitoring*), kendali stimulus (*stimulus control*), dan ganjar diri (*self reward*). Diantaranya sebagai berikut.

Memantau Diri.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa profil self management peserta didik perilaku membolos indikator memantau diri tergolong kedalam kriteria banyak kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai indikator memantau tergolong dalam kriteria cukup banyak dengan persentase 56,67%. Dapat disimpulkan profil self management peserta didik perilaku membolos indikator memantau diri tergolong dalam kriteria cukup banyak.

Ganjar Diri.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dilihat bahwa profil self management peserta didik perilaku membolos indikator ganjar diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai indikator ganjar diri tergolong kedalam kriteria cukup banyak 53,33%. Jadi dapat disimpulkan profil self management peserta didik perilaku membolos indikator memantau diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai indikator ketertarikan tergolong dalam kriteria cukup banyak.

Kendali Stimulus.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa profil self management peserta didik perilaku membolos indikator kendali stimulus tergolong kedalam kriteria banyak kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai indikator Perhatian tergolong dalam kriteria cukup banyak dengan persentase 40%. Dapat disimpulkan minat belajar peserta didik indikator diri tergolong dalam kriteria cukup banyak.

KESIMPULAN

Berdasarkan Berdasarkan hasil penelitian tentang Rancangan pelayanan konseling berbasis pendekatan behavioral dengan menggunakan teknik self management kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai dapat diketahui bahwa profil self management peserta didik perilaku membolos kelas IX SMP Negeri 1 Batang Anai

dilihat dari tiap sub indikator yaitu indikator memantau diri tergolong dalam kriteria cukup banyak dengan persentase 56,67%. Indikator ganjar diri tergolong kedalam kriteria cukup banyak 53,33%. Indikator kenmdali stimuus tergolong kedalam kriteria cukup banyak 40%. Perilaku membolos terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhinya, dimana ada faktor internal yaitu seperti yang berasal dari kondisi peserta didik itu sendiri. Faktor lingkungan danm pergaulan peserta didik. Untuk mengatasi masalah prilaku membolos maka guru BK melakukan penerapan konseling melalui pendekatan konseling peroranagn, individu dan kelompok.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revisi). Jakarta:Rineka Cipta.
- Gantina, Komalasari. (2011). *Teori dan teknik konseling*. Jakarta: Indeks.
- Mulyadi, Seto, dkk. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif dan Mixed Method*. Depok: Raja Wali Pers.
- Prayitno. (2004). *Layanan L1-L9* (UNP Press). Padang.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: UNP.
- Prayitnodan Erman Amti. (2004). *Dasar-dasr Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supriyo. (2008). *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak.
- Surya, Mohammad. (2015). *Teori Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: RajaWali Press.