

## MENGATASI PERILAKU MEMBOLOS MELALUI KONSELING INDIVIDUAL MENGGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIOR DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT*

**Komariah**

Guru BK SMA Negeri 1 Astanajapura

Email: komariah81@gmail.com

---

### INFO ARTIKEL

Diterima  
03 Juli 2020  
Diterima dalam bentuk revisi  
Diterima dalam bentuk revisi

---

Kata kunci: Konseling;  
pendekatan behavior dan  
teknis *self management*

### ABSTRAK

Fenomena membolos terjadi di SMA Negeri Astanajapura. Menurut data yang diperoleh peneliti bahwa di sekolah tersebut fenomena membolos banyak terjadi pada kelas XII.IIS.4. Dari data diketahui yakni pada tahun ajaran 2019/2020 terdapat 4 siswa yang membolos dalam setiap harinya. Apabila dihitung secara kasar maka per-mingguanya jumlah siswa yang membolos ialah 24 siswa. Sementara setiap bulannya jumlah siswa yang membolos ialah 144 siswa. Berdasarkan data peneliti diketahui bahwa siswa tersebut merupakan siswa yang mempunyai persentase membolos paling tinggi dibanding siswa yang lain. Fenomena yang ada pada siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura menunjukkan terdapat beberapa siswa yang melakukan perilaku membolos yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management* dapat mengatasi perilaku membolos pada siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura. Jenis penelitian adalah PTK *kualitatif eksperimen* dengan desain penelitian *one group pre test-post test design*. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura yang memiliki tingkat perilaku membolos yang tinggi. Pemilihan subjek dilakukan melalui rekomendasi dari guru pembimbing dan terjaring 4 siswa, diantaranya adalah AS, MR, RM, dan SR. Hasil *pre test* menyatakan terdapat 4 siswa yang mempunyai perilaku membolos dengan kategori tinggi. Setelah dilaksanakan konseling menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*, 4 siswa tersebut menunjukkan hasil *pos test* yang menurun yakni perilaku membolos berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil *pre test* serta *post test* yang ada menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura yang

---

---

mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*.

---

## Pendahuluan

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia, secara geografis terletak di garis khatulistiwa dan diapit oleh dua benua, yaitu Asia dan Australia serta dua samudera, yaitu Pasifik dan Hindia (Ulaan, Lusiana, & Wahyudi, 2020). Pendidikan di Indonesia terbagi ke dalam tiga jalur utama, yaitu salah satunya formal (Sekolah), Pendidikan yang didapatkan dari sekolah tidak hanya tentang materi pelajaran, disekolah para siswa di ajarkan tentang bagaimana mereka bertindak, bertingkah laku adanya sikap saling menghormati, menghargai, dan menyayangi (Wahid & Purnomo, 2020). Dengan itu pendidikan mempunyai peranan yang begitu penting dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia. Menurut undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, menyatakan bahwa pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan, membentuk watak, dan peradaban bangsa yang bermartabat guna mencerdaskan kehidupan bangsa. Selain itu, pendidikan bertujuan guna pengembangan potensi peserta didik supaya menjadi manusia yang beriman, bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, menjadi warga negara yang demokratis, serta bertanggungjawab.

Pelaksanaan Pendidikan formal yang terjadi sejak zaman dulu penjajahan Belanda di Indonesia banyak mengadopsi pendidikan dari Barat (Rifa'i, 2017). Yakni sekolah adalah bagian dari pendidikan. Di sekolah inilah kegiatan belajar mengajar berlangsung, ilmu pengetahuan diajarkan dan dikembangkan kepada anak didik. Kegiatan belajar mengajar di sekolah adalah kegiatan inti dalam pendidikan di sekolah. Segala sesuatu yang sudah diprogramkan akan dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar ini juga proses transfer serta transformasi ilmu pengetahuan bisa diberikan terhadap peserta didik.

Usia remaja merupakan usia beresiko (Rohaeni, 2017). Persoalan pendidikan diakui oleh banyak Negara merupakan persoalan yang pelik. Bangsa yang ingin maju, membangun dan berusaha memperbaiki keadaan masyarakatnya tentu menyatakan bahwa pendidikan yang baik merupakan kunci keberhasilan dari bangsanya (Muhibudin, 2017). Menurut Djamarah dan Aswan (Putri Lestari dan Adeng Hudaya, 2018:47) “belajar pada hakikatnya adalah perubahan yang terjadi di dalam diri seseorang setelah berakhirnya melakukan aktivitas belajar” (Lestari & Hudaya, 2018) Kegiatan belajar merupakan proses siswa untuk mencapai berbagai macam keterampilan dan sikap dalam membentuk pribadi yang baik, berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan banyak dipengaruhi oleh bagaimana sistem belajar yang diikuti oleh para siswa yang bersangkutan.

Melihat pandangan di atas tentunya dapat diketahui bahwa kehadiran komponen inti dalam proses kegiatan belajar mengajar sangatlah penting. Namun, melihat

fenomena dilapangan saat ini menunjukkan hal berbeda. Saat ini banyak ditemukan satu kali salah satu komponen inti dari kegiatan belajar mengajar tidak hadir dalam kegiatan belajar mengajar. Satu diantara contoh bentuk persoalan tersebut ialah perilaku membolos siswa. Pada saat jam pelajaran banyak sekali ditemukan siswa yang tidak hadir mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah. Sering kali pada saat jam pelajaran mereka terlihat bermain di tempat sekitar sekolah misalnya kantin, serta ditempat diluar sekolah diantaranya rental play station maupun tempat perbelanjaan.

Membolos merupakan satu diantara wujud nyata dari kenakalan siswa, yang apabila tidak segera terselesaikan atau teratasi bisa menimbulkan dampak yang lebih parah. Di Amerika Serikat membolos merupakan masalah yang kian meresahkan, karena menurut beberapa penelitian perilaku membolos sangat diyakini sebagai prediktor munculnya perilaku delinkuen terhadap remaja (studi mencatat 75-85% pelaku kenakalan remaja ialah yang gemar membolos atau sangat sering absen dari sekolah). Di Amerika Serikat, siswa yang membolos dikenal sebagai *person in need of supervision* (PINS) atau orang yang membutuhkan pengawasan.

Perilaku membolos bisa mempengaruhi akademik disekolah (Sariyasni & Budiyo, 2019). Sementara itu pada siswa yang gemar membolos dapat terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan, dimulai dari pencandu narkoba, penyuka *freesex* serta menyukai tindakan kekerasan atau dengan istilah lain ialah tawuran.

Fenomena membolos ini juga terjadi di SMA Negeri Astanajapura. Menurut data yang diperoleh peneliti bahwa di sekolah tersebut fenomena membolos banyak terjadi pada kelas XII.IIS.4. Dari data diketahui yakni pada tahun ajaran 2019/2020 jumlah siswa yang membolos setiap harinya mencapai 4 siswa. Jika dihitung secara kasar maka setiap minggunya jumlah siswa yang membolos ialah 24 siswa. Sedang setiap bulannya jumlah siswa yang membolos adalah 144 siswa. Berdasarkan data peneliti diketahui bahwa siswa tersebut merupakan siswa yang mempunyai persentase membolos paling tinggi dibanding siswa yang lain.

Perilaku membolos yang dilakukan keempat siswa tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. Menurut peneliti yang juga merupakan guru BK sekolah mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas, keempat siswa tersebut pada dasarnya mempunyai prestasi belajar yang kurang baik. Dalam hal ini keempat siswa tersebut mempunyai prestasi belajar yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi keempat siswa tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan harian yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi belajar keempat siswa tersebut menurut beberapa guru mata pelajaran terjadi karena siswa-siswa tersebut tidak menguasai materi pelajaran yang disampaikan dan juga tidak memiliki catatan lengkap terkait mata pelajaran yang dipelajarinya. Selain itu sering kali karena membolos keempat siswa tersebut juga tidak mengumpulkan tugas dan tidak mengikuti ulangan harian.

Melihat banyaknya dampak negatif yang muncul dari perilaku membolos tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Perilaku tersebut juga tergolong perilaku yang tidak adaptif sehingga harus ditangani secara serius. Dalam seting sekolah, Konseling

individu dari guru pembimbing merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting dalam menanggulangi masalah perilaku membolos. Konseling Individu menurut Prayitno (Sukoco dan Arif Budiman, 2019:7) adalah cara konselor atau guru dalam memberikan pertolongan melalui wawancara kepada peserta didik yang nantinya diharapkan dapat mengatasi masalah yang ada dalam diri peserta didik (Kw, 2019).

Konseling individu memiliki beberapa macam pendekatan yang sesuai dan dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi oleh klien. Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi masalah tersebut adalah konseling Behavior. Karakteristik konseling behaviorial adalah : (a) berfokus pada tingkah laku yang tampak dan spesifik, (b) memerlukan kecermatan dalam perumusan tujuan konseling, (c) mengembangkan prosedur perlakuan spesifik sesuai dengan masalah klien, dan (d) penilaian yang obyektif terhadap tujuan konseling (Erdiyati, 2018).

Teknik konseling yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos dalam konseling behavior ini adalah teknik *self management*. Self management merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. Self management adalah suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Dalam penerapan teknik self management tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli, Soekadji (Komalasari & Wahyuni, 2011).

Penerapan teknik *self management* dengan mengkombinasikan teknik biasanya lebih berguna dari pada menggunakan satu teknik saja. Menurut Cornier (Prida Harkina, 2019:44) ada tiga teknik yang fisibel untuk diterapkan dalam melakukan strategi pengelolaan diri, yaitu: pantau diri (*self-monitoring*), kendali stimulus (*stimulus control*), dan ganjar diri (*self-reward*) (Harkina, Koesma, & Wungu, 2019). Dalam upaya mengurangi perilaku membolos kali ini akan digunakan kombinasi teknik yaitu menggunakan teknik pemantauan diri dan kendali stimulus dengan tujuan agar lebih efektif.

Pemantauan diri (*self-monitoring*) merupakan proses dimana siswa yang membolos diminta mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Proses pemantauan diri digunakan siswa untuk mengumpulkan *base line* data mengenai perilaku membolos dalam suatu proses *treatment*. Pemantauan diri juga dapat menghasilkan perubahan, ketika siswa mengumpulkan data tentang dirinya, data tersebut dapat mempengaruhi perilakunya lebih lanjut.

Setyowati dalam (Anitiara, 2016:13), menjelaskan bahwa membolos adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh siswa dalam bentuk pelanggaran tata tertib sekolah atau meninggalkan sekolah pada jam pelajaran tertentu, meninggalkan pelajaran dari awal sampai akhir guna menghindari pelajaran efektif tanpa ada keterangan yang dapat diterima oleh pihak sekolah atau dengan keterangan palsu . Dalam hal ini untuk

mengurangi perilaku membolos maka proses pengondisian lingkungan yang buruk tersebut harus mengalami perubahan. Hal tersebut dapat dilakukan melalui kendali stimulus. kendali stimulus (*stimulus control*) merupakan penataan kembali atau memodifikasi lingkungan sebagai isyarat kasus atau antiseden atas respon tertentu. Untuk mengurangi perilaku membolos isyarat khusus yang merupakan antiseden bagi perilaku membolos harus dikurangi frekuensinya, ditata kembali, atau diubah waktu dan tempat kejadiannya.

### **Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas kualitatif eksperimen. Metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan konseling individu melalui pendekatan behavior dengan teknik *self management* dalam mengatasi perilaku membolos siswa.

Dalam penelitian ini yang digunakan adalah *Pre Eksperiment Design*. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre test* dan *post test group*. Dalam desain penelitian ini didalamnya melakukan 2 kali observasi (pengukuran) yaitu sebelum treatment dan sesudah treatment. Observasi (pengukuran) sebelum treatment  $O_1$  disebut *pre test* dan observasi (pengukuran) sesudah treatment  $O_2$  disebut *post test*. Perbedaan antara  $O_1$  dan  $O_2$  ( $O_1-O_2$ ) diasumsikan sebagai efek dari *treatment*. Peneliti memberikan perlakuan berupa konseling individual dengan pendekatan behavioral dengan teknik *self management* pada siswa yang memiliki frekuensi perilaku membolos terbanyak kemudian peneliti ingin mengetahui pengaruh atau perubahan yang terjadi dari perlakuan yang diberikan.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuesioner. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *inventori* perilaku membolos. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif presentase. Rumus yang digunakan adalah menggunakan rumus (Riduwan, 2011).

$$P = F/N \times 100\%$$

Keterangan:

% : Nilai presentase atau hasil

F : Jumlah skor yang diperoleh N : Jumlah skor total

### **Hasil dan Pembahasan**

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya mengatasi perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan teknik *self management* pada siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura. Berdasarkan tujuan penelitian tersebut maka untuk mempermudah dan memperjelas penjabarannya, dalam penelitian ini akan dipaparkan hasil penelitian meliputi (a) gambaran masalah perilaku membolos sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*, (b)

gambaran masalah perilaku membolos setelah memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*, (c) Perbandingan masalah perilaku membolos antara sebelum dan sesudah memperoleh konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*, (d) Perkembangan masalah perilaku membolos setelah konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*.

### 1. Gambaran Perilaku Membolos Sebelum Memperoleh Layanan Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management*.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu mengetahui deskripsi perilaku membolos sebelum memperoleh konseling individual pendekatan behavior teknik *self management*, maka akan diuraikan terlebih dahulu hasil *pre test* perilaku membolos subjek penelitian sebelum diberikan treatment pada tabel 1.

Tabel 1

Hasil *Pre Test* Tingkat Perilaku Membolos Siswa Sebelum Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management*

No	Siswa Asuh	Persentase (%)	Kriteria
1	SA1	79%	Tinggi
2	SA2	86%	Sangat tinggi
3	SA3	71%	Tinggi
4	SA4	81%	Tinggi
	Rata-rata	79%	Tinggi

Berdasarkan perhitungan table 1 dapat disimpulkan bahwa persentase perilaku membolos sebelum mendapatkan treatment rata-rata adalah 79%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Tingginya presentase rata-rata hasil *pre test* sebelum mengikuti kegiatan konseling Behavior dengan teknik *self management* dapat dimaknai bahwa faktor yang menyebabkan timbulnya perilaku membolos juga tinggi. Perilaku membolos merupakan perilaku tidak masuk sekolah, meninggalkan sekolah dan meninggalkan pelajaran sebelum usai yang disebabkan karena faktor pribadi, sekolah dan keluarga. Dengan tingginya presentase yang dimiliki oleh setiap Siswa Asuh pada hasil *pre test*, hal tersebut menunjukkan bahwa faktor pribadi, sekolah dan keluarga yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos siswa juga sangat tinggi.

Selain melakukan analisis terhadap keseluruhan tingkat perilaku membolos Siswa Asuh, peneliti juga melakukan analisis terhadap tiap aspek penyebab perilaku membolos. Berikut hasil *pre test* tiap aspek penyebab perilaku membolos sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*.

**Tabel 2**  
**Hasil *Pre Test* Tiap Aspek Perilaku Membolos Siswa Sebelum Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management***

Responden	Aspek					
	Pribadi		Sekolah		Keluarga	
	%	kategori	%	kategori	%	kategori
SA1	79%	Tinggi	90%	Sangat Tinggi	71%	Tinggi
SA2	92%	Sangat Tinggi	88%	Sangat Tinggi	81%	Tinggi
SA3	73%	Tinggi	73%	Tinggi	67%	Sedang
SA4	85%	Sangat Tinggi	75%	Tinggi	81%	Tinggi
Rata-rata	82%	Tinggi	82%	Tinggi	75%	Tinggi

Berdasarkan hasil table diatas dapat diketahui bahwa tiap aspek penyebab perilaku membolos memiliki presentase yang berbeda-beda. Namun ketiga aspek penyebab perilaku membolos tersebut masuk dalam katergori tinggi. Aspek pribadi memperoleh presentase paling tinggi yaitu sebesar 82% yang masuk dalam kategori tinggi. Persentase tersebut dapat dimakanai bahwa sebagian besar perilaku membolos yang dilakukan oleh Siswa Asuh dilatar belakangi karena masalah pribadi. Masalah pribadi tersebut seperti merasa gagal dalam belajar, kurang minat terhadap pelajaran, tidak mengerjakan PR dan tidak membayar kewajiban sekolah (SPP).

Pada aspek sekolah memperoleh presentase sebesar 82% yang juga masuk dalam kategori tinggi. Persentase tersebut dapat dimakanai bahwa perilaku membolos yang dilakukan oleh Siswa Asuh dilatar belakangi karena masalah sekolah seperti tidak senang dengan sikap guru, merasa kurang mendapat perhatian dari guru, dan terpengaruh oleh teman.

Sedang pada aspek keluarga memperoleh presentase paling rendah yaitu 75% yang masuk dalam kategori tinggi. Persentase tersebut dapat dimaknai bahwa perilaku membolos yang dilakukan oleh Siswa Asuh dilatar belakangi karena masalah keluarga. Masalah keluarga yang menjadi penyebab perilaku membolos antara lain adalah kurang mendapat perhatian dari orang tua, orang tua yang terlalu memanjakan anak, orang tua bersikap keras terhadap anak, dan ekonomi keluarga yang rendah.

## **2. Gambaran Perilaku Membolos Setelah Memperoleh Layanan Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management*.**

Setelah dilaksanakan layanan konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self management* kepada subjek penelitian, selanjutnya dilakukan *post test* untuk mengetahui tingkat perilaku membolos siswa. Hasil *post test* selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3

**Hasil *Post Test* Perilaku Membolos Siswa Setelah Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management**

No	Siswa Asuh	Persentase (%)	Krite ria
1	SA1	47%	Rendah
2	SA2	46%	Rendah
3	SA3	39%	Rendah
4	SA4	45%	Rendah
	Rata-rata	44%	Rendah

Berdasarkan perhitungan hasil *post test* pada tabel 3 maka dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos pada 4 Siswa Asuh siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura setelah mendapatkan treatment konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management* diperoleh persentase rata-rata 44% yang termasuk dalam kategori rendah. Rendahnya persentase rata-rata hasil *pre test* tersebut dapat dimaknai bahwa terjadi penurunan pada faktor penyebab timbulnya perilaku membolos yang dilakukan oleh Siswa Asuh. Dari hasil table dan grafik juga diketahui bahwa keempat Siswa Asuh rata-rata mengalami penurunan persentase yang masuk dalam kategori rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada setiap

Siswa Asuh telah terjadi penurunan terhadap permasalahan faktor penyebab timbulnya perilaku membolos.

Berdasarkan hasil *post test* diketahui bahwa selain terjadi penurunan pada keseluruhan tingkat perilaku membolos juga terdapat penurunan pada tiap aspek penyebab perilaku membolos. Berikut hasil *pot test* tiap aspek penyebab perilaku membolos setelah memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*.

Tabel 4

**Hasil *Post Test* Tiap Aspek Perilaku Membolos Siswa Setelah Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management**

Responden	Sub variable					
	Pribadi		Sekolah		Keluarga	
	%	Kategori	%	Kategori	%	kategori
SA1	50%	Rendah	40%	Rendah	50%	Rendah
SA2	50%	Rendah	48%	Rendah	40%	Rendah
SA3	44%	Rendah	38%	Rendah	37%	Rendah
SA4	52%	Rendah	43%	Rendah	40%	Rendah
Rata-rata	49%	Rendah	42%	Rendah	42%	Rendah

Berdasarkan hasil table diatas dapat diketahui bahwa tiap aspek perilaku membolos mengalami penurunan dan rata-rata masuk dalam katategori rendah. pada aspek pribadi rata-rata Siswa Asuh memperoleh presentase sebesar 49% yang masuk dalam kategori rendah. Persentase tesebut dapat dimaknai bahwa telah terjadi



penurunan pada permasalahan aspek pribadi yang menjadi penyebab timbulnya perilaku membolos seperti merasa gagal dalam belajar, kurang minat terhadap pelajaran, tidak mengerjakan PR dan tidak membayar kewajiban sekolah (SPP).

Pada aspek sekolah rata-rata memperoleh presentase sebesar 42% yang juga masuk dalam kategori rendah. Persentase tersebut menunjukkan bahwa telah terjadi penurunan pada permasalahan aspek sekolah yang menjadi penyebab timbulnya perilaku membolos seperti tidak senang dengan sikap guru, merasa kurang mendapat perhatian dari guru, dan terpengaruh oleh teman.

Sedang pada aspek keluarga rata-rata Siswa Asuh memperoleh presentase sebesar 42% yang masuk dalam kategori rendah. Persentase tersebut juga menunjukkan bahwa telah terjadi penurunan pada aspek keluarga yang menjadi penyebab timbulnya perilaku membolos seperti kurang mendapat perhatian dari orang tua, orang tua yang terlalu memanjakan anak, orang tua bersikap keras terhadap anak, dan ekonomi keluarga yang rendah.

### 3. Perubahan Perilaku Membolos Siswa antara Sebelum dan Sesudah Mempe roleh Konseling Individual Pendekatan Behavior Teknik Self Management

Sesuai dengan rumusan masalah dalam penelitian ini, akan dipaparkan perubahan perilaku membolos anatara sebelum dan setelah dilakukan layanan konseling individual pendekatan Behavioral dengan teknik *self management*. Berikut perbedaan antara hasil *pre test* dan *post test* perilaku membolos siswa.

Tabel 5

**Perbedaan Perilaku Membolos Sebelum Dan Setelah Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Teknik *Self Management*.**

No	Siswa Asuh	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>		Penurunan (%)
		%	Kriteria	%	Kriteria	
1.	SA1	79%	Tinggi	47%	Rendah	32%
2.	SA2	86%	Sangat tinggi	46%	Rendah	40%
3.	SA3	71%	Tinggi	39%	Rendah	32%
4.	SA4	81%	Tinggi	45%	Rendah	36%
	Rata – Rata	79%	Tinggi	44%	Rendah	35%

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa keseluruhan Siswa Asuh penelitian mengalami penurunan nilai yang cukup signifikan. Hal ini terlihat dari perbandingan antara hasil *pre test* dan *post test* responden. Persentase rata-rata perilaku membolos Siswa Asuh sebelum mendapatkan treatment dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management* adalah 79% dan termasuk dalam kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa aspek penyebab timbulnya perilaku membolos juga masih tinggi. Sedangkan persentase rata-rata perilaku membolos setelah mendapatkan treatment dengan dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management* berubah menjadi 44% dan termasuk dalam

kategori rendah. Hal tersebut berarti bahwa aspek penyebab timbulnya perilaku membolos menjadi rendah. Dengan demikian dapat diketahui bahwa telah terjadi penurunan aspek penyebab timbulnya perilaku membolos antara sebelum mendapatkan treatment dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management* dan setelah mendapatkan treatment dengan dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management*. Secara keseluruhan penurunan rata-rata perilaku membolos antara sebelum dan setelah mendapatkan treatment adalah sebesar 35%.

Masing-masing Siswa Asuh mengalami penurunan persentase perilaku membolos yang berbeda-beda. SA1 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 32% setelah mendapatkan treatment. SA2 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 40% setelah mendapatkan treatment. SA3 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 32% setelah mendapatkan treatment. SA4 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 36% setelah mendapatkan treatment.

Selain terdapat perbedaan hasil *pre test* dan *post test* secara keseluruhan, terdapat juga perbedaan hasil *pre test* dan *post test* setiap aspek perilaku membolos. Berikut ini merupakan perbedaan hasil *pre test* dan *post test* dari setiap aspek perilaku membolos dari ke 4 Siswa Asuh:

**Tabel 6**  
**Perbandingan Antara *PreTest* dan *Post test***  
**setiap aspek perilaku membolos**

No	Aspek	Pre Test		Post Test		Penurunan (%)
		%	Kriteria	%	Kriteria	
1	Pribadi	82%	Tinggi	49%	Rendah	33%
2	Sekolah	82%	Tinggi	42%	Rendah	40%
3	Keluarga	75%	Tinggi	42%	Rendah	33%

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa seluruh aspek mengalami penurunan. Pada aspek pribadi, hasil *pre test* menunjukkan nilai sebesar 82% dengan kriteria tinggi, hasil *post test* turun menjadi 49% dengan kriteria rendah. Perubahan persentase tersebut dapat dimaknai bahwa telah terjadi penurunan permasalahan pada aspek pribadi yang menjadi faktor penyebab munculnya perilaku membolos setelah mendapatkan treatment dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management*. Pada aspek pribadi ini mengalami penurunan sebesar 33%.

Pada aspek sekolah, hasil *pre test* menunjukkan nilai sebesar 82% dengan kriteria tinggi, hasil *post test* turun menjadi 42% dengan kriteria rendah. Perubahan persentase tersebut menunjukkan bahwa telah terjadi penurunan permasalahan pada aspek sekolah yang menjadi faktor penyebab munculnya perilaku membolos setelah

mendapatkan treatment dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management*. Aspek sekolah ini mengalami penurunan sebesar 40%.

Sedang pada aspek keluarga, hasil *pre test* menunjukkan nilai sebesar 75% dengan kriteria tinggi, hasil *post test* turun menjadi 42% dengan kriteria rendah. Perubahan persentase tersebut juga menunjukkan bahwa telah terjadi penurunan permasalahan pada aspek keluarga yang menjadi faktor penyebab munculnya perilaku membolos setelah mendapatkan treatment dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management*. Pada aspek keluarga ini mengalami penurunan sebesar 33%.

Sebelum mendapatkan konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan teknik *self management* rata-rata perilaku membolos siswa adalah tinggi. Hasil *pre test* menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura sebelum mendapatkan konseling rata-rata adalah 79%. Hasil analisis deskriptif persentase tersebut menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura sebelum mendapatkan konseling rata-rata termasuk dalam kategori tinggi. Dalam hal ini terdapat 3 siswa yang termasuk dalam kategori tinggi dan 1 siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi.

Perilaku membolos yang dilakukan keempat siswa tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. Menurut guru BK sekolah yang mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas, keempat siswa tersebut pada dasarnya mempunyai prestasi belajar yang kurang baik. Dalam hal ini keempat siswa tersebut mempunyai prestasi belajar yang rendah. Rendahnya prestasi siswa tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan harian yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi belajar keempat siswa tersebut menurut beberapa guru mata pelajaran terjadi karena siswa-siswa tersebut tidak menguasai materi pelajaran yang disampaikan dan juga tidak memiliki catatan lengkap terkait mata pelajaran yang dipelajarinya. Selain itu sering kali karena membolos keempat siswa tersebut juga tidak mengumpulkan tugas dan tidak mengikuti ulangan harian.

Perilaku membolos yang dilakukan siswa kelas XII.IIS.4 SMA Negeri 1 Astanajapura pada dasarnya muncul melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma social, faktor utama penyebab membolos yaitu faktor sekolah, personal, teman, orangtua dan lingkungan sekolah (Minarni & Lestari, 2017). Dalam hal ini proses belajar yang salah dan kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Perilaku membolos dapat disebabkan oleh siswa secara pribadi, keluarga siswa, dan sekolah. Lebih sering kombinasi ketiga faktor tersebut yang biasanya menjadi penyebab perilaku membolos. Dalam hal ini proses belajar yang salah dan i lingkungan di sekolah ataupun dalam keluarga, dan kesalahpahaman dalam menanggapi masalah di sekolah ataupun dalam keluarga menjadi penyebab perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif sebelum dilakukan konseling pada keempat siswa XII.IIS 4 SMA Negeri 1 Astanajapura menunjukkan

bahwa ketiga faktor tersebut masuk dalam kategori tinggi. Faktor pribadi memiliki presentase sebesar 82%, faktor sekolah memiliki persentase sebesar 82%, dan faktor keluarga memiliki presentase sebesar 75%.

Dalam mengatasi perilaku membolos pihak sekolah selama ini hanya memberikan hukuman tanpa memahami latar belakang permasalahan siswa. Aspek pribadi, sekolah dan keluarga tidak yang melatarbelakangi perilaku membolos tidak pernah mendapat perhatian dari pihak sekolah. Hal tersebut akhirnya membuat siswa tidak betah berada disekolah ataupun masuk sekolah dan memutuskan untuk membolos. Untuk mengatasi masalah tersebut peneliti memberikan *treatment* berupa konseling perorangan. Menurut Priyanto (Muhammad Husni, 2017:65-66) Tujuan umum konseling individual adalah terselesaikannya permasalahan yang dihadapi klien (Husni, 2017). Apabila masalah konseling ini dicirikan antara lain: sesuatu yang tidak disukai keberadaannya, sesuatu yang ingin dihilangkan, sesuatu yang dapat menghambat dan menimbulkan kerugian, maka upaya penyelesaian masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud. Dengan konseling individual beban klien diringankan, kemampuan klien ditingkatkan, dan potensi klien dikembangkan Dalam hal ini selama kegiatan konseling individu berlangsung akan diarahkan pada tujuan-tujuan tersebut. Selain membantu mengentaskan masalah perilaku membolos Siswa Asuh, peneliti juga membantu Siswa Asuh dalam mengembangkan kemampuan atau potensinya.

Pendekatan yang digunakan pada konseling individual dalam penelitian ini adalah pendekatan Behavior dengan teknik *self management*. Menurut pandangan behavioristik, setiap orang dipandang memiliki kecenderungan positif dan negatif yang sama. lingkungan masyarakat/teman sebaya juga turut memberikan peranannya terhadap pembentukan karakter sikap peduli lingkungan peserta didik, bahkan memberikan peran tertinggi dalam pembentukan karakter sikap peduli lingkungan peserta didik, karena menurut hasil penelitian pada masa-masa remaja, peserta didik lebih banyak mendapatkan atau menghabiskan waktu dengan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya/kelompok bermain, seperti contoh kebanyakan peserta didik selepas pulang sekolah mereka terbiasa untuk tidak langsung pulang kerumah masing-masing, melainkan sering nya berkumpul bersama terlebih dahulu, sehingga dalam pembentukan karakter sikap peduli lingkungan peserta didik ini terbentuk dalam suatu kelompok sosial, baik di luar jam sekolah maupun di dalam jam sekolah (Tamara, 2016). Dalam hal ini tingkah laku bermasalah muncul karena proses belajar yang salah pada individu. Proses belajar yang salah tersebut terjadi karena individu bermasalah mempunyai kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya. Selain dari proses belajar yang salah tingkah laku maladaptif juga dapat terjadi karena kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat. Perilaku membolos merupakan perilaku yang muncul sebagai akibat dari proses belajar sehingga dalam mengatasi perilaku tersebut dapat dilakukan dengan menggunakan teknik konseling yang terkait dengan konsep behavioral. Melalui

konseling behavior tingkah laku maladaptif yaitu kebiasaan membolos akan dihilangkan dengan cara memperkuat tingkah laku baru yang lebih adaptif yaitu rajin masuk sekolah. Dalam penelitian ini peneliti melakukan serangkaian tahap konseling behavior yang disertai dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos siswa.

Dalam implementasi Teknik *self management* peneliti menekankan pada penggunaan teknik kombinasi. Kombinasi dari strategi mengelola diri biasanya lebih berguna dari pada penggunaan sebuah strategi tunggal. Dalam menggunakan strategi *self management* untuk mengatasi perilaku membolos peneliti berusaha mengarahkan perilaku Siswa Asuh dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. Dalam hal ini aspek-aspek yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos mendapatkan modifikasi yang lebih sesuai agar dapat mendukung Siswa Asuh dalam mengatasi perilaku membolosnya. Setelah melakukan modifikasi terhadap lingkungan selanjutnya adalah mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi dari setiap tujuan yang tercapai dan tujuan yang tidak tercapai. Hal ini dilakukan agar Siswa Asuh dapat memelihara perilaku yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan meninggalkan perilaku yang tidak sesuai. Dengan demikian melalui strategi ini disamping Siswa Asuh dapat mencapai perubahan yang diinginkannya juga dapat mengembangkan kemampuan dalam mengelola dirinya.

Setelah siswa mendapatkan treatment berupa konseling individual pendekatan behavior dengan teknik self management, diketahui bahwa terjadi penurunan perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif pada *post test* menunjukkan bahwa keempat Siswa Asuh rata-rata masuk dalam kategori tinggi dalam perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling. Setelah mendapatkan konseling rata-rata tersebut berubah menjadi kategori rendah. Persentase perilaku membolos keempat siswa sebelum mendapatkan konseling rata rata adalah 79%, kemudian turun menjadi 44%. Apabila dibandingkan antara nilai prosentase pada keadaan awal dengan prosentase keadaan akhir setelah mendapatkan konseling maka terjadi penurunan sebesar 35%.

Penurunan juga terjadi pada aspek yang mempengaruhi perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif pada aspek pribadi, sekolah dan keluarga menunjukkan bahwa keempat Siswa Asuh rata-rata masuk dalam kategori tinggi sebelum mendapatkan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*. Namun setelah mendapatkan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management* keempat Siswa Asuh rata-rata masuk dalam kategori rendah. Pada aspek pribadi persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 82%. Namun setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik *self management* turun menjadi 49%. Pada aspek sekolah rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 82%. Setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan Behavior teknik *self management* turun menjadi 42%. Sedang pada aspek keluarga persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan

konseling adalah 75%. Setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik *self management* turun menjadi 42%.

Pengentasan perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self management* dilakukan melalui beberapa tahap konseling dengan empat kali pertemuan. Ada empat tahap dalam layanan konseling individual yang dilakukan peneliti. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Rosjidan dalam Komalasari dkk (2011:157) yang menjelaskan bahwa konseling behavioral memiliki empat tahap yaitu: melakukan assesment (*assesment*), menentukan tujuan (*goal setting*), implementasi teknik (*technique implementation*), dan evaluasi-terminasi (*evaluation and termination*) (Komalasari & Wahyuni, 2011).

Tahap pertama pelaksanaan *treatment* layanan konseling individual pendekatan behavioral dengan teknik *self management* adalah melakukan assesment. Pada tahap pertama ini peneliti menciptakan *rapport*, eksplorasi diri Siswa Asuh, identifikasi masalah Siswa Asuh, dan menetapkan inti masalah Siswa Asuh. Pada tahap pertama ini rata-rata Siswa Asuh terkejut mendapat panggilan untuk melakukan konseling. Saat melakukan eksplorasi masalah dan identifikasi masalah pada pertemuan pertama kebanyakan Siswa Asuh masih merasa canggung untuk menceritakan masalah latar belakang perilaku membolosnya. Namun dengan berbagai usaha peneliti akhirnya bisa mengajak Siswa Asuh untuk terbuka menceritakan permasalahannya. Pada pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan kedua saat menetapkan inti masalah, Siswa Asuh sudah mulai cukup terbuka dengan peneliti. Pada tahap ini Siswa Asuh bersama peneliti berhasil menetapkan inti masalah penyebab perilaku membolos.

Tahap kedua adalah *goal setting* yaitu menentukan tujuan dari proses konseling. Pada pertemuan kedua ini Siswa Asuh bersama dengan peneliti menentukan tujuan utama konseling dan sub tujuan konseling. Dari tahap kedua ini disepakati bahwa tujuan utama dari kegiatan konseling adalah untuk mengatasi perilaku membolos. Sedang sub tujuan dari kegiatan konseling adalah mengatasi faktor penyebab perilaku membolos Siswa Asuh. Pada tahap ini Peneliti juga mempertegas peran dan tugasnya dalam kegiatan konseling. Peneliti hanya bertugas membantu Siswa Asuh untuk menangani perilakunya. Peneliti juga menjelaskan bahwa tujuan konseling tidak akan tercapai jika Siswa Asuh tidak berusaha sendiri. Jadi peran Siswa Asuh sangat mempengaruhi tercapai atau tidaknya tujuan yang telah disepakati.

Tahap ketiga adalah penerapan teknik konseling yaitu pemberian *treatment*. Teknik yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos adalah teknik *self management*. Pada tahap ini peneliti memberikan lembar *self management* kepada Siswa Asuh. Lembar ini berisikan apa saja yang harus dilakukan oleh Siswa Asuh untuk mengatasi perilaku membolosnya. Pada saat menerima lembar *self management* Siswa Asuh merasa bingung dengan berbagai pernyataan yang ada dalam lembar tersebut. Selanjutnya peneliti menjelaskan berbagai pernyataan yang ada dalam lembar tersebut kepada Siswa Asuh. Setelah Siswa Asuh cukup faham

kemudian peneliti mendampingi Siswa Asuh dalam mengisi lembar *self management* tersebut agar tidak terjadi kesalahan.

Tahap keempat adalah evaluasi dan terminasi. Pada tahap terakhir ini peneliti melakukan evaluasi dengan memberikan penilaian segera. Dari penilaian segera tersebut Siswa Asuh menyatakan bahwa Siswa Asuh menjadi faham terhadap masalah yang dihadapinya. Perasaan Siswa Asuh menjadi senang karena beban permasalahan yang menjadai faktor perilaku membolos selama ini dapat diungkapkan melalui kegiatan konseling. Siswa Asuh juga menyatakan bahwa akan berusaha melakukan rencana yang sudah dirancang dalam lembar *self management*. Selain menggunakan penilaian segera peneliti juga menggunakan post test untuk melihat penurunan perilaku membolos dan melihat efektifitas *treatment* yang diberikan. Setelah melihat hasil *post test* selanjutnya peneliti melakukan terminasi untuk mengakhiri kegiatan konseling.

### **Kesimpulan**

Perilaku membolos AS, MR, RM, dan SR sebelum mendapatkan *treatment* termasuk dalam kateori tinggi. Hasil *pre-test* menunjukkan persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mengikuti konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *Self Management* sebesar 79% yang termasuk dalam kategori tinggi. Perilaku membolos AS, MR, RM, dan SR setelah mendapatkan *treatment* mengalami penurunan dan masuk dalam kateori renda h. Hasil *post- test* menunjukkan persentase rata-rata perilaku membolos setelah mengikuti konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *Self Management* adalah sebesar 44 % yang termasuk dalam kategori rendah.

## BIBLIOGRAFI

- Erdiyati, E. (2018). Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behaviouristik untuk Siswa SMP. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 1(1).
- Harkina, P., Koesma, R., & Wungu, E. (2019). Pelatihan “Strategi Pengelolaan Diri” Untuk Meningkatkan Self Control Pada Remaja Dengan Adiksi Game Online Tingkat Sedang. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(1).
- Husni, M. (2017). Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme. *Al-Ibrah*, 2(2), 55–78.
- Komalasari, G., & Wahyuni, E. (2011). Teori dan teknik konseling. *Jakarta: Indeks*.
- Kw, S. (2019). Konseling Individu Melalui Cyber Counseling Terhadap Pembentukan Konsep Diri Peserta Didik. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 3(1), 6–10.
- Lestari, P., & Hudaya, A. (2018). Penerapan Model Quantum Teaching Sebagai Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ips Kelas Viii Smp Pgri 3 Jakarta. *Research and Development Journal of Education*, 5(1), 45–60.
- Minarni, M., & Lestari, S. (2017). *Identifikasi Faktor Penyebab Perilaku Membolos Pada Siswa SMK*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Muhibudin, A. (2017). Paradigma Pemanfaatan Teknologi Informasi (It) Dalam Proses Pembelajaran Pai Untuk Meningkatkan Mutu Pendidikan (Study Di Smp Negeri 2 Ciledug Kabupaten Cirebon). *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(2), 1–7.
- Riduwan. (2011). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan dan Penelitian Pemula*. Bandung: Bandung: Alfabeta.
- Rifa’i, A. B. (2017). Penggunaan Nash Dan Tuntutan Mashlahah. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(4), 1–19.
- Rohaeni, E. (2017). Pengaruh Program Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan reproduksi remaja (PIK-KRR) terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja pada siswa kelas VIII di SMPN 1 baleendah. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(7), 40–52.
- Sariyasni, S., & Budiyo, B. (2019). Studi Tentang Perilaku Membolos Pada Siswa Sma Swasta Di Kabupaten Banyuasin. *Prosiding Seminar Nasional Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang*, 12(01).
- Tamara, R. M. (2016). Peranan Lingkungan Sosial Terhadap Pembentukan Sikap Peduli Lingkungan Peserta Didik Di Sma Negeri Kabupaten Cianjur. *Jurnal Geografi Gea*, 16(1), 44–55.



Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknis *Self Management*

Ulaan, G. F., Lusiana, N. A., & Wahyudi, K. E. (2020). Implementasi Nilai Kesadaran Berbangsa Dan Bernegara Di Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur. *Syntax*, 2(6), 57.

Wahid, F. S., & Purnomo, A. (2020). Kajian Pendidikan Karakter Pada Sekolah Dasar Ramah Anak Di Kabupaten Brebes. *Syntax*, 2(4), 49.