

KONSEP PENDEKATAN BEHAVIOR DALAM MENANGANI PERILAKU INDISIPLINER PADA SISWA KORBAN PERCERAIAN

Muchamad Agus Slamet Wahyudi

Guru BK SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta
Mahasiswa BKI Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
e-mail: m.aguslametwahyudi@gmail.com

Info Artikel	Abstrak
<p><i>Sejarah artikel</i> Diterima April 2017 Disetujui Mei 2017 Dipublikasikan Juni 2017</p>	<p>Artikel ini memapakan konsep pendekatan behavior dalam menangani perilaku insdisipliner pada siswa korban perceraian. Behavior sendiri merupakan salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling untuk mengatasi perilaku maladaptife menuju ke adaptif. Pendekatan behavior merupakan pendekatan yang tepat guna menangani siswa yang tidak disiplin di sekolah. Agar siswa mampu menjalankan tugasnya dengan baik di sekolah, tanpa mengalami hambatan. Perilaku tidak disiplin ini dipengaruhi salah satu faktor yaitu masalah-masalah dari internal siswa, yang cenderung dari latar belakang siswa akibat perceraian. Metode penelitian dengan menggunakan endekatan deskriptif kualitatif dengan menekankan pada terjun langsung kelapangan. Selanjutnya apabila assesment sudah dilakukan, maka perencanaan dapat dilaksanakan ke proses konseling. Dimulai kontrak konseling, rileksasi, modeling, reward dan punishment sampai tahap follow up.</p>
<p>Kata Kunci: Behavior, Indisipliner siswa, perceraian Keywords: <i>Behavior, disciplinary students, divorce</i></p>	<p>Abstract <i>This article approaches the concept memapakan behavior in dealing with student behavior insdisipliner the victims of divorce. Behavior itself is one wide approach in guidance and counseling to address maladaptife toward adaptive behavior. Behavior approach is the right approach to deal with students who are not disciplined in school. That the students be able to function well in school, without obstacles. Undisciplined behavior is influenced by one factor, namely the problems of internal students, who tend to be on the background of the students as a result of divorce. The research method using descriptive qualitative endekatan with emphasis on spaciousness directly involved. Furthermore, if the assesment has been carried out, the plan can be implemented into the counseling process. Starting contracts counseling, relaxation, modeling, reward and punishment until the follow-up phase.</i></p>

DOI: <http://dx.doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1057>

© 2017 Universitas Muria Kudus

Print ISSN 2460-1187

Online ISSN 2503-281X

GUSJIGANG
JURNAL KONSELING

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat menimba ilmu bagi para pelajar untuk mewujudkan salah satu poin kehidupan yaitu cita-cita. Dengan mengenyam bangku sekolah dapat meningkatkan kualitas pengetahuan yang lebih terarah serta terkonsep secara sistematis melalui bimbingan bapak dan ibu guru yang mengajar. Sekolah mengembangkan dua potensi setiap para peserta didiknya, baik secara prestasi akademik maupun non akademik, namun yang lebih ditekankan bahwa sekolah sumber transformasi peletakan akhlak bagi siswa-siswi. Hal ini senada dengan misi Nabi Muhammad sang Rasulullah yang diutus dimuka bumi ini untuk menata perilaku umat manusia, dari model perilaku yang jahiliah menuju masyarakat yang madani.

Sekolah mempunyai elemen penting untuk menunjang berjalannya mobilitas sekolah, diantaranya Guru atau disebut tenaga pendidik, Siswa atau yang dikenal sebagai peserta didik, staf sekolah dan masih banyak lainnya.

Guru dan Siswa adalah unsur yang tidak bias dilepaskan, sangat mustahil bila sekolah hanya ada guru namun tidak ada siswa, begitu sebaliknya. Dua komponen ini harus dijadikan satu wadah secara utuh agar terciptanya suatu proses *transfer of knowledge*. Ada peneri, ada yang diberi materi, ada penata materi.

Membicarakan siswa di Sekolah sangatlah menarik, baik dari segi positif semisal prestasi dan keteladanan siswa juga banyak, namun ada juga yang dari segi negatif juga amatlah banyak. Oleh sebab itu kajian mengenai siswa, terlebih akan perilakunya di sekolah sangatlah menarik untuk dikupas lebih mendalam. Dan saya jamin tidak akan pernah habis untuk dikaji secara mendalam.

Dalam dunia pendidikan teramat wajar apabila siswa mampu berperilaku dengan baik dengan menjalani aturan

sekolah yang telah ditentukan, karena sekolah merupakan salah satu jembatan perubahan menuju yang lebih baik. Namun apabila ada siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti aturan, atau dalam bahasa sehari-hari sering disebut siswa yang tidak disiplin atau siswa yang kurang mampu menaati peraturan yang dibuat oleh sekolah, maka siswa akan terkena sanksi disiplin yang sudah diatur dalam tata tertib sekolah. Hal ini membuat ritme kegiatan sekolah siswa menjadi terganggu. Penyesuaian terhadap kondisi sekolah yang mempunyai banyak peraturan sangatlah perlu. Bila siswa tidak mampu menaati peraturan yang berlaku maka akan ada penanganan khusus dari sekolah melalui kesiswaan bahkan guru bimbingan dan konseling agar siswa dapat menjalani peraturan sebagaimana mestinya aturan yang berlaku. Penangan bagi siswa yang tidak disiplin ini bermacam-macam, mulai dari sanksi fisik, bahkan sanksi non fisik, atau pembinaan rutin sampai siswa benar - benar mampu mempunyai kebiasaan sebagaimana aturan yang berlaku. Dengan kata lain siswa disiplin dalam menaati peraturan sekolah.

Dahlan al Barry (1994 : 115) mengemukakan bahwa Disiplin sendiri mempunyai arti menaati tata tertib, ketaatan pada peraturan. Sedangkan Musrofi (2010 : 3) mengartikan disiplin pada siswa adalah suatu keadaan tertib dan teratur yang dimiliki oleh peserta didik di sekolah, tanpa ada pelanggaran-pelanggaran yang merugikan baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap peserta didik sendiri dan terhadap sekolah secara keseluruhan.

Beberapa siswa yang tidak disiplin atau melanggar peraturan itu bukan tanpa sebab, namun ada yang melatar belakang. Hasil wawancara dengan guru BK SMP Diponegoro depok bahwa ada siswa yang tidak disiplin dari diri sendiri, misalnya malas, susah diatur, ada pula faktor dari luar, misalnya latar belakang dari keluarga

broken home atau orang tua yang bercerai, ada pula orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya dan masih banyak lagi. Namun dalam hal ini saya lebih tertarik untuk melihat siswa yang tidak disiplin dari faktor orang tua yang bercerai.

Ketertarikan saya dengan siswa tidak disiplin namun dilatar belakangi dari orang tua yang bercerai bukan tanpa sebab. Salah satu sebab saya tertarik adalah melihat kondisi siswa yang harus membagi dua fokus pada orang tua mereka sendiri, yang mana layaknya orang tua saling melengkapi untuk kasih sayang seorang ayah maupun ibu, namun mereka hanya mendapatkan kasih sayang dari salah satu orang tua mereka saja, entah itu hanya bapak, maupun ibu saja. Proses ini tentunya sangat menghambat, bahkan mengganggu proses pendidikan yang didapatkan siswa. Dukungan moril maupun materil seharusnya tercurahkan semua, namun mereka hanya mendapatkan satu dukungan saja. Ditambah kegiatan orang tua yang *single parent* harus siap bekerja ekstra, yaitu selain mendidik anak, orang tua juga harus mencari nafkah sendiri untuk mencukupi dia dan anak – anaknya. Hal inilah yang memicu anak, sering terabaikan, bilamana terlalu fokus bekerja, maka akan perhatian untuk anak berkurang.

Boedi Abdullah dan Beni Ahmad Saebani (2013 : 58) menuturkan perceraian sendiri mempunyai arti Putusnya pernikahan adalah perceraian. Dalam istilah hukum islam adalah *thalaq*, artinya melepaskan atau meninggalkan. kenakalan remaja yang disebabkan karena *broken home* maupun *quasi broken home* dapat diatasi dengan cara- cara tertentu. Dalam *broken home* cara mengatasi agar anak tidak menjadi *delinquent* ialah orang tua yang bertanggung jawab memelihara anaknya hendaklah mampu memberikan kasih sayang sepenuhnya sehingga anak tersebut merasa seolah-olah tidak pernah kehilangan ayah dan ibunya. Sudarsono (1995 : 126)

menambahkan di samping itu keperluan anak secara jasmaniah (makan, minum, pakaian dan saran-sarana lainnya) harus dipenuhi pula sebagaimana layaknya sehingga anak tersebut terhindar dari perbuatan yang melawan hukum, misalnya pencurian, penggelapan, penipuan, dan delik-delik lain di luar KUH Pidana, misalnya penyalahgunaan obat-obat terlarang seperti narkotika.

Republika Online, pada Rabu, 16 maret 2016, 12.01 WIB ada Temuan mengejutkan dikabupaten sleman bahwa angka perceraian sangatlah meningkat. Seperti pernyataan Humas Pengadilan Agama sleman Marwoto dari Republika.co.id bahwa angka perceraian di Kabupaten Sleman meningkat dari tahun ke tahun, tercatat pada 2014 kasus perceraian yang masuk ke PA Sleman berjumlah 1.389 kejadian. Angka tersebut terdiri dari cerai talak sebanyak 402 dan cerai gugat 987 kasus. Sementara pada 2015 jumlahnya meningkat menjadi 1.509 kasus. Angka tersebut terdiri dari cerai talak 464 dan cerai gugat 1.045 kasus. Sedangkan pada 2016 dari Januari hingga Februari kasus cerai yang masuk berjumlah 170 perkara. Sebanyak 59 merupakan cerai talak, dan sisanya cerai gugat. Marwoto menyampaikan, hal in tentu mengkhawatirkan kelangsungan rumah tangga.

Ini senada dengan pernyataan guru BK di salah satu SMP swasta di Sleman Yogyakarta, yaitu SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta, bahwa beberapa siswa yang sering melanggar peraturan sekolah mereka adalah berlatar belakang dari orang tua yang bercerai. Data guru BK menyatakan ada sekitar 5 anak yang mendapat pantauan khusus dari guru BK untuk selalu didampingi dalam penanganan ketidak disiplin.

Sepertinya benang merah antara siswa, sekolah, rumah (orang tua) sangatlah berkaitan. Ketika rumah merupakan pembelajaran menerapkan hidup dalam

keseharian, sedangkan sekolah merupakan rumah kedua untuk pembelajaran teori, maka diperlukan satu kondisi yang nyaman antara rumah dan sekolah. Hal ini harus terpenuhi agar terwujudnya kenyamanan belajar yang komprehensif. Bila di sekolah diajarkan untuk sekolah, maka seyogyanya pada waktu dirumah, tugas orang tua mengaplikasikan apa yang telah diajarkan di sekolahnya.

Namun dampak perceraian yang dikemukakan saudara Isna Nur Khoeriyah dalam skripsi yang berjudul "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kondisi Mental Dan Motivasi Belajar PAI (Studi Kasus 3 Siswa Kelas Viii Mts Wahid Hasyim Yogyakarta)" menemukan bahwa dampak dari bercerai adalah anak menjadi Malas, Brutal dan melakukan tindakan yang tidak diinginkan. Oleh sebab itu perlu ada tindakan penanganan layanan Bimbingan dan Konseling untuk menangani siswa yang mengalami ketidak disiplin karena sebagai korban perceraian orang tua mereka sendiri. Anak yang orang tua bercerai otomatis kasih sayangnya berkurang, maka dia terpicu untuk mencari kasih sayang dari kegiatan yang lain, yang tanpa ia sadari itu biasanya mengarah kepada hal - hal yang negatif. Hanya perhatian yang intensif dari orang tua ke anak, agar anak bisa berkembang secara optimal. Tidak mengarah pada kasih sayang yang negatif. Oleh karena itu perlu adanya penanganan khusus dalam perubahan tingkah laku.

Gerald Corey (1988 : 196) *Behavior* merupakan salah satu pendekatan layanan bimbingan dan konseling yang berakar pada berbagai teori belajar. Penerapan prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif.

Penggunaan pendekatan Behavior terbukti efektif untuk mengurangi masalah siswa di sekolah. Seperti hasil karya ilmiah skripsi Indah Widuri Amalia yang berjudul Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Pendekatan Konseling Behavior Teknik

Behavior Contract pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 13 Semarang, yang mengatakan bahwa hasil penggunaan teknik behavior mampu mengurangi perilaku prokrastinasi siswa atau dengan bahasa lain siswa yang sulit mengerjakan sesuatu sesuai batas yang telah ditentukan, atau menunda-nunda pekerjaan mengalami penurunan dari yang sedang menjadi rendah, atau dengan angka sekitar 5%.

Pada skripsi lain juga penggunaan teknik behavior sangatlah efektif dalam menangani tiga siswa yang membolos di sekolah, terbukti dengan adanya pemahaman siswa mengenai pentingnya sekolah serta mampu menolak ajakan teman untuk membolos sekolah.

Dalam jurnal paradigm yang ditulis Sigit Sanyata (2012 : 10-11) Behavioristik merupakan salah satu pendekatan teoritis dan praktis mengenai model perubahan perilaku konseli dalam proses konseling dan psikoterapi. Pendekatan behavioristik yang memiliki ciri khas pada makna belajar, conditioning yang dirangkai dengan reinforcement menjadi pola efektif dalam mengubah perilaku konseli. Pandangan deterministik behavioristik merupakan elemen yang tidak dapat dihilangkan Pendekatan behavioristik menekankan pentingnya lingkungan dalam proses pembentukan perilaku. Pendekatan ini bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku salah suai, tidak sekedar mengganti simptom yang dimanifestasikan dalam tingkah laku tertentu. Dengan pendekatan behavior, diharapkan konseli memiliki tingkah laku baru yang terbentuk melalui proses conditioning, hilangnya simptom dan mampu merespon terhadap stimulus yang dihadapi tanpa menimbulkan masalah baru.

PEMBAHASAN

1. Bimbingan dan Konseling Islam
Abdul Choliq Dahlan (2009 : 1)
Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu media untuk memberikan

layanan perbaikan diri. Istilah ini sudah tidak asing bagi kalangan generasi saat ini, alias generasi tahun duaribuan. Secara eksplisit istilah ini merupakan dua sejoli yang tidak bisa dipisahkan. Arah tujuan bimbingan dan konseling merupakan sejalan dengan tujuan islam yaitu untuk kemaslahatan. Seperti peutusan Aunur Rahim Faqih daam bukunya Abdul Choliq Dahlan bahwa bimbingan dan konseling Islami merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2. Teknik Behavior

Gerald Corey (1988 : 196) Behavior merupakan salah satu teknik guna merubah tingkah laku yang lebih adaptif. Pendekatan ini dirasa lebih efektif untuk menangani kasus-kasus dalam dunia pendidikan, khususnya maladaptive. Berfokus pada modifikasi tingkah laku menjadi ciri yang sangat menonjol dalam teknik behavior. Teknik ini berkembang mulai tahun 1950-an hingga sekarang, teknik behavior masih relevan untuk diterapkan.

Penting untuk diketahui bahwa behavior ini merupakan aspek gerakan memodifikasi tingkah laku pada taraf yang masih bias didefinisikan secara operasional, diamati dan diukur. Manusia mempunyai potensi positif dan negatif yang bias jadi terbentuk karena factor lingkungan social budaya. Adapun ciri behavior dapat dilihat dari :

- a. Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak
- b. Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*.
- c. Perumusan prosedur *treatment* yang spesifik sesuai dengan masalah.

d. Penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi.

Arah dari behavior dasarnya adalah mengarah pada perolehan tingkah laku baru yang lebih adaptif, sehingga dapat menghapus tingkah laku yang maladaptive. Serta tingkah laku dapat diasosiasikan dengan tingkah laku yang nampak, dan berpusat pada *here and Now*. Semua tingkah laku dapat dipelajari baik yang adaptif maupun yang maladaptive. Belajar merupakan cara efektif mengubah tingkah laku maladaptif.

Corey (1988 : 212-220) menuturkan macam-macam teknik behavior antara lain:

a. Desensitisasi sistematis

Ini merupakan salah satu teknik paling luas dalam behavior. Desensitisasi sistematis digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif, dengan menyertakan pemunculan tingkah laku yang hendak dihapuskan. Hal ini klien diarahkan untuk menampilkan suatu respon yang tidak konsisten dengan kecemasan. Wolpe dalam bukunya corey membagi prosedur desensitisasi *pertama*-analisis tingkah laku atas stimulus-stimulus yang bias membangkitkan kecemasan dalam suatu wilayah tertentu seperti penolakan, rasa iri. *Kedua*-latihan relaksasi. *Ketiga*-membuat keadaan klien santai dengan mata tertutup.

b. Asertif

Klien belajar untuk membedakan tingkah laku agresif, pasif dan asertif. Tujuannya agar klien belajar bertingkah laku asertif.

c. Aversi

Teknik ini untuk meredakan gangguan behavior yang spesifik. Agar tingkah laku sesuai yang

- diinginkan, maka stimulannya adalah berupa hukuman-hukuman.
- d. Skedul penguatan
Memperkuat tingkah laku yang muncul. Maka setelah perilaku terbentuk, maka penguatan dikurangi, tambahan dari Jeanette Murad Lesmana (2005 : 30)
- e. Shapping
Tingkah laku yang dipelajari secara bertahap dengan pendekatan suksesif. Untuk itu konselor membagi secara terinci supaya klien dapat belajar dengan detail dan terici.
- f. Teknik Relaksasi
Teknik yang digunakan untuk membantu konseli mengurangi ketegangan fisik dan mental dengan latihan pelepasan otot-ototnya dan pembayangan situasi yang menyenangkan saat pelepasan otot-ototnya sehingga tercapai kondisi rilek baik fisik dan mentalnya.
- g. Teknik Flooding
Teknik yang digunakan konselor untuk membantu konseli mengatasi kecemasan dan ketakutan terhadap sesuatu hal dengan cara menghadapkan konseli tersebut dengan situasi yang menimbulkan kecemasan tersebut secara berulang-ulang sehingga berkurang kecemasannya terhadap situasi tersebut.
- h. Reinforcement Technique
Teknik yang digunakan konselor untuk membantu meningkatkan perilaku yang dikehendaki dengan cara memberikan penguatan terhadap perilaku tersebut.
- i. Modelling
Teknik untuk memfasilitasi perubahan tingkah laku konseli dengan menggunakan model.
- j. Cognitive restructuring
Teknik yang menekankan perubahan pola pikiran, penalaran, sikap konseli yang tidak rasional menjadi rasional dan logis.
- k. Self Management
Teknik yang dirancang untuk membantu konseli mengendalikan dan mengubah perilaku sendiri melalui pantau diri, kendali diri, dan ganjar diri.
- l. Behavioral Rehearsal
Teknik penggunaan pengulangan atau latihan dengan tujuan agar konseli belajar ketrampilan antarpribadi yang efektif atau perilaku yang layak.
- m. Kontrak
Suatu kesepakatan tertulis atau lisan antara konselor dan konseli sebagai teknik untuk memfasilitasi pencapaian tujuan konseling. Teknik ini memberikan batasan, motivasi, insentif bagi pelaksanaan kontrak, dan tugas-tugas yang ditetapkan bagi konseli untuk dilaksanakan anatr pertemuan konseli.
- n. Pekerjaan Rumah
Teknik yang digunakan dengan cara memberikan tugas / aktivitas yang dirancang agar dilakukan konseli antara pertemuan konseling seperti mencoba perilaku baru, meniru perilaku tertentu, atau membaca bahan bacaan yang relevan dengan masalah yang dihadapinya.
- o. Extinction (Penghapusan)
Extinction (Penghapusan) adalah menghentikan reinforcement pada tingkah laku yang sebelumnya diberi reinforcement.
- p. Punishment (Hukuman)
Hukuman (Punishment) merupakan intervensi operant-conditioning yang digunakan konselor untuk mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan.
- q. Time-out

Time-out merupakan teknik menyingkirkan peluang individu untuk mendapatkan penguatan positif.

Winkel (1997 : 399) melengkapi dengan beberapa rangkaian behavioristic dalam konseling, ABC (Antecedent-Behavior-Consequence). Antecedent adalah kejadian-kejadian yang mendahului behavior, sedangkan consequence adalah efek yang mengikuti atau berlangsung setelah behavior.

3. Tidak Disiplin

Ariesandi (2008 : 230-231) mengaiti sikap tidak disiplin merupakan lawan kata dari disiplin, disiplin sendiri didefinisikan oleh Ariesandi adalah proses melatih pikiran dan karakter anak secara bertahap sehingga menjadi seseorang yang memiliki kontrol diri dan berguna bagi masyarakat. Furqon (2010 : 45-49) melihat cara penegakan disiplin melalui peningkatan Motivasi, pendidikan dan latihan, kepemimpinan dan penegakan aturan. Agus Wibowo (2012 : 85-86) mengindikasikan Kedisiplinan Peserta didik:

- a) Masuk sekolah tepat waktu pada jam yang telah ditentukan oleh peraturan di sekolah.
- b) Mengakhiri kegiatan belajar dan pulang sesuai jadwal yang ditentukan.
- c) Menggunakan kelengkapan seragam sekolah sesuai peraturan.
- d) Menjaga kerapian dan kebersihan pakaian sesuai dengan peraturan sekolah.
- e) Apabila berhalangan hadir ke sekolah (tidak masuk sekolah), maka harus menyertakan surat pemberitahuan ke sekolah.
- f) Mengikuti keseluruhan proses pembelajaran dengan baik dan aktif.

g) Mengikuti dan melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler yang ditentukan di sekolah.

h) Mengerjakan tugas yang diberikan guru.

i) Melaksanakan tugas piket kelas sesuai jadwal yang ditentukan.

j) Mengatur waktu belajar, Sulistyorin (2009 : 109).

k) Dari indikator diatas, cukup mudah untuk mengkategorikan ketidak disiplin. Cukup siswa melanggar salah satu dari poin indikator tersebut, maka siswa dapat dikatakan tidak disiplin.

4. Perceraian

Dalam keluarga pasti menginginkan yang terbaik untuk kehidupan dan kelangsungan mobilitas keluarga. namun terkadang ada juga ada kemungkinan yang itu biasanya diluar dugaan kita. seperti halnya perceraian. Boedi Abdullah & Beni Ahmad Saebani (2013 : 58) mengartikan perceraian adalah Putusnya pernikahan adalah perceraian. Dalam istilah hukum Islam disebut *thalaq*, artinya melepaskan atau meninggalkan.

Sangat bias dipastikan apabila anak yang seharusnya perlu pendampingan dari kedua orang tua, namun hal itu terbelah menjadi hanya ssatu orang tua, akan menjadikan dampak tersendiri bagi kondisi anak. Sedangkan umumnya seorang anak ada kedua orang tuanya.

M. Yusuf di Jurnal al Bayan mengatakan bahwa Perceraian sendiri mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan Jiwa dan pendidikan anak, terutama anak usia Sekolah Dasar dan remaja. Diantaranya dapat menyebabkan anak bersikap pendiam dan rendah diri, nakal yang berlebihan, prestasi belajar rendah dan merasa kehilangan. Pada umumnya anak-anak yang keluarganya bercerai

ikut bersama ibunya, dan semua biaya hidupnya yang seharusnya menjadi tanggung jawab bapak tetapi menjadi tanggung jawab si ibu.

a) Assessment

Masalah yang dihadapi siswa adalah siswa tidak disiplin dalam kegiatan sehari-hari di sekolah. Dimulai sering datang terlambat, meninggalkan pelajaran tanpa izin dengan pergi ke kantin sekolah, terlebih setelah ke kantin mereka merokok. Ketidak disiplin yang ditunjukkan lagi seperti sering mengeluarkan baju dan tidak shalat dhuha.

Setelah dilakukan konseling, terdapat temuan bahwa siswa melakukan semua itu karena faktor kejenuhan dari rumah. Latar belakang siswa yang orang tuanya bercerai, sehingga siswa hanya *single parent* yaitu diasuh oleh ibu, sedangkan ibu bekerja untuk memenuhi kehidupan sehari-hari.

Dengan kegiatan si ibu yang bekerja *full time* membuat kondisi fisik sang ibu menjadi lelah, ketika sang ibu lelah dan si anak melakukan kesalahan sedikit saja, maka membuat si ibu cepat marah, melampiaskan kekesalannya baik dengan kata-kata keras, maupun fisik.

Hal ini yang dirasakan anak dirumah tidak nyaman. Ketika di rumah tidak nyaman hanya dengan luapan kemarahan dan ditambah kegiatan sekolah yang sangat kompleks, maka anak menjadi jenuh. Pemaparan anak ketika ketahuan merokok, pernyataan yang sangat mencengangkan adalah merokok merupakan luapan kejenuhan dalam hidupnya. Secara eksplisit si anak hanya ingin diperhatikan lebih mendalam. Lebih-lebih rasa kasih

sayang orang tua kepada anak. Perlu digaris bawahi bahwa hubungan anak dengan ibu secara material finansial sangatlah tercukupi untuk sang anak.

b) Goal Setting

Proses selanjutnya penyusunan tujuan konseling, dimulai dari mendiskusikan konsekuensi sang anak bila masih terus tidak disiplin maka akan membuat anak semakin terpuruk dalam pembelajaran. Dilanjut mulai menyadarkan anak bahwa perilaku yang dilakukan itu akalah perilaku maladaptif. Dan hal yang diinginkan anak sebenarnya apa.

Menggali hambatan-hambatan anak, mengenai perilaku maladaptive dengan kordinasi dengan orang tua. Membuat *planning* dalam menanggulangi ketidak disiplinannya, dimulai dari hal-hal yang terkecil seperti datang tepat waktu, belajar fokus dikelas dan lain-lain

c) Technique Implementation

Penggunaan teknik dimulai dari membuat anak serileks mungkin. Dari mulai disuruh menghela nafas, dilanjutkan mengeluarkan nafas, ditambah disuruh memejamkan mata dengan posisi duduk yang sangat nyaman, dengan mengistrukan membayangkan apa yang dirasakan klien, dan membayangkan klien mendapatkan sesuatu yang menarik baginya. Selanjutnya Modeling. Penggunaan teknik modeling ini diwujudkan dengan memberikan model keteladanan akhlak Rasulullah dan kedisiplinan dan kegigihan Rasulullah. Kenapa menggunakan model Rasulullah atau Nabi Muhammad dirasa sesuai dengan sendi-sendi Islam. Rasulullah juga mempunyai

perilaku yang sangat sempurna dalam hal sifat kebaikan. Dari mulai menghargai waktu dan cara berpakaian, bertutur kata dan bersikap. Serta konsep ini sejalan dengan pahala dan dosa, serta surge dan neraka. Dimulai dengan penugasan kepada anak dengan membaca buku tentang kepribadian akhlak Rasulullah, setelah selesai membaca, anak disuruh enulskan poit penting yang didapat setelah ia baca. Hal ini dimaksudkan selain mengubah tingkah laku, anak juga bisa latihan membaca, serta memahami isi dari buku.

Pertama dari teknik ini yang perlu dilakukan adalah behavior Kontrak, semacam MOU atau kesepakatan antar konselor dan konseli, menyepakati untuk siap menjalani terapi behavior. Dalam bentuk hitam diatas putih. Agar kedepan apabila konseli diluar hal diinginkan bisa teratasi, ditambah untuk selalu mengangsat satu kontrak yang harus disepakati, agar reward dan punishment nya bisa dijalankan tanpa ada paksaan, melainkan sesuai kesepakatan kontak. Tidak hanya itu bila konseling melanggar ada tindakan yang mengekang.

Reward apabila konseli dapat menjalankan tugasnya, berupa sangsi penghapusan Point pelanggaran siswa sebesar 2 point dan penghapusan hukuman tidak shalat sunnah 2 rakaat.. Sedangkan punishmentnya adalah diberikan poit pelanggaran sebanyak 5 point, shalat sunnah 8 rakaat dan hafalan surat-surat pendek Juz Amma. Bahkan akan ada reward berupa membelikan makanan di kantin (di traktir). Tujuan dari reward berup shalat dan hafalan Juz Amma adalah meletakkan sendi - sendi nafas

islami dan melatih pribadi siswa untuk giat mengerjakan kewajibannya sebagai seorang muslim yang taat.

Alur dari modeling dimulai dari memaparkan dari sebuah cerita tentang perilaku Rasulullah, yang selalu menjalankan shalat tepat waktu. Itu di kontekskan dengan kegiatan berangkat sekolah harus tepat waktu bahkan lebih.

Modeling tahap kedua dengan memberikan video/film tentang perjuangan Rasulullah ketika kecil, asumsinya biar bisa belajar dari rasulullah ketika masa kecil beliau. Hal ini dirasa sangat tepat, karena masa kecil rasulullah bisa mandiri meskipun tanpa kedua orang tua. Berarti mendorong siswa agar tidak kecil hati, dengan analogi, Rasulullah dengan tanpa orang tua saja bisa sukses, seharusnya siswa juga mencohtoh Rasulullah. Mekanismenya adalah ketika anak sudah diperlihatkan film yang terkait tentang Rasulullah, maka si anak juga mencatat pesan apa atau inti dari film yang dilihat itu apa, dengan begitu anak tidak ahanya melihat namun merekam hasil yang ia lihat dengan tulisan.

Setelah langkah modeling diperlihatkan, maka siswa akan dilihat dari kegiatan berangkat sekolah pagi, apakah masih sering terlambat atau tidak. Sekali lagi pemantauannya menggunakan table jam ketepatan waktu, setiap datang kesekolah dicatat waktunya. Tidak perlu berlebihan, cukup memberikan sebuah *form table* kebaikan, yang indikatornya terkait pelanggaran yang pernah dilakukan namun tidak dilakukan lagi. Apabila siswa mampu menjalankan tugas dan tidak melanggar, maka akan di beri

hadiah, berupa pengurangan hukuman. Dengan kata lain siswa mencatat kebaikan yang telah dilakukan.

Kedua dengan hukuman, hal ini sejalan dengan reward dan punishment di modeling, bila disiplin mendapat reward, maka bila melanggar mendapat punishment. Hal ini digunakan agar ada konsekuensi dalam setiap perbuatan. Adapun hukuman hampir sama metode punishmentnya adalah hafalan surat pendek dan melakukan shalat sunnah. Serta ditambah akan membayar uang seribu rupiah bila melanggar tiga kali berturut-turut. Hal ini dimaksudkan, agar uang yang didapat sebagai hukuman nantinya bila mendapat reward bisa digunakan. Teknik ini akan dibuatkan tabel khusus untuk melihat indikator keberhasilan, dan dicatat secara terus menerus. Sebenarnya lebih menekankan modeling kepada akhlak Rasulullah, agar siswa selain meneladani akhlak, juga dapat mencontoh spiritual Islam lebih mendalam.

Teknik selanjutnya adalah teknik pekerjaan rumah, hal ini dimaksudkan agar siswa mempunyai kegiatan yaitu belajar dirumah, sehingga konseli mempunyai kesibukan belajar dan tidak dialihkan kepada kegiatan negatifnya, seperti merokok dan nongkrong dengan teman-temannya dimalam hari.

Indikatornya sederhana, setiap hari siswa mencatat hal apa saja yang di abaca, meskipun sedikit, waktu yang ditentukan belajar dirumah satu minggu pertama cukup 15 menit perhari. Harapan dengan membaca dan menulisnya, maka siswa mempunyai kesibukan belajarnya.

Selain itu setiap hari ada dua surat pendek yang dihafalkan. Hal mengapa menggunakan hanya 15 menit, karena ekspektasinya mengarah kepada konsistensi belajar, bila 15 menit perhari berhasil, maka ditingkatkan menjadi 30 menit perhari belajarnya, namun bila kondisi masih belum menunjukkan progress, maka minggu berikutnya masih tetap 15 menit sampai dia bisa konsisten.

Namun bila sehari tidak belajar atau menulis hasil belajarnya, maka akan terkena sanksi shalat sunnah 8 rakaat. Reinforcement dalam teknik ini adalah bila mana klien sukses menjalankan tugasnya, maka akan mendapatkan bintang satu, bintang ini nantinya bisa untuk menambah nilai mata pelajaran akhlak. Selain itu pula penguatan akan diberikan dalam bentuk pujian seperti "kamu bisa, kamu hebat, kamu baik". Terlebih dalam setiap kegiatan jika klien berhasil menjalankan, maka akan mendapatkan buku dan bolpoin bila mencapai waktu satu minggu.

Time-out tehnik akan dilakukan apabila konseli membolos sekolah dijam pelajaran, gambarannya jika siswa ketahuan membolos pada jam pelajaran efektif, maka konsekuensinya adalah membersihkan kamar mandi, dan itu dilakukan hingga perilakunya membolos dapat berhenti.

d) Evaluation-Termination

Disesi terakhir akan selalu mereview perilaku yang telah ditunjukkan, secara berkala dan setiap seminggu sekali. Pilihan rencana kedua melakukan teknik pembanjiran. Dimana klien apabila membolos akan diberikan hak sepuasnya agar membolos. Hal ini ditujukan

membuat klien bosan. Selanjutnya guna menanggulangi merokok, klien diajak disatu ruangan untuk merokok dengan menyediakan beberapa puluh batang rokok dan merokoknya sampai sebanyak mungkin.

Evaluasi ini dilakukan tentunya memudahkan pemantauan dan sentralisasi dalam penanganan. Tabel yang telah disepakati di atas dengan indikator perilaku yang positif, tentunya membuat arah tujuan tentang penghapusan perilaku maladaptif lebih terlihat. Bila masih belum menunjukkan hasil yang signifikan, bisa dikonsultasikan ke psikolog anak, atau alih tangan kasus kepada yang lebih detail.

PENUTUP

Behavior merupakan salah satu pendekatan bimbingan dan konseling yang berpusat pada tingkah laku. Tidak disiplin merupakan salah satu perilaku maladaptif yang ada disekolah. Perilaku siswa yang tidak disiplin perlu diubah menjadi perilaku disiplin yang lebih adaptif.

Proses perubahan tingkah laku dapat dipakai dengan meneladani akhlak rasullullah. Tidak hanya akhlak, namun rasullullah merupakan manusia superior yang bias diteladani dari segi apapun, baik

dari ibadah, ketaatan, kepasrahan, serta kegigihan. Seperti untuk mencontoh sekolah tepat waktu, meneladani ketepatan rasullullah dan menjalankan shalat lima waktu. Teknik pekerjaan rumah yang bertujuan siswa dapat belajar dengan konsisten. Serta reinforcement yang dibangun adalah mendapatkan tambahan nilai pada pelajaran akhlak dan mendapatkan buku dan bolpoin setiap seminggu sekali bila tugasnya tuntas. Namun tidak dipungkiri perlu menggunakan teknik hukuman, agar siswa lebih bisa serius dan tanggung jawab dengan apa yang ia kerjakan. Reward dan punishment dalam konteks ini nantinya berdampak pada keterkaitan dalam pemberian. Bila rewardnya mendapat gratis jajan dikantin, maka punishmentnya berupa uang yang nantinya dapat digunakan untuk rewardnya, itupun melalui proses pelanggaran tiga kali berturut-turut. Adapun model reward dan punishment yang lain hampir sama, persilangan, bila menjalankan dapat subsidi shalat, bila melanggar ditambah shalat. Tentunya melalui tahapan kontrak diawal yang telah disepakati secara sadar. Disini evaluasi bila masih belum menunjukkan perubahan yang signifikan bisa dialih tangankan kepada ahli yang dianggap mumpuni dalam mengubah tingkah laku anak kearah yang lebih baik bisa psikolog anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Choliq Dahlan, 2009, *Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan pendekatannya)*, Yogyakarta: Pura Pustaka.
- Agus Wibowo, 2012, *Pendidikan Karakter, Strategi membangun Karakter Bangsa Berperadapan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Andi Prastowo, Memahami, 2011, *Metode-Metode Penelitian: suatu tinjauan teoritis dan praktis*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ariesandi, 2008, *Rahasia Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia, Tips dan Terpuji Melejitkan Potensi Optimal Anak*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arsip Guru BK mengenai pendampingan siswa yang melanggar peraturan. Jum'at, 1 September 2016.
- Boedi Abdullah & Beni Ahmad Saebani, 2013, *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim*, Bandung: Pustaka Setia.

- Boedi Abdullah dan Beni Ahmad Saebani, 2013, *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim*, Bandung: CV Pustaka Setia.
- Gerald Corey, 1988, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Eresco.
- Indah Widuri Amalia, *Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Pendekatan Konseling Behavior Teknik Behavior Contract pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 13 Semarang*, Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Bimbingan dan Konseling, S1 Universitas Negeri Semarang.
- Isna Nur Khoeriyah, *Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kondisi Mental Dan Motivasi Belajar Pai (Studi Kasus 3 Siswa Kelas Viii Mts Wahid Hasyim Yogyakarta)*, skripsi, fakultas tarbiyah dan keguruan.
- J. R. Raco, 2010, *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Kegunaannya*, Jakarta: Grasindo.
- Jeanette Murad Lesmana, 2005, *Dasar-dasar Konseling*, Jakarta: UI Press.
- M. Dahlan Al Barry, 1994, *Kamus Ilmiah Populer*, Surabaya: Arkola.
- M. Furqon Hidayatullah, 2010, *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*, Surakarta: Yuma Pressindo.
- M. Musrofi, 2010, *Melesatkan Prestasi Akademik Siswa, Cara Praktis Meningkatkan Prestasi Akademik Siswa Tanpa Kekerasan dan Tanpa Harus Menambah Jam Belajar*, Yogyakarta: PT Pustaka Intan Madani, Anggota IKAPI.
- M. Yusuf, MY. *Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak*, Jurnal Al-Bayan / VOL. 20, NO. 29, JANUARI - JUNI 2014.
- Republika Online, *Duh, Angka Perceraian di Sleman Meningkat*, Rabu, 16 maret 2016, 12.01 WIB
- Sigit Sanyata, 2012, *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling*, Jurnal Paradigma, No. 14 Th. VII, Juli.
- Sudarsono, 1995, *Kenakalan Remaja*, Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Sulistiyorini, 2009, *Menejemen Pendidikan Islam Konsep, Strategi dan Aplikasi*, Yogyakarta: Teras.
- W.S. Wingkel, 1997, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Jakarta: Gramedia.
- Wanda Esa Adi Wibowo, *Upaya Mengatasi Perilaku Membolos Sekolah Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Behavior Teknik Kontrak Perilaku (Penanganan Kasus Pada Siswa SMP Negeri 4 Rembang)*. Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan - Bimbingan dan Konseling, S1 Universitas Negeri Semarang.
- Wawancara Guru BK SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta pada Hari Senin, 29 Agustus 2016

GUSJIGANG
JURNAL KONSELING