

## Pengaruh Model Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik

Anggita Yohana Fransiska Purba<sup>1\*)</sup>, Ni Ketut Suarni<sup>2</sup>, Gede Nugraha Sudarsana<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Universitas Pendidikan Ganesha

\*Corresponding author, e-mail: [anggiyohana12@gmail.com](mailto:anggiyohana12@gmail.com)

Received Maret 05, 2022;

Revised April 20, 2022;

Accepted Mei, 2022;

Published Online Mei, 2022

### Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.  
©2017 by author

**Abstract:** *This research was conducted to determine the effectiveness of Behavioral counseling services with Self-Management techniques to overcome the truancy behavior of eighth grade students of SMP Negeri 6 Singaraja." The location of the research was SMP Negeri 6 Singaraja, class VIII 3 with a total of 8 students at SMP Negeri 6 Singaraja. The method used in this research is experimental. Sampling using purposive sampling technique. Collecting data using a truant behavior questionnaire. The data analysis technique used parametric statistical analysis, namely by using the Paired-Sample T-Test test with the help of the SPSS for windows version 16.00 program. This research method aims to determine the effect of individual counseling through a behavioral approach with self-management techniques in overcoming the behavior of truant students. In this research, experimental design is used. "Why is it because there are still external variables that also influence the formation of the dependent variable, so the experimental results which are the dependent variable are solely influenced by the independent variable, this can happen, because there is no control variable, and the sample is not chosen randomly". The research design used was "one group pretest-posttest (The One Group Pretest-Posttest). This study focuses on the effectiveness of Behavioral counseling services with Self-Management techniques to overcome the truancy behavior of students with the data collection technique used, namely questionnaires.*

**Keywords:** *Behavioral Counseling, Self-Management, Skipping Behavior*

**Abstrak:** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas layanan konseling Behavioral Dengan teknik Self-Management untuk mengatasi perilaku membolos peserta didik kelas VIII Smp Negeri 6 Singaraja." Lokasi penelitian dilakukan Smp Negeri 6 Singaraja, kelas VIII 3 sejumlah 8 peserta didik di SMP Negeri 6 Singaraja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan angket perilaku membolos. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik parametric yaitu dengan menggunakan uji Paired-Sample T-Test dengan bantuan program SPSS for windows versi 16.00. Metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling individual melalui pendekatan behavioral dengan teknik self management dalam mengatasi perilaku siswa membolos. Dalam penelitian ini yang digunakan adalah Eksperimental Design. "Mengapa karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen, hal ini dapat terjadi, karena tidak adanya variabel control, dan sampel tidak dipilih secara random". Desain penelitian yang digunakan adalah "satu kelompok prates-postes (The

One Group Pretest-Posttest). Dalam penelitian ini berfokus pada keefektifan layanan konseling Behavioral dengan teknik Self-Management untuk mengatasi Perilaku membolos peserta didik dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu angket.

**Kata kunci:** *Konseling Behavioral, Self-Management, Perilaku Membolos*

**How to Cite:** Anggita Yohana Fransiska Purba<sup>1\*)</sup>, Ni Ketut Suarni<sup>2</sup>, Gede Nugraha Sudarsana<sup>3</sup>. 2022. Pengaruh Model Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik. JBKI, 7 (1): pp. 00-00, [https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_bk](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk)

## Pendahuluan

Di era modern digital ini, "layanan bimbingan dan konseling dalam institusi pendidikan mengalami perkembangan dan perluasan untuk mencapai kompetensi dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Seiring berjalannya waktu sekolah secara dinamis mulai mengenal dengan keberadaan layanan bimbingan dan konseling di institut pendidikan sebagai salah satu alat yang penting dalam mewujudkan tercapainya tujuan pendidikan yang diinginkan, dan memberikan layanan bantuan kepada setiap peserta didik yang memiliki permasalahan."

Salah satu permasalahan yang sering ditangani adalah Kebiasaan membolos. Ini merupakan suatu permasalahan yang perlu ditangani dan memerlukan bimbingan guru dan konselor, seperti dikemukakan Gunarsa (2002) bahwa "tingkah laku di sekolah yang bertahan dengan kurang pembentukan kesanggupan disiplin diri, pengendalian tingkah laku dan memerlukan bimbingan guru adalah antara lain keterlambatan, membolos, menentang guru, perkelahian, nyontek dan sebagainya. Menurut Gunarsa (1981) Membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa alasan yang tepat pada jam pelajaran dan tidak izin terlebih dahulu kepada pihak sekolah. Perilaku membolos yang dimaksud dalam penelitian disini adalah tidak masuk sekolah tanpa alasan tertentu baik pada saat pelajaran sedang berlangsung, pada waktunya masuk kelas, dan ketika sekolah berlangsung."

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti dengan empat guru bimbingan konseling yaitu "ada berbagai macam kenakalan peserta didik di sekolah ini, namun pada umumnya kenakalan yang terjadi yaitu kurangnya disiplin terdapat tata tertib sekolah, perilaku membolos dan merokok, kenakalan tersebut pada umum dilakukan oleh peserta didik laki-laki, namun ada juga peserta didik perempuan yang ikut-ikutan perilaku membolos."

Maka dari itu peneliti memilih untuk menggunakan teori konseling behavioral. Teknik konseling yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos dalam konseling behavior ini adalah Teknik self management. Menurut Cormier & Cormier Self management adalah "suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya individu mengarahkan perilakunya sendiri dengan suatu teknik." Peneliti memilih hal tersebut karena "berdasarkan pengetahuan dan pengalaman peneliti perubahan sikap penting dilaksanakan oleh subyek. Perubahan sikap atau tingkah laku ini haruslah bersifat konkrit sehingga sejalan dengan teori behavioral, karena bagi peneliti ketika seseorang terbiasa melaksanakan suatu tindakan hal tersebut akan terekam secara otomatis untuk dilakukan secara spontan apabila sudah terbiasa dilakukan. Akibat dari kebiasaan tersebut, seseorang akan bisa lebih memaknai manfaat serta fungsi perilakunya sehingga ia akan semakin menguatkan dirinya untuk melakukan hal yang diharapkan."

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Model Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII DI SMP Negeri 6 Singaraja".

## Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling individual melalui pendekatan behavior dengan teknik self management dalam mengatasi perilaku siswa membolos. "Dengan cara ini peneliti sengaja membangkitkan timbulnya sesuatu kejadian atau keadaan, kemudian diteliti bagaimana akibatnya. Dalam hal ini peneliti bermaksud untuk mengatasi perilaku membolos siswa menggunakan konseling individual melalui pendekatan behavior dengan teknik self management kemudian peneliti bermaksud untuk mengetahui bagaimana akibat yang ditimbulkan. Desain penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen desain pretest dan posttest (desain one group pretest-posttest)." Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi Observasi dilakukan dengan mengadakan pengamatan (pengambilan data) untuk merekam atau mencatat seberapa jauh subyek telah mencapai sasaran, dan subyek terus dimonitor secara reflektif. "Observasi dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku membolos dari sebelum diberikan perlakuan hingga sesudah diberikan perlakuan. Untuk mengetahui pengaruh Pengaruh model konseling behavioral dengan teknik self management." Analisis butir menggunakan bantuan program SPSS 16.0 for windows.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Data Deskripsi Pretest

"Hasil Pretest Perilaku membolos Kelas VIII 3 Diketahui untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan." Hasil Pretest perilaku membolos pada kelas VIII 3 peserta didik dapat dilihat pada tabel berikut:

**Table 1 Hasil Pretest Kelas Eksperimen**

No	Skor Perlakuan Membolos	N	F
1	100	1	12,5%
2	110	1	12,5%
3	130	1	12,5%
4	135	1	12,5%
5	140	1	12,5%
6	145	1	12,5%
7	150	1	12,5%
8	155	1	12,5%
Total		8	100%

"Berdasarkan data di atas terdapat 8 peserta didik yang masuk dalam kategori Perilaku membolos sangat tinggi yang mana 1(12,5%) peserta didik dengan skor 100, 1(12,5%) peserta didik dengan skor 110, 3 (12,5%) peserta didik dengan skor 130, 4 (12,5%) peserta didik dengan skor 135, 5 (12,5%) peserta didik dengan skor 140, 5 (12,5%) peserta didik dengan skor 145, 2 (12,5%) peserta didik dengan skor 150, 3 (12,5%) peserta didik dengan skor 155, 1 (12,5%)"

### 2. Data Deskripsi Posttest

Hasil Posttest Perilaku Membolos Kelas 8.3

"Untuk melihat perubahan pada peserta didik terkait dengan layanan konseling Behavioral menggunakan teknik Self-Management yang diberikan untuk mengatasi perilaku membolos." Pada hasil Posttest pada kelompok 8.3 pada tabel berikut.

**Table 2 Hasil Posttest Kelas 8.3**

No	Skor perilaku membolos	N	F
1	39	1	12,5%
2	40	1	12,5%
3	42	1	12,5%
4	43	1	12,5%
5	45	1	12,5%
6	52	1	12,5%
7	53	1	12,5%
8	55	1	12,5%
Total		8	100%

“Berdasarkan data di atas terdapat 8 peserta didik yang masuk dalam kategori perilaku membolos yang menurun, terdiri dari 1 (12,5%) peserta didik dengan skor 39, 2 (12,5%) peserta didik dengan skor 40, 3 (12,5%) peserta didik dengan skor 42, 4 (12,5%) peserta didik dengan skor 43, 5 (12,5%) peserta didik dengan skor 43, dan 6 (12,5%) peserta didik dengan skor 52, 7 (12,5%) peserta didik dengan skor 53, dan 8 (12,5%) peserta didik dengan skor 55. Secara keseluruhan sebanyak 8 peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil Posttest perilaku membolos peserta didik menurun.”

**a. Uji Hipotesis**

“Setelah melakukan layanan konseling individual dengan teknik Self Management didapatkan hasil pretest, posttest, dan gain score dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:”

**Table 3 Deskripsi Data Pretest, Posttest, Score Penurunan**

No	Inisial peserta Didik	Pretest	Posttest	Score penurunan
1	Konseli 1	100	39	61
2	Konseli 2	110	40	70
3	Konseli 3	130	42	88
4	Konseli 4	135	43	92
5	Konseli 5	140	45	95
6	Konseli 6	145	52	93
7	Konseli 7	150	53	97
8	Konseli 8	155	55	100

N= 6

$$\sum = 1065 \quad \sum = 369 \quad \sum = 696$$

Rata-rata  $X_1 = 1064/8 = 133,1$   $X_2 = 369/8 = 46,1$   $Md = \sum d/N = 87$

“Berdasarkan hasil perhitungan pretest 8 sampel tersebut didapatkan hasil rata-rata peserta didik dengan nilai 133,1 setelah melakukan layanan konseling dengan teknik Self-Management, menurun menjadi angkat 46,1 dengan skor penurunan 87. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang berperilaku membolos cenderung menurun setelah dilakukan dengan teknik Self-Management.”

**b. Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management**

"Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat pengukuran hasil pretest dan posttest sebelum dilakukan dan setelah dilakukan dengan skor penurunan enam peserta didik termasuk dalam kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, dan

rendah. Dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik *Self-Management* dapat menengani peserta didik yang berperilaku membolos.”

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

- a. Ha : Perilaku membolos dapat diturunkan menggunakan teknik *Self Management*
- b. Ho : Perilaku membolos tidak dapat diubah menggunakan teknik *Self Management*

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

Ho :  $\mu_1 = \mu_0$

Ha :  $\mu_1 \neq \mu_0$

“Berdasarkan hasil uji t/t-test one sample test pada konseling individu dengan teknik *Self-Management* untuk menengani peserta didik yang mengalami perilaku membolos, perhitungan dilakukan dengan menggunakan SPSS (Statistical product and service solution) for windows release 17,” dapat hasil sebagai berikut :

**Table 4 Hasil Uji T Pretest dan Posttest Paired Samples Test**

		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference	t	Df	Sig.(2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1	pretest-posttest	47.250	6.850	3.425	36.351	58.149	13.796	3	.001

“Berdasarkan hasil table 11 diperoleh bahwa t adalah 13.796, mean confidence interval of the difference, lower = 47.250 dan upper = 58.149 kemudian t hitung dibandingkan t tabel df= 3, dengan ketentuan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  (13.796 > 2.034), dikarenakan penelitian mengambil taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  dengan nilai dua arah untuk kriteria pengujian hipotesis yang peneliti ajukan, dengan demikian perilaku membolos peserta didik kelas 8.3 mengalami perubahan penurunan perilaku membolos setelah diberikan layanan konseling behavioral. Jadi dapat disimpulkan bahwa model konseling behavioral dengan teknik *Self-Management* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik SMPN 6 Singaraja tahun pelajaran 2021/2022.”

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui perilaku membolos peserta didik di SMPN 6 Singaraja kelas VIII 3 berpengaruh dalam proses belajar mengajar dan akademiknya dalam mengatasi perilaku membolos melalui layanan konseling behavioral dengan teknik *self-management*.

## Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Terimakasih kepada Ibu Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S.,Kos selaku Pembimbing I dan Bapak Gede Nugraha Sudarsana, S.Psi.,M.Pd selaku Pembimbing II yang selalu membantu penulis dengan memberikan masukan, saran dan motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini. Dan juga kepada seluruh dosen serta teman-teman sudah penulis ucapkan terimakasih karena sudah menemani dan memberikan ilmu dari awal hingga saat ini. Tidak lupa penulis ucapkan terimakasih kepada keluarga penulis yang selalu ikut serta membantu dan memotivasi penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.

## Referensi

- Anggi I, dkk, 2014.(Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Sebagai Upaya Untuk Meminimalisasikan Perilaku Membolos Pada Siswa kelas X.1 SMA Negeri 1 Sawah Tahun Ajaran 2013/2014), ejournal-jurnal Undiksha Jurusan Bimbingan konseling, Volume: 2 No 1.
- Anwar S.2014." Pemahaman Individu", (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2014), h. 70
- Arikunto, Suharsimi. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis,(Bandung: Rineka Cipta, 2002).
- Burhan B, Metodologi Penelitian Kualitatif, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada,2015).
- Blog MPP UGM Pendidik (<http://wecareeducation.wordpress.com/2007/02/16/review-artikel-jurnalapproaches-to-truancy-prevention-2002/>) ,
- Dewa K, dkk, Proses Bimbingan dan Konseling Di Sekolah, (PT Rineka Cipta, Jakarta, 2008)
- Dewa K, Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah, ( PT Rineka Cipta, Jakarta, 2002)
- Etta M, Metodologi Penelitian,( Yogyakarta : ANDI Yogyakarta, 2010 )
- Emzir, Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif (Jakarta: Rajawali Pers, 2012)
- Fatmaisyah ( [http://eprints.ums.ac.id/24338/2/BAB\\_1.pdf](http://eprints.ums.ac.id/24338/2/BAB_1.pdf) )
- Gantina, Komalasari, Teori dan Teknik Konseling, (PT.Indeks, Jakarta), 2011.
- Hartono, Boy Soedarmadji, Psikologi Konseling (Jakarta: Kencana Prenanda Media Group ) Hadiwinarto, Psikologi Teori dan Pengukuran (Bengkulu: Rahman Rahim )
- Haris Handoko,(Mengatasi Perilaku Membolos melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management) Pada Siswa Kelas X TKJ SMK BINA NUSANTARA UNGARAN Tahun Ajaran 2013), Jurnal Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang 2013,h. 14-15
- Lexy J. Moeleong, Metodologi Penelitian Kualitatif, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2001)
- Neni A (Upaya Mengurangi kebiasaan Buruk Dalam Membolos dan Mencontek Dengan Layanan bimbingan Kelompok Siswa), Jurnal Konseling dan Pendidikan <http://jurnal.konselingindonesia.com> Vol. 2 No. 2, Juni 2014. hlm. 5-6 © 2013 Indonesian Institute for Counseling and 12 Education (IICE) Multikarya Kons.
- Marliani, IW Suasta... - ... Seminar Nasional IAHN ..., 2021 - prosiding.iahntp.ac.id
- Supriatna Mamat, Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013)
- Prayitno, Erma A, Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling, (PT Rineka Cipta, Jakarta, 2013 )
- Sarwono W. Sarlito, Psikologi Remaja, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011)
- Suarni, N. (2004). Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa Sekolah Menengah Umum di Bali Dengan Strategi Pengelolaan Diri Model Yates. Desertasi, 62-73.
- Sugiono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif kualitatif dan R&B ( Bandung, Alfabeta, 2008 )
- Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah, ( Rajawali Pers, Jakarta, 2011)
- Yusuf Gunawan, Pengantar Bimbingan dan Konseling, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2004)
- Zainal Aqib, Ikhtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah,( Bandung: Yrama Widya, 2012)

### Article Information (Supplementary)

#### Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: < Purba > <2022>

First Publication Right: JBKI Undiksha

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

