

Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa

Zulvina Muharammania¹, Tri Umari², dan Donal³

¹ Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Riau

^{2,3} Dosen Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Riau

e-mail: zulvina.muhammaniania2119@student.unri.ac.id

ABSTRACT. The purpose of this study was to determine whether there were significant differences and influences before and after being given behavioral group counseling with self-management techniques. This study used a quasi-experimental method with a one group pretest-posttest design model. In this study, researchers took a population of class XI SMA N 12 Pekanbaru, totaling 453 students. Subjects were taken as many as 7 students of SMA N 12 Pekanbaru who had a high truant behavior category based on the measurement scale. The research data collection method is the questionnaire method. Data analysis techniques in this study were descriptive statistical analysis, Wilcoxon test and Spearman rank. The results showed that there was a difference between the level of truancy behavior after being given group behavioral counseling services with self-management techniques as evidenced by Asymp.Sig. (2-tailed) is 0.017. The influence of behavioral group counseling on self-management techniques to overcome truancy behavior is 68% while the other 32% comes from factors within the individual and the individual's environment.

Keywords: Self Management, Behavioral Group Counseling, Ditching Behavior

ABSTRAK. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan *signifikan* dan pengaruh sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management*. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan model *one group pretest-posttest design*. Dalam penelitian ini peneliti mengambil populasi siswa kelas XI SMA N 12 Pekanbaru yang berjumlah 453 siswa. Subjek diambil sebanyak 7 siswa SMA N 12 Pekanbaru yang memiliki kategori perilaku membolos yang tinggi berdasarkan skala pengukuran. Metode pengumpulan data penelitian ini yaitu metode kuesioner. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis statistik deskriptif, *uji wilcoxon* dan *rank spearman*. Hasil penelitian menunjukkan Terdapat perbedaan antara tingkat perilaku membolos siswa setelah diberikannya layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management* dibuktikan dengan Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,017. Pengaruh konseling kelompok behavioral teknik *self management* untuk mengatasi perilaku membolos ialah 68% sedangkan 32% lainnya berasal dari faktor-faktor dalam diri dan lingkungan individu.

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

PENDAHULUAN

Perilaku membolos merupakan perilaku siswa yang tidak hadir ke sekolah atau meninggalkan sekolah tanpa alasan yang jelas (Indayani 2014). Dan pada akhirnya perilaku membolos menjadi fenomena yang mengganggu proses pembelajaran, dan dikhawatirkan banyak hal negatif yang

akan terjadi akibat perilaku ini jika masalah ini tidak ditanggapi dengan serius. membolos adalah perilaku yang melanggar norma siswa, karena siswa yang membolos cenderung melakukan tindakan negatif dan tindakan yang merugikan orang-orang di sekitarnya. Siswa yang tidak membolos dapat tidak bertanggung jawab atas pembelajarannya karena mempengaruhi potensi, bakat, keterampilan, cita-cita, dan masa depannya.

Berdasarkan observasi awal peneliti, ditemukan beberapa siswa berkeliaran diluar kelas saat proses pembelajaran sedang berlangsung, bahkan ditemukan beberapa siswa berkeliaran diluar sekolah masih memakai seragam pada jam sekolah. Di masa lalu, budaya ini hanya dilestarikan oleh anak laki-laki, tetapi saat ini tak jarang kita melihat anak perempuan yang tidak pergi ke sekolah dengan teman-teman mereka atau membolos sendirian. Perilaku ini bisa saja terjadi karena terpengaruh oleh lingkungan teman disekitar. Khairiyah (2016) menyatakan dukungan orang tua dan persepsi siswa terhadap disiplin belajar berpengaruh terhadap perilaku membolos.

Dari keterangan salah satu guru BK disekolah tersebut, perilaku membolos menimbulkan dampak yang negatif terhadap prestasi belajarnya. Guru BK mendapatkan beberapa laporan dari walikelas dan guru pelajaran terkait siswa yang sering membolos. Siswa-siswa tersebut mendapatkan nilai yang kurang baik dikarenakan siswa tersebut tidak menguasai materi yang telah diberikan di pertemuan sebelumnya karena siswa tersebut jarang masuk kelas, dan bahkan ada juga siswa yang nilainya kosong karena tidak mengumpulkan tugasnya.

Dilihat dari banyaknya dampak negatif yang cukup serius yang disebabkan dari perilaku membolos, dan pastinya hal tersebut tidak bisa dianggap sepele. Erlina dan Fitri (2016) menyatakan dengan pendekatan behavioral memaksimalkan layanan konseling individu dengan menekankan keterampilan dasar konseling untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik. Komalasari dkk (2016) menjelaskan konseling behavioral disebut juga perubahan perilaku, dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. perubahan perilaku juga dapat diartikan sebagai upaya untuk menerapkan pembelajaran dan prinsip-prinsip psikologis yang berasal dari eksperimen manusia lainnya. Willis (2019) tujuan konseling behavioral yaitu membantu klien menghilangkan respon-respon lama yang merusak diri sendiri dan pelajari respon-respon baru yang lebih sehat. Teknik konseling yang akan di gunakan peneliti pada konseling kelompok behavioral untuk mengatasi perilaku membolos yaitu Teknik Self Management. Self Management dari peneliti tertuju dengan harapan agar peserta didik dapat lebih aktif dalam proses layanan konseling kelompok.

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Dengan bentuk desain eksperimen yaitu *Pre Experiment Design*, dengan menggunakan *One group Pretest-Posttest Design*. Sugiyono (2015) menjelaskan penelitian eksperimen yaitu penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Penelitian ini dilakukan di SMA N 12 Pekanbaru. Dengan populasi kelas XI SMA N 12 Pekanbaru yang berjumlah 435 siswa. Subjek penelitian ini berjumlah 7 orang yang memiliki perilaku membolos yang berada pada kategori tinggi yang berdasarkan pengukuran dengan skala pengukuran perilaku membolos. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuesioner, Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistic deskriptif dan uji hipotesis menggunakan uji Wilcoxon dan rank spearman.

TEMUAN

Hasil penelitian diperoleh dari 7 orang siswa yang diberikan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management* dan diukur dengan menggunakan analisis statistik deskriptif, *rank spearman* dan *uji Wilcoxon*

Gambaran Perilaku Membolos Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Teknik *Self Management*

Dari hasil analisis dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan perilaku membolos siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *self management*. Terjadi pengurangan di tiap indikator dari 7 orang siswa dengan kategori sedangtinggi. Dengan pengurangan yang sangat signifikan terdapat pada indikator minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya. Gambaran perilaku membolos siswa mengalami perubahan atau penurunan setelah diberikan konseling kelompok behavioral teknik *self management*. Hal ini dapat dilihat dalam proses pelaksanaan treatment *self management* yang dilakukan sebanyak 4x pertemuan.

Ketidakmampuan siswa mengatur waktu 50%, Faktor Eksternal; Keadaan keluarga/Orang tua 56%, Sekolah/guru 47%, Pengaruh teman 78%. Sesudah diberikan konseling kelompok behavioral teknik *self management*, terlihat bahwa siswa yang memiliki tingkat perilaku membolos yang sangat tinggi dan tinggi mengalami penurunan atau pengurangan perilaku membolos dapat dilihat dari 2 orang yang berada pada kategori sedang dan 5 orang kategori rendah hal ini dikarenakan siswa sudah mampu mengelola dirinya sendiri, sudah ada keinginan mereka ingin berubah.

Perbedaan Perilaku Membolos Sebelum dan Sesudah diberikan Teknik *Self Management*

Dasar pengambilan keputusan uji *wilcoxon* yaitu jika nilai *Asymp.sig* < 0,05, maka hipotesis diterima. Jika nilai *Asymp.sig* > 0,05, maka hipotesis ditolak. Berdasarkan hasil analisis tabel, diketahui *Asymp.Sig. (2-tailed)* bernilai 0,017. Karena nilai 0,017 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwasannya “Hipotesis diterima”. Artinya ada perbedaan antara tingkat perilaku membolos siswa untuk pre-test dan post-test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “terdapat perbedaan perilaku membolos siswa SMA N 12 Pekanbaru sebelum dan sesudah diberikan teknik *selfmanagement*”

Pengaruh konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management* untuk mengatasi perilaku membolos

Dari hasil olahan data yang telah dipaparkan di atas, maka dapat dilihat bahwa nilai hitung *Sig. (2-tailed)* adalah 0,022 Atas dasar pengambilan keputusan yang menyatakan bahwa hipotesis bisa diterima jika nilai *Sig. (2-tailed)* < 0,05. Diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,826. Maka untuk mengetahui koefisien determinan digunakan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned} (r)^2 &= (0,826)^2 \\ &= 0,68 \times 100\% \\ &= 68\% \end{aligned}$$

Artinya, pengaruh konseling kelompok behavioral teknik *self management* untuk mengatasi perilaku membolos siswa adalah 68% sedangkan 32% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam diri seperti kesadaran, keinginan dan motivasi dalam diri individu untuk berubah, selain itu faktor-faktor dari luar lingkungan yaitu pergaulan yang ada disekitar individu.

PEMBAHASAN

Perilaku membolos siswa di SMA N 12 Pekanbaru sebelum diberikan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management* berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi. Mereka hampir sebagian besar sering keluar saat jam pelajaran tertentu, keluar dengan alasan berpura-

pura sakit atau alasan lainnya, bahkan mereka juga sering merasakan malas untuk pergi ke sekolah. Saat pelaksanaan konseling kelompok behavioral dengan teknik self management, siswa menceritakan penyebab siswa membolos karena siswa tidak tertarik dengan metode pengajaran guru tertentu, tidak bisa mengatur waktu, memiliki rasa malas yang besar, terpengaruh oleh lingkungan, kurangnya motivasi belajar, dan rasa tanggung jawab yang kurang.

Sejalan dengan penelitian terdahulu Puaraka dkk (2020) menyimpulkan faktor - faktor yang mendorong siswa kelas X TKR di SMK Palapa Semarang membolos sekolah yaitu; Faktor Internal: Motivasi belajar siswa rendah 45%, kesehatan siswa yang rendah 15%. kemampuan intelektual siswa yang rendah 35%, Ketidakmampuan siswa mengatur waktu 50%, , Faktor Eksternal; Keadaan keluarga/Orang tua 56%, Sekolah/guru 47%, Pengaruh teman 78%

Sesudah diberikan konseling kelompok behavioral dengan teknik self management, terlihat bahwa siswa yang memiliki tingkat perilaku membolos yang sangat tinggi dan tinggi mengalami penurunan atau pengurangan perilaku membolos dapat dilihat dari 2 orang yang berada pada kategori sedang dan 5 orang kategori rendah hal ini di karenakan siswa sudah mampu mengelola dirinya sendiri, sudah ada keinginan mereka ingin berubah.

Pengaruh konseling kelompok behavioral dengan teknik self management untuk mengatasi perilaku membolos siswa adalah 68% dikarenakan oleh faktor antuasisme siswa yang yang sangat tinggi pada saat mengikuti konseling kelompok disetiap sesinya salah satu contohnya, siswa yang selalu semangat hadir tepat waktu saat datang ke ruang konseling, dan kegiatan konseling kelompok dari sesi pertama hingga sesi terakhir berjalan dengan baik dan memuaskan sedangkan 32% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam diri seperti kesadaran, keinginan dan motivasi dalam diri individu untuk berubah, selain itu faktor-faktor dari luar lingkungan yaitu pergaulan yang ada disekitar individu.

Berdasarkan hasil uji perbedaan Wilcoxon dan uji pengaruh Rank spearman didapatkan hasil bahwasannya terdapat perbedaan dan pengaruh yang secara positif terhadap perilaku membolos siswa sebelum dan sesudah diberikannya layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik self 38 management sehingga dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok behavioral teknik self management efektif untuk mengatasi perilaku membolos siswa SMA N 12 Pekanbaru.

SIMPULAN

Perilaku membolos siswa sebelum diberikan teknik *self management* sebagian besar pada kategori sangat tinggi dan sesudah diberikan teknik *self management* perilaku agresif siswa mengalami pengurangan sebagian besar berada pada rendah. Terdapat perbedaan yang *signifikan* perilaku membolos siswa sebelum diberikan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management* dan sesudah di berikan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management*. Terdapat pengaruh konseling kelompok behavioral dengan teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Dahmayanti, S. E., & Widarto, W. G. (2022). Efektivitas Teknik Self Management untuk Mereduksi Perilaku Maladaptif Siswa. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 5(1), 14-25.
- Erlina, N., & Fitri, L. A. (2016). Penggunaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Prilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung Iii Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 19-28.

- Hariyanto, H. (2019). Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Behavior Teknik Self-Management Pada Siswa Kelas Xii Tsm Smk Pgri 1 Pogalan Trenggalek. *Speed Journal: Journal of Special Education*, 3(1), 19-27
- Indayani, A., Sedanayasa, G., & Antari, N. N. M. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Sebagai Upaya Untuk Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X. 1 Sma Negeri 1 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Khadijah, K., Marjohan, M., & Bentri, A. (2016). Kontribusi dukungan orangtua dan persepsi siswa tentang disiplin belajar terhadap perilaku membolos serta implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling. *Konselor*, 3(5), 172-181.
- Komalasari, G., Eka Wahyuni, K. (2016). Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: INDEKS.
- Puaraka, P. P. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siswa Membolos (Survey kelas X TKR di SMK PALAPA Semarang). *Empathy Cons-Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 21-29.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suwardani, N. K. P., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2014). Penerapan konseling behavioral dengan teknik self management untuk meningkatkan konsep diri siswa kelas viii b3 smp negeri 4 singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Sofyan, W. S. (2019). *Konseling individual teori dan praktek*. Bandung: CV Alfabeta.