

**MENGATASI PERILAKU MEMBOLOS MELALUI KONSELING INDIVIDUAL
MENGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIOR DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT
PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1
TEGALDLIMO**

Ach. Zayul Mustain¹, Harwanti Noviandari²

dosen Penjaskes Universitas PGRI Banyuwangi

dosen Bimbingan dan konseling Universitas PGRI Banyuwangi

Achzayul@unibabwi.ac.id

Harwantinoviandari@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received : 08-06-2019

Revised : 18-08-2019

Accepted : 28-11-2019

KEYWORDS

*Perilaku membolos;
konseling individual;
Pendekatan behavior;
teknik self management;*

ABSTRACT

Perilaku membolos merupakan perilaku tidak masuk sekolah, meninggalkan sekolah ataupun jam pelajaran sebelum usai yang dilakukan tanpa mendapatkan izin dari sekolah yang dapat disebabkan karena factor pribadi, keluarga, ataupun sekolah. Fenomena yang ada pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo 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 X SMA Negeri 1 Tegaldlimo. Jenis penelitian adalah pre eksperiment dengan desain penelitian one group pre test-post test design. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo yang memiliki tingkat perilaku membolos yang tinggi. Pemilihan subjek dilakukan melalui rekomendasi dari guru pembimbing dan terjaring 6 siswa, diantaranya adalah GP, NR, ES, JP, EF dan DG. Metode pengumpulan data menggunakan inventori. Analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase dan uji wilcoxon. Hasil pre test menunjukkan terdapat 6 siswa yang memiliki perilaku membolos dengan kategori tinggi. Setelah dilakukan konseling menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self management, 6 siswa tersebut menunjukkan hasil pos test yang menurun yaitu perilaku membolos berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil pre test dan post test yang ada menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo yang mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self management. Berdasar hasil penelitian, peneliti memberikan saran a) Untuk pihak sekolah, diharapkan tidak menggunakan tindakan kekerasan ataupun hukuman untuk mengatasi masalah perilaku membolos, b) bagi guru pembimbing, diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self management sebagai upaya dalam mengatasi perilaku membolos.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional). Hal ini juga dikemukakan oleh Driyarkara (dalam Mikarsa, 2004:2) yang menyatakan bahwa pendidikan adalah upaya memanusiakan manusia muda ketaraf insani harus diwujudkan dalam seluruh proses atau upaya pendidikan.

Sekolah merupakan bagian dari pendidikan. Segala sesuatu yang telah diprogramkan akan dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar ini juga proses transfer dan transformasi ilmu pengetahuan dapat diberikan kepada peserta didik. Kegiatan belajar mengajar merupakan terjadinya interaksi antara guru dengan siswa dalam rangka menyampaikan bahan pelajaran kepada siswa untuk mencapai tujuan pengajaran (Suryosubroto, 2009 : 30). Komponen inti dalam kegiatan belajar mengajar adalah guru dan peserta didik. Proses belajar mengajar dapat terlaksana apabila kedua komponen tersebut ada. Jika salah satu komponen tidak hadir maka proses belajar mengajar tersebut tidak akan terjadi. Sehingga proses transfer ilmu pengetahuan kepada peserta didik tidak dapat dilakukan.

Membolos merupakan salah satu bentuk dari kenakalan siswa, yang jika tidak segera diselesaikan atau diatasi dapat menimbulkan dampak yang lebih parah. Menurut Kartono (1991:78) secara akademis siswa yang ke sekolah tetapi sering membolos akan menanggung resiko kegagalan dalam belajar. Selain itu bagi siswa yang gemar membolos dapat terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan, mulai dari pencandu narkoba, pengagum freesex dan mengidolakan tindak kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran. Dari seluruh siswa yang membolos tersebut terdapat enam siswa yang mempunyai persentase membolos paling tinggi yaitu GP(X IPS 4), NR(X IPS 2), ES (X IPS 1), JP (X IPS 3), EF (X IPS 2) dan DG (X IPS 4).

Menurut guru pembimbing sekolah diketahui bahwa siswa tersebut merupakan siswa yang mempunyai persentase membolos paling tinggi dibanding siswa yang lain. Perilaku membolos yang dilakukan keenam siswa tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. Menurut guru BK sekolah yang mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas, keenam siswa tersebut pada dasarnya mempunyai prestasi belajar yang kurang baik. Dalam hal ini keenam siswa tersebut mempunyai prestasi belajar yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi keenam siswa tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan harian yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi belajar keenam 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 keenam 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. Konseling individu dari guru pembimbing merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting dalam menanggulangi masalah perilaku membolos.

Menurut Prayitno (2004:1) konseling individu merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi secara langsung antara klien dan konselor dalam rangka membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. 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. Menurut Kazdin dalam Corey (1995:411) Konseling behaviorial adalah pengetrapan dari penelitian dan teori dasar dari psikologi eksperimental untuk mempengaruhi perilaku dengan tujuan untuk mengatasi problema social dan individual dan meningkatkan berfungsinya sifat manusia. Secara garis besar tugas konselor dalam konseling behaviorial adalah mengenali serta mengeksplorasi segala kondisi mengenai individu dan membantu klien menjadi model pengambilan keputusan bagi dirinya sendiri untuk waktu yang akan datang (Munandir, 1996 : 238).

Teknik konseling yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos dalam konseling behavior ini adalah tehnik self management. Self management adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya individu mengarahkan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau terapeutik (Cormier & Cormier, 1985). Menurut Gunarsa (1996 : 225-226) teknik self management meliputi pemantauan diri (self-monitoring), reinforcement yang positif (self-reward), perjanjian dengan diri sendiri (self-contracting), dan penguasaan terhadap rangsangan (stimulus control). Terkait dengan kasus perilaku membolos, dalam teknik self management guru pembimbing berperan membantu siswa agar mereka dapat mengembangkan potensi dan memecahkan setiap masalahnya dengan mengimplementasikan seperangkat prinsip atau teknik tersebut.

Penerapan teknik self management dengan mengkombinasikan teknik biasanya lebih berguna dari pada menggunakan satu teknik saja. Menurut Sugiharto (2007: 23) 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). 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.

Membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian lingkungan yang buruk (Kartono, 2003: 21). Maka dari itu 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 anteseden bagi perilaku membolos harus dikurangi frekuensinya, ditata kembali, atau diubah waktu dan tempat kejadiannya.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas yang sangat menarik untuk diteliti, maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai “ Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Konseling Behavior Dengan Teknik Self-Management Pada Siswa X SMA Negeri 1 Tegaldlimo ”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan konseling individu melalui pendekatan behavior dengan teknik self management dalam mengatasi perilaku membolos siswa. Pada penelitian ini peneliti bermaksud untuk mengatasi perilaku membolos siswa menggunakan konseling indivisdu melalui pendekatan behavior dengan teknik self management kemudian peneliti bermaksud untuk mengetahui bagaimana akibat yang ditimbulkan.

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah pre test dan post test group.. Penelitian ini juga biasa disebut dengan istilah Quasi Eksperiment atau eksperimen pura-pura, disebut demikian karena eksperimen jenis ini belum memenuhi persyaratan seperti cara eksperimen yang dapat dikatakan ilmiah mengikuti peraturan-peraturan tertentu (Arikunto, 2006: 84). Desain penelitian ini didalamnya melakukan 2 kali observasi (pengukuran) yaitu sebelum treatmen dan sesudah treatmen. Observasi (pengukuran) sebelum treatmen O1 disebut pre test dan observasi (pengukuran) sesudah treatmen O2 disebut post test. Perbedaan antara O1 dan O2 (O1-O2) diasumsikan sebagai efek dari treatment. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo sejumlah 250 siswa.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa yang menunjukkan perilaku membolos. Siswa yang menjadi subjek penelitian berjumlah 6 orang. Siswa tersebut dipilih berdasarkan rekomendasi dari guru pembimbing dan didasarkan pada rekap absen masing-masing siswa diantaranya dengan inisiall GP, NR, ES, JP, EF dan DG.

Metode dan Alat Pengumpulan Data

Metode

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuesioner. Menurut Sugiyono (2009: 199) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada subyek penelitian untuk dijawab. Sedangkan alat pengumpulan data yang digunakan berupa instrument kuesioner penelitian yaitu inventori tentang perilaku membolos. Inventori adalah “sebuah daftar kemungkinan masalah yang disusun untuk menggali dan mengungkap pengutaraan masalah yang pernah atau sedang dialami oleh seseorang, yang menyangkut keadaan pribadi individu, seperti: sikap, minat, kondisi jasmaniah, hubungan sosial kejiwaan, kondisi rumah dan keluarga, dan lain- lain.”

Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Validitas Instrumen

Pengujian validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan teknik validitas konstruk. Peneliti juga menggunakan bantuan program komputer, yaitu program excel untuk menghitung uji validitas. Berdasarkan pada hasil uji coba yang dilaksanakan diperoleh bahwa terdapat lima item butir pernyataan yang tidak valid, oleh karena itu kelima item tersebut dihilangkan/diabaikan. Sedangkan item yang dinyatakan valid atau sah bergerak dari nilai terendah 0,411 sampai nilai tertinggi 0,862 ini menunjukkan bahwa nilai validitas alat ukur terpenuhi. Dengan demikian keseluruhan item yang digunakan berjumlah 35 karena dianggap sudah mewakili setiap indikator dan dinyatakan layak untuk digunakan dalam penelitian.

Reliabilitas Instrumen

Menurut Arikunto (2006:178), reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Jadi, instrumen yang reliabel adalah instrumen yang akan menghasilkan data yang sama untuk mengukur obyek yang sama sehingga data itu dapat dipercaya.

HASIL DAN DISKUSI

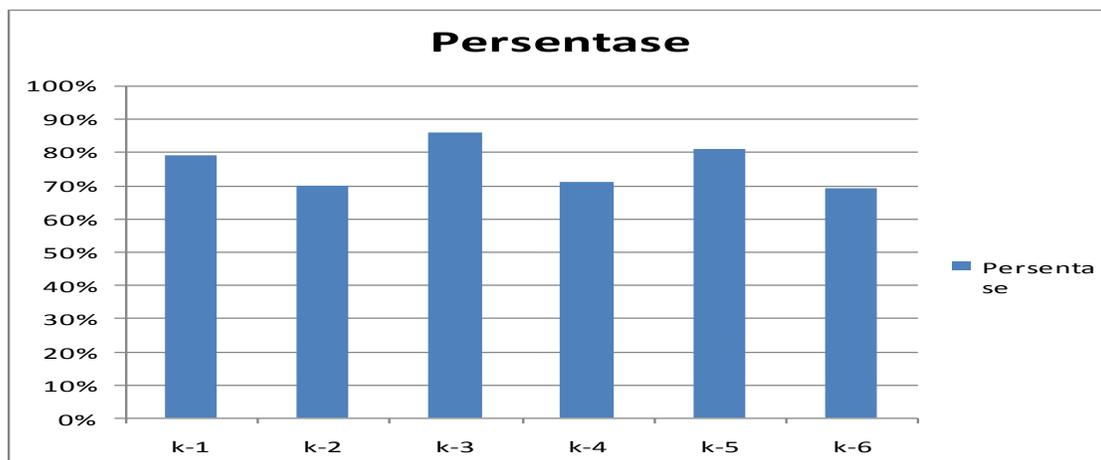
Pada penelitian ini peneliti juga menggunakan bantuan program komputer, yaitu program excel untuk menghitung uji reliabilitas. Masing-masing item akan dibandingkan dengan r tabel, dengan kriteria: 1) Apabila r

hitung lebih dari r tabel (pada taraf signifikansi 5%) maka dikatakan item kuesioner tersebut reliable, 2) Apabila r hitung kurang dari r tabel (pada taraf signifikansi 5%) maka dikatakan item kuesioner tersebut tidak reliabel.

Berdasarkan uji instrument yang telah dihitung menggunakan program excel diperoleh hasil uji reliabilitas yang menunjukkan bahwa inventori perilaku membolos memenuhi reliabilitas alat ukur, karena taraf signifikansi yang digunakan adalah 5 % dan jumlah responden 30 atau $N=30$, maka diperoleh $r_{tabel}= 0,361$. Suatu instrumen dapat dinyatakan reliabel jika $r_{11} > r_{tabel}$. Pada perhitungan reliabilitas instrumen inventori perilaku membolos diperoleh $r_{11}= 0,961$. Maka instrumen tersebut dinyatakan reliabel karena $r_{11}= 0,961 > r_{tabel}=0,361$. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif presentase.

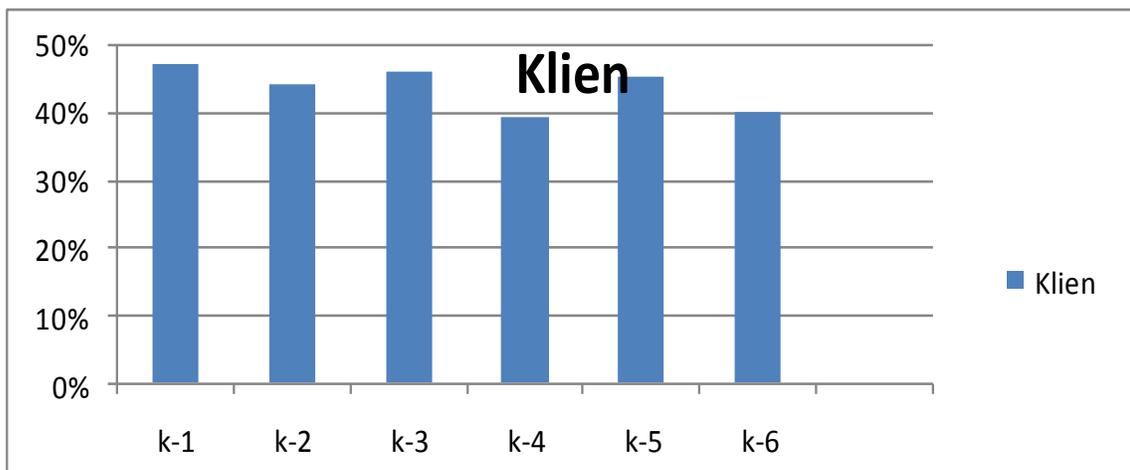
Berdasarkan tujuan penelitian tersebut maka untuk mempermudah dan memperjelas penjabarannya, dalam penelitian ini akan dipaparkan hasil penelitian meliputi (a) gambaran masalah perilaku membolos sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik self management, (b) gambaran 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.

Berikut ini akan diuraikan pembahasan lebih lanjut tentang masing-masing hasil dari pemberian teknik tersebut : a) 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, lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut ini :



Grafik 1 Hasil Pre Test Tingkat Perilaku Membolos Siswa Sebelum Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management.

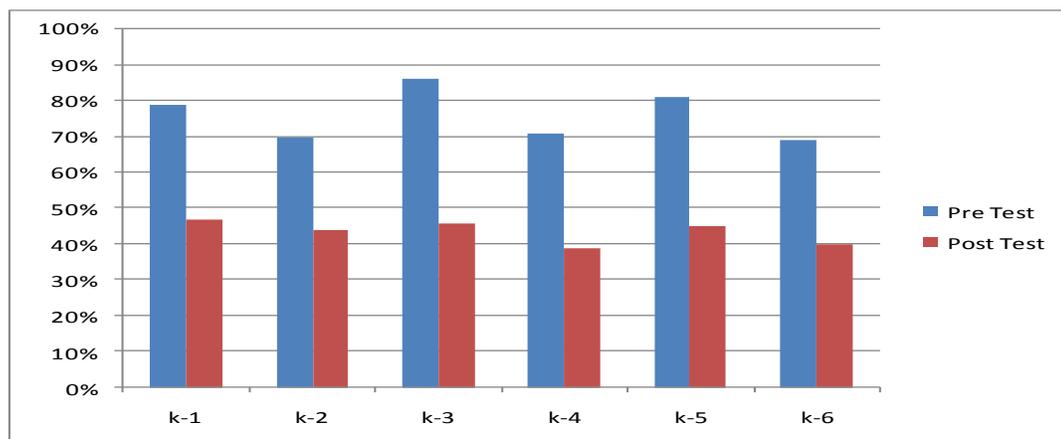
Berdasarkan penyajian grafik 1 dapat disimpulkan bahwa persentase perilaku membolos sebelum mendapatkan treatment rata-rata adalah 76%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Tingginya presentase rata-rata hasil pre test sebelum mengikuti kegiatan konseling Behavior dengan teknik self management dapat 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. Tingginya presentase yang dimiliki oleh setiap klien pada hasil pre test, hal tersebut menunjukkan bahwa faktor pribadi, sekolah dan keluarga yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos siswa juga sangat tinggi. tiap aspek penyebab perilaku membolos. 2) Gambaran Perilaku Membolos Setelah Mempe roleh Layanan Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management. Gambaran perilaku membolos siswa setelah diberikan konseling individual pendekatan Behavior teknik self management lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut :



Grafik 2 : Hasil Post Test Perilaku Membolos Siswa Setelah Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Managemet

Berdasarkan perhitungan hasil post test grafik 2 maka dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos pada 6 klien siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldimo setelah mendapatkan treatment konseling individual pendekatan Behavior teknik self management diperoleh persentase rata-rata 43.5% 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 klien. Berdasarkan hasil grafik juga diketahui bahwa keenam klien rata-rata mengalami penurunan persentase yang masuk dalam kategori rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada setiap klien 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. 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 anantara 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. Perbedaan perilaku membolos siswa antara sebelum dan sesudah mengikuti konseling individual pendekatan Behavior teknik self management lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik 3.



Grafik 3. Persentase Perilaku Membolos Antara Sebelum Dan Setelah Mengikuti Konseling Individual Pendekatan Behavior Teknik Self Management

Berdasarkan gambaran grafik 3 diketahui bahwa keseluruhan klien 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 klien sebelum mendapatkan treatment dengan konseling individual pendekatan Behavior teknik self management adalah 76% 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 43,5% 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 32,5%.

Masing-masing klien mengalami penurunan persentase perilaku membolos yang berbeda-beda. K-1 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 32% setelah mendapatkan treatment. K-2 mengalami

penurunan persentase perilaku membolos sebesar 26% setelah mendapatkan treatment. K-3 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 40% setelah mendapatkan treatment. K-4 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 32% setelah mendapatkan treatment. K-5 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 36% setelah mendapatkan treatment. Dan K-6 mengalami penurunan persentase perilaku membolos sebesar 29% setelah mendapatkan treatment. d) *Konseling Individual Pendekatan Behavior Teknik Self Management Dapat Mengatasi Perilaku Membolos Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo*. Konseling individual pendekatan behavior teknik self management dapat mengatasi perilaku membolos, berikut ini akan dipaparkan melalui dua sisi yaitu berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji Wilcoxon dan berdasarkan peningkatan selama kegiatan layanan konseling individual dengan pendekatan Behavior dengan teknik self management.

Pembahasan

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka selanjutnya dalam pembahasan penelitian ini, akan dibahas mengenai kondisi perilaku membolos sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik self management, kondisi perilaku membolos setelah memperoleh layanan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik self management, serta pengentasan perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan teknik self management. 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 X SMA Negeri 1 Tegaldlimo sebelum mendapatkan konseling rata-rata adalah 76%.

Hasil analisis deskriptif persentase tersebut menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo sebelum mendapatkan konseling rata-rata termasuk dalam kategori tinggi. Dalam hal ini terdapat 5 siswa yang termasuk dalam kategori tinggi dan 1 siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi.

Perilaku membolos yang dilakukan keenam siswa tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. Menurut guru BK sekolah yang mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas, keenam siswa tersebut pada dasarnya mempunyai prestasi belajar yang kurang baik. Dalam hal ini keenam siswa tersebut mempunyai prestasi belajar yang rendah. Rendahnya prestasi ketiga siswa tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan harian yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi belajar keenam 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 keenam siswa tersebut juga tidak mengumpulkan tugas dan tidak mengikuti ulangan harian.

Perilaku membolos yang dilakukan siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo pada dasarnya muncul melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian lingkungan yang buruk (Kartono, 2003:21). Dalam hal ini proses belajar yang salah dan kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Ada tiga faktor yang menjadi penyebab perilaku membolos antra lain : 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 dari 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 keenam siswa SMA Negeri 1 Tegaldlimo menunjukkan bahwa ketiga faktor tersebut masuk dalam kategori tinggi. Faktor pribadi memiliki presentase sebesar 82,7%, faktor sekolah memiliki persentase sebesar 78,2%, dan faktor keluarga memiliki presentase sebesar 72,7%.

Upaya pihak sekolah selama ini untuk mengatasi perilaku membolos 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 Prayitno (2004:1) Tujuan umum layanan konseling perorangan adalah terentaskannya masalah yang dialami klien. Melalui layanan ini pula konselor membantu mengurangi beban klien, meningkatkan kemampuan, dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh klien. Selama kegiatan konseling individu berlangsung akan diarahkan pada tujuan-tujuan tersebut. Selain membantu mengentaskan masalah perilaku membolos klien, peneliti juga membantu klien 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. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya (Corey, 2005:195). 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.

Pada penelitian ini peneliti melakukan serangkaian tahap konseling behavior yang disertai dengan teknik self management dalam mengurangi perilaku membolos siswa. Pada penerapan teknik self management peneliti menekankan pada penggunaan teknik kombinasi. Cormier dan Cormier dalam Corey (1995: 431) menyatakan bahwa kombinasi dari strategi mengelola diri biasanya lebih berguna dari pada penggunaan sebuah strategi tunggal. Pada penggunaan strategi self management untuk mengatasi perilaku membolos peneliti berusaha mengarahkan perilaku klien dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. Aspek-aspek yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos mendapatkan

modifikasi yang lebih sesuai agar dapat mendukung klien 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 klien dapat memelihara perilaku yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan meninggalkan perilaku yang tidak sesuai.

Melalui strategi ini disamping klien 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 keenam klien 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 keenam siswa sebelum mendapatkan konseling rata-rata adalah 76%, kemudian turun menjadi 43,5%. Apabila dibandingkan antara nilai prosentase pada keadaan awal dengan prosentase keadaan akhir setelah mendapatkan konseling maka terjadi penurunan sebesar 32,5%.

Penurunan juga terjadi pada aspek yang mempengaruhi perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif pada aspek pribadi, sekolah dan keluarga menunjukkan bahwa keenam klien 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 keenam klien rata-rata masuk dalam kategori rendah. Pada aspek pribadi persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 82,7%. Namun setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik self management turun menjadi 48,3%. Pada aspek sekolah rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 78,2%. Setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan Behavior teknik self management turun menjadi 40,7%. Sedang pada aspek keluarga persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 72,7%. Setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik self management turun menjadi 41,5%.

Pengentasan perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self management dilakukan melalui beberapa tahap konseling dengan enam 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 (assessment), menentukan tujuan (goal setting), implementasi teknik (technique implementation), dan evaluasi-terminasi (evaluation and termination). 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 klien, identifikasi masalah klien, dan menetapkan inti masalah klien. Pada tahap pertama ini rata-rata klien terkejut mendapat panggilan untuk melakukan konseling. Saat melakukan eksplorasi masalah dan identifikasi masalah pada pertemuan pertama kebanyakan klien masih merasa canggung untuk menceritakan masalah latar belakang perilaku membolosnya. Namun dengan berbagai usaha

peneliti akhirnya bisa mengajak klien untuk terbuka menceritakan permasalahannya. Pada pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan kedua saat menetapkan inti masalah, klien sudah mulai cukup terbuka dengan peneliti. Pada tahap ini klien bersama peneliti berhasil menetapkan inti masalah penyebab perilaku membolos.

Tahap kedua adalah goal setting yaitu menentukan tujuan dari proses konseling. Pada pertemuan ketiga ini klien 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. Sedangkan sub tujuan dari kegiatan konseling adalah mengatasi faktor penyebab perilaku membolos klien. Pada tahap ini Peneliti juga mempertegas peran dan tugasnya dalam kegiatan konseling. Peneliti hanya bertugas membantu klien untuk menangani perilakunya. Peneliti juga menjelaskan bahwa tujuan konseling tidak akan tercapai jika klien tidak berusaha sendiri. Jadi peran klien 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 klien. Lembar ini berisikan apa saja yang harus dilakukan oleh klien untuk mengatasi perilaku membolosnya. Pada saat menerima lembar self management klien merasa bingung dengan berbagai pernyataan yang ada dalam lembar tersebut. Selanjutnya peneliti menjelaskan berbagai pernyataan yang ada dalam lembar tersebut kepada klien. Setelah klien cukup faham kemudian peneliti mendampingi klien 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 klien menyatakan bahwa klien menjadi faham terhadap masalah yang dihadapinya. Perasaan klien menjadi senang karena beban permasalahan yang menjadi faktor perilaku membolos selama ini dapat diungkapkan melalui kegiatan konseling. Klien 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. Setelah melalui serangkaian tahapan konseling tersebut akhirnya klien mengalami penurunan perilaku membolos. Penurunan tersebut selain ditunjukkan dari hasil post test juga ditunjukkan dari hasil uji wilcoxon.

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh Zhitung sebesar 2.20. Selanjutnya nilai Zhitung ini dibandingkan dengan nilai Ztabel dengan taraf kesalahan 0,025%. Apabila dilihat dari Ztabel dengan taraf signifikansi 0,025% maka Ztabel adalah 1.96. Harga Zhitung adalah 2.20 ternyata lebih besar dari Ztabel yaitu 1,96. Apabila dikaitkan dengan pada hipotesis yang ingin dibuktikan pada penelitian ini maka dapat dibuktikan bahwa perilaku perilaku membolos dapat diatasi dengan konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self management pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo. Dari hasil analisis uji beda wilcoxon, perbandingan hasil pre test dan post test, dan hasil rekab absen menunjukkan adanya perubahan positif yang sangat signifikan pada perilaku membolos siswa kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan hasil penelitian dengan judul mengatasi perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self management siswa X SMA Negeri 1 Tegaldlimo, dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Perilaku membolos GP, NR, ES, JP, EF dan DG 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 76 % yang termasuk dalam kategori tinggi. (2) Perilaku membolos GP, NR, ES, JP, EF dan DG setelah mendapatkan treatment mengalami penurunan dan masuk dalam kateori rendah. Hasil post-test menunjukkan persentase rata-rata perilaku membolos setelah mengikuti konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik Self Management adalah sebesar 43,5 % yang termasuk dalam kategori rendah. (3) Terdapat perubahan yang positif yaitu berupa penurunan yang signifikan pada perilaku membolos setelah diberi layanan konseling individual dengan pendekatan Behavior melalui teknik self management. Hal ini terbukti dari hasil uji wilcoxon didapatkan Z hitung sebesar 2.20 dibandingkan dengan Z tabel dengan taraf signifikansi 0,025% dengan nilai Z tabel sebesar 1.96. Jadi hipotesis penelitian ini diterima. Maka dengan demikian layanan konseling individual dengan pendekatan behavioral melalui teknik self management dapat mengatasi perilaku membolos.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian di SMK Bina Nusantara Ungaran di atas, maka dapat direkomendasikan beberapa saran: (1) Untuk wakil kepala sekolah bidang kesiswaan, diharapkan tidak menggunakan tindakan kekerasan ataupun hukuman untuk mengatasi masalah perilaku membolos. Wakil kepala sekolah bidang kesiswaan diharapkan dapat memfasilitasi konselor sekolah dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual untuk mengatasi perilaku membolos. (2) Untuk konselor sekolah, diharapkan dapat memberikan layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan teknik self management sebagai upaya dalam mengatasi perilaku membolos. Konselor juga diharapkan lebih melakukan pendekatan dengan siswa agar dapat mengungkap permasalahan siswa secara lebih mendalam dan dapat menuntaskan permasalahan siswa secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. Edisi Revisi Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta : Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifudin. 2003. Sikap Manusia. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, Gerald. 1995. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi vol 4. Translated by: Drs. Mulyarto. Semarang: IKIP Semarang Pers.
- , 2005. Teori Dan Praktik Konseling dan Psikoterapi. Bandung: PT. Refika Aditama
- Gunarsa, Singgih. 1981. Psikologi Remaja. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- , 2005. Konseling dan Psikoterapi. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.

- Indri Astuti. 2009. Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individual (Studi Kasus Pada Siswa Kelas XII IPS di SMA Muhammadiyah I Purbalingga). Skripsi. Tidak diterbitkan.
- Kartono, Kartini. 1991. Bimbingan Bagi Anak dan Remaja yang Bermasalah. Jakarta: Rajawali Press.
- . 2003. Bimbingan Bagi Anak dan Remaja yang Bermasalah. Jakarta: Rajawali Press.
- Komalasari, G dkk. 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Latipun. 2008. Psikologi Konseling. Malang: UPT UMM.
- Mogulescue, S., Segal, H.J., 2002. Approaches To Truancy.
- Munandir. 1996. Program Bimbingan Karier di Sekolah. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi, Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Prayitno. 2004. Layanan Konseling Perorangan. Padang : Universitas Negeri Padang Press.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. Dasar dasar bimbingan dan konseling. Jakarta. Rineka cipta.
- Pujosuwarno, Sayekti. 1993. Berbagai Pendekatan Dalam Konseling. Yogyakarta : Menara Mas Offset.
- Ridlowo, Achmad. 2009. BK (siswa yang membolos) dalam.
- Sugiharto, DYP. 2007. Konseling Proaktif dengan strategi pengelolaan diri. Semarang: Tidak diterbitkan.
- Sugiyono. 2007. Statistik Untuk Penelitian. Bandung: CV Alfabeta.
- . 2008. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan, kuantitatif, kualitatif dan R&D). Bandung: Alfabeta.
- Suryosubroto. 2009. Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Willis, Sofyan S. 2004. Konseling Individual Teori dan Praktik. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, WS dan Sri Hastuti. 2006. Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media Abadi
- Zunker, V. (2011). Career counseling: a holistic approach. United States: Cengage Learning.