

## Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Shaping*

Elina Septi Rahayu<sup>1</sup>, Richma Hidayati<sup>2</sup>, Susilo Rahardjo<sup>3</sup>

Universitas Muria Kudus

Email: [elinaseptirahayu@gmail.com](mailto:elinaseptirahayu@gmail.com)<sup>1</sup>, [richma.hidayati@umk.ac.id](mailto:richma.hidayati@umk.ac.id)<sup>2</sup>, [susilo.rahardjo@umk.ac.id](mailto:susilo.rahardjo@umk.ac.id)<sup>3</sup>

### Info Artikel

#### Keyword:

*Discipline in learning\_1*

*Behavioristic counseling\_2*

*Shaping\_3*

### Abstract

The purpose of this study is to describe the factors that cause low student discipline in learning at MTs Sabilul Ulum Mayong and to help students improve discipline in learning through behavioristic counseling with shaping techniques. The type of research used is case study research. The data analysis used is inductive qualitative data analysis which consists of data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results showed that there was an increase in student discipline in learning at MTs Sabilul Ulum Mayong after being given behavioristic counseling services with shaping techniques. This can be seen from the behavior of the two counselees who start to go to school on time, collect assignments on time, and pay attention to the teacher during lessons. Thus, it can be concluded that the discipline in learning of MTs Sabilul Ulum Mayong students can be improved through behavioristic counseling with shaping techniques.

### Pendahuluan

Peserta didik tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib selama mengikuti kegiatan pembelajaran di Sekolah. Setiap peserta didik dituntut untuk dapat berperilaku disiplin sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah tersebut. Disiplin sangatlah penting dalam proses pendidikan, menurut Yusuf (1989, dalam Susanto, 2018:116) bahwa dengan disiplin anak dapat memahami batas-batas norma dan mampu berperilaku sesuai dengan batasan norma tersebut. Maka dari itu sekolah pasti memiliki sebuah aturan yang harus diikuti serta diterapkan oleh guru, siswa, dan seluruh warga sekolah. Aturan yang diberlakukan bagi siswa, guru, dan seluruh warga sekolah menjadi landasan kedisiplinan di sekolah.

Pendidikan di sekolah harus betul-betul memperhatikan disiplin. Kedisiplinan harus diciptakan dan ditanamkan agar dapat diresapi dan benar-benar dimiliki oleh setiap siswa. Namun pada kenyataannya, masih banyak siswa yang belum memiliki kedisiplinan yang baik. Selama pandemi, proses pembelajaran di MTs Sabilul Ulum Mayong berlangsung dalam dua tahapan, siswa dibagi menjadi dua kelompok berdasarkan nomor absen. Siswa kelompok pertama datang ke sekolah untuk mengikuti pembelajaran luring selama satu minggu, dan di minggu berikutnya siswa kelompok pertama mengikuti pembelajaran daring, bergantian dengan siswa kelompok kedua.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti terhadap siswa MTs Sabilul Ulum Mayong khususnya kelas IX, pada tanggal 5-26 November 2020 pukul

07.00-11.00 WIB selama kegiatan pembelajaran luring berlangsung, didapati masih banyak sekali siswa yang belum memiliki kedisiplinan belajar yang baik, di antaranya terlambat masuk sekolah, terlambat masuk kelas setelah jam istirahat, tidak memperhatikan guru saat pembelajaran, dan membolos. Begitu pula berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru bimbingan dan konseling di MTs Sabilul Ulum Mayong yang menyatakan bahwa masih banyak siswa yang sering terlambat mengumpulkan tugas, tidak mengerjakan PR, tidak datang ke sekolah, dan keluar kelas saat jam pelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar siswa MTs Sabilul Ulum masih sangat rendah. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana jika kedisiplinan belajar siswa kelas IX MTs Sabilul Ulum Mayong ditingkatkan dengan menggunakan teknik yang ada dalam bimbingan dan konseling.

Skinner (2013:103) berpendapat bahwa tingkah laku yang dikontrol berdasarkan pada prinsip operant conditioning yang memiliki asumsi bahwa perubahan tingkah laku diikuti dengan konsekuensi. Asumsi dasar operant conditioning tentang tingkah laku yaitu tingkah laku mengikuti hukum atau prinsip tertentu, tingkah laku dapat diramalkan, tingkah laku dapat dikontrol atau dimanipulasi, tingkah laku dikontrol dengan teknik analisis fungsional dalam bentuk hubungan sebab akibat dan bagaimana suatu respons timbul mengikuti stimulus atau kondisi tertentu yang dikontrol penyebabnya. Pendekatan ini merupakan salah satu pendekatan behavioristik yang memiliki asumsi dasar bahwa perilaku manusia dapat dipelajari dan dapat diubah.

Tingkah laku dapat dikontrol dengan memberikan stimulus yang berupa penguatan (reinforcement) yang diberikan setiap kali perilaku baru yang diinginkan muncul, teknik yang mengajarkan pembentukan perilaku baru ini disebut teknik *shaping*. Teknik *shaping* merupakan salah satu teknik dalam pendekatan behavioristik. dengan demikian, Layanan konseling behavioristik dengan menggunakan teknik *shaping* dirasa tepat untuk diberikan kepada siswa untuk membantu meningkatkan kedisiplinan belajarnya.

Teknik *shaping* yang diterapkan untuk mendisiplinkan siswa harus terus diterapkan serta dibiasakan dalam kehidupan siswa untuk menunjang keberhasilan dan untuk memunculkan perilaku yang diinginkan. Lubis (2011:172) menyatakan bahwa terapi pembentukan (*shaping*) dilakukan dengan mempelajari tingkah laku secara bertahap sehingga dapat memudahkan konselor dalam membagi tingkah laku yang dicapai dalam unit yang kecil. Pendapat ini diperkuat oleh pernyataan Kartono (1987:406) yang menyatakan bahwa teknik *shaping* mengajarkan suatu reaksi yang diinginkan dengan jalan memperkuat seri langkah yang berturut-turut menuju ke arah reaksi akhir. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik *shaping* dilakukan dengan mengubah tingkah laku secara bertahap dengan memperkuat unsur-unsur kecil tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir.

Berdasarkan pemikiran tersebut, peneliti berharap kedisiplinan belajar siswa MTs Sabilul Ulum Mayong dapat meningkat setelah diberikan layanan konseling behavioristik dengan teknik *shaping*.

### Metode Penelitian

Merujuk pada permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini, maka penelitian ini perlu menggunakan metode penelitian kualitatif. Bogdan dan Taylor (1972, dalam Moleong, 2002:4) mendefinisikan metode penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghadirkan data deskriptif beberapa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau pelaku yang dapat diamati. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian studi kasus.

Penelitian ini dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan dengan menggunakan tahapan yang ada dalam konseling behavioristik, yaitu sebagai berikut: 1. asesmen (*assessment*), 2. menentukan tujuan (*goal setting*), 3. mengimplementasikan teknik (*technique implementation*), 4. evaluasi dan pengakhiran (*evaluation and termination*), 5. Umpan balik (*feedback*). Pada tahap implementasi teknik, dimasukkan tahapan dalam teknik *shaping*, di antaranya 1. Membuat analisis ABC, 2. Menetapkan target perilaku spesifik yang akan dicapai bersama konseli, 3. Menentukan bersama penguatan yang akan digunakan, 4. Membuat perencanaan dengan membuat tahapan pencapaian perilaku mulai dari perilaku awal sampai perilaku akhir, 5. Perencanaan dapat dimodifikasi selama berlangsungnya program *shaping*, dan 6. Penetapan waktu pemberian reinforcement pada setiap tahap program.

Penelitian ini dilakukan di MTs Sabilul Ulum Mayong yang berlokasi di Jl. Welahan No. 30 Gloge, Mayong Lor, Kecamatan Mayong, Kabupaten Jepara, Jawa Tengah 59465. Subjek penelitian adalah dua orang siswa MTs Sabilul Ulum yang memiliki kedisiplinan belajar yang rendah, yaitu YDD dan ZC. Dua siswa tersebut sering kali terlambat masuk sekolah, terlambat mengumpulkan tugas, tidak mengerjakan PR dan tidak memperhatikan guru selama proses pembelajaran.

Untuk memperoleh data yang lengkap mengenai kedisiplinan belajar konseli, peneliti menggunakan metode pengumpulan data di antaranya observasi, wawancara, dan dokumentasi.

### Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan belajar dua konseli yang menjadi subjek penelitian ini, hal ini nampak pada perilaku kedua konseli yang mulai menunjukkan kedisiplinan belajar yang baik. Berikut adalah pembahasan hasil penelitian untuk masing-masing konseli.

#### 1. Konseli I (YDD)

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa YDD termasuk siswa yang memiliki kedisiplinan belajar yang rendah. Dari hasil konseling yang dilakukan pada tanggal 12 April 2021, 19 April 2021, dan 26 April 2021 diperoleh data bahwa YDD memiliki perilaku yang menunjukkan ia memiliki kedisiplinan belajar yang

rendah, hal ini ditunjukkan oleh kebiasaan YDD yang terlambat masuk sekolah, terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan guru, dan tidak memperhatikan guru saat pembelajaran daring. Hal tersebut disebabkan oleh YDD yang terlambat bangun karena ia harus begadang untuk mengerjakan tugas yang batas waktu pengumpulannya sudah mepet, hal ini menyebabkan YDD harus mengantri lebih lama untuk setor mengaji sehingga YDD terlambat masuk sekolah. Selain itu, YDD sering memanfaatkan izin menggunakan HP yang diberikan pondok pesantren untuk bermain sosial media saat pembelajaran daring berlangsung, hal ini menyebabkan YDD tidak memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung.

Rendahnya kedisiplinan belajar ini harus segera ditangani agar tidak mempengaruhi kehidupan konseli kedepannya. Oleh karena itu, peneliti menggunakan konseling behavioristik dengan teknik *shaping* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar YDD.

Dari hasil penelitian terhadap konseli YDD yang telah dipaparkan di atas, dapat dijelaskan faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kedisiplinan belajar YDD, yaitu kurangnya motivasi dan konsentrasi saat pembelajaran dan mengerjakan tugas, serta faktor lain yang berasal dari luar diri YDD yaitu padatannya kegiatan yang ada di pondok pesantren serta aturan yang sangat ketat akan penggunaan HP membuat YDD sering melupakan tugas sekolah dan terkecoh untuk membuka sosial media jika ada kesempatan. Hal ini sesuai dengan teori dari Suradi (2011, dalam Ardiansyah, 2013:20-21) yang menyatakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar, baik secara intrinsik yang berasal dari dalam diri seseorang, maupun ekstrinsik yang berasal dari luar diri seseorang, yakni 1) faktor intrinsik berupa faktor psikologi, seperti minat, motivasi, bakat, konsentrasi, dan kemampuan kognitif dan 2) faktor ekstrinsik berupa faktor non-sosial, seperti keadaan udara, waktu, tempat, dan peralatan maupun media yang dipakai untuk belajar dan faktor sosial, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Faktor utama yang mempengaruhi rendahnya kedisiplinan YDD adalah kurangnya motivasi belajar, kurangnya motivasi belajar yang dialami YDD secara tidak langsung mempengaruhi konsentrasinya dalam pembelajaran maupun saat mengerjakan tugas. Hal ini menjadi lebih buruk karena YDD tidak dapat mengatur waktu belajar di sela-sela padatannya kegiatan pondok.

Setelah dilakukan proses konseling behavioristik dengan teknik *shaping* sebanyak tiga kali pertemuan dengan konseli YDD, terjadi perubahan perilaku yang ditunjukkan oleh YDD. Pada proses konseling, YDD berhasil membentuk perilaku baru dimana sebelum dilakukannya proses konseling YDD menunjukkan perilaku disiplin belajar yang rendah, namun kini YDD telah berhasil menunjukkan perubahan dengan berperilaku lebih disiplin dalam belajar. Hal ini dapat dilihat dari perilaku YDD yang sudah mulai aktif mengikuti pembelajaran daring, masuk sekolah tepat waktu, mengerjakan PR dan mengumpulkan tugas tepat waktu. Saat peneliti melakukan observasi kepada konseli sesudah konseling yang dilaksanakan pada tanggal 5 Mei 2021 dengan hasil bahwa YDD sudah berhasil membentuk perilaku yang lebih disiplin dalam belajar.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 5 Mei 2021 dengan wali kelas dan teman dekat satu kelas YDD setelah melakukan konseling, didapatkan hasil bahwa konseli YDD mengalami perubahan yang signifikan, YDD telah berhasil meningkatkan kedisiplinan belajarnya. Dengan adanya hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti, dapat disimpulkan bahwa konseling behavioristik dengan teknik *shaping* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar YDD.

## 2. Konseli II (ZC)

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ZC termasuk siswa yang memiliki kedisiplinan belajar yang rendah. Dari hasil konseling yang dilakukan pada tanggal 12 April 2021, 19 April 2021, dan 26 April 2021 diperoleh data bahwa ZC memiliki perilaku yang menunjukkan bahwa ia memiliki kedisiplinan belajar yang rendah, hal ini ditunjukkan oleh sikap ZC yang tidak suka mengerjakan tugas sekolah dan tidak mengumpulkan tugas yang diberikan guru, sehingga guru yang bersangkutan harus menagih langsung kepada ZC untuk mengumpulkan tugasnya. Hal ini disebabkan oleh ZC yang lebih suka membantu orangtuanya mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan menjadi contoh yang baik untuk adiknya dan akibatnya ZC menjadi mengabaikan tugas sekolah dan tidak mengerjakannya.

Walaupun pada akhirnya ZC tetap mengerjakan dan mengumpulkan tugas yang diberikan setelah ditagih oleh guru, namun perilaku yang menunjukkan rendahnya kedisiplinan belajar ZC ini harus segera ditangani agar tidak menimbulkan dampak yang buruk pada ZC kedepannya. Oleh karena itu, peneliti memberikan konseling behavioristik dengan teknik *shaping* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar ZC.

Dari hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas, dapat dijelaskan faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kedisiplinan belajar ZC, yaitu kurangnya minat dan kesadaran diri ZC terhadap pentingnya kedisiplinan belajar, serta faktor yang berasal dari luar diri ZC yaitu lingkungan keluarga yang membuat ZC merasa ia bertanggung jawab untuk segala pekerjaan rumah tangga selagi orangtuanya bekerja. Faktor paling dominan yang mempengaruhi rendahnya kedisiplinan konseli yang pertama adalah kurangnya minat dan kesadaran diri konseli, hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Tu'u (2004: 48-49) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin, yaitu kesadaran diri, pengikut dan ketaatan, alat pendidikan, dan hukuman. Kesadaran diri memiliki peran yang sangat penting sebagai pemahaman diri bahwa disiplin belajar sangat penting bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Teori tersebut diperkuat dengan pendapat Suradi (2011, dalam Ardiansyah, 2013:20-21) yang menyatakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar, baik secara intrinsik yang berasal dari luar diri seseorang, yakni 1) faktor intrinsik berupa faktor psikologi, seperti minat, motivasi, bakat, konsentrasi, dan kemampuan kognitif dan 2) faktor ekstrinsik berupa faktor non-sosial, seperti keadaan udara, waktu, tempat, dan peralatan maupun media yang dipakai untuk belajar dan faktor sosial, seperti lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kurangnya minat belajar dapat menyebabkan konseli tidak memiliki semangat belajar, hal ini diperparah dengan kurangnya kesadaran diri konseli

mengenai pentingnya disiplin belajar serta kondisi lingkungan yang kurang memperhatikan kedisiplinan belajar konseli.

ZC berhasil menunjukkan perubahan perilaku setelah melakukan konseling behavioristik dengan teknik *shaping* sebanyak tiga kali pertemuan. Pada proses konseling, ZC berhasil membentuk perilaku baru yang mana sebelum dilakukan proses konseling ZC menunjukkan perilaku disiplin belajar yang rendah, namun kini ZC telah mampu menunjukkan perilaku yang lebih disiplin dalam belajar. Hal ini ditunjukkan oleh perubahan ZC yang sudah mulai menaruh minat dalam belajar, membuat jadwal belajar rutin sepulang sekolah, mengerjakan tugas dan mengumpulkan tugas tepat waktu. Pada saat peneliti melakukan observasi kepada konseli sesudah proses konseling yang dilakukan pada tanggal 5 Mei 2021 diperoleh hasil bahwa ZC telah mampu membentuk perilaku baru yang menunjukkan peningkatan kedisiplinan belajarnya.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 5 Mei 2021 dengan wali kelas dan teman dekat satu kelas ZC setelah melakukan konseling, didapatkan hasil bahwa konseli ZC mengalami perubahan yang cukup signifikan karena ia telah mampu meningkatkan kedisiplinan belajarnya. Dengan adanya hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti, dapat disimpulkan bahwa konseling behavioristik dengan teknik *shaping* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar ZC.

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kedisiplinan belajar siswa MTs Sabilul Ulum adalah sebagai berikut:

1. Konseli I (YDD)
  - a) Kurangnya motivasi belajar
  - b) Kurangnya konsentrasi belajar
  - c) Padatnya kegiatan pondok yang menyebabkan YDD kesulitan untuk membagi waktu
2. Konseli II (ZC)
  - a) Kurangnya minat belajar
  - b) Kurangnya kesadaran diri akan pentingnya kedisiplinan belajar
  - c) Lingkungan keluarga ZC yang membuat ia merasa bertanggung jawab atas segala pekerjaan rumah tangga selama orangtuanya bekerja

Setelah dilakukan konseling behavioristik dengan teknik *shaping* sebanyak tiga kali pertemuan, kedua konseli menunjukkan peningkatan kedisiplinan belajar, di antaranya:

1. Konseli I (YDD)
  - a) Masuk sekolah tepat waktu
  - b) Mengumpulkan tugas tepat waktu
  - c) Memperhatikan guru selama pembelajaran, baik daring maupun luring
2. Konseli II (ZC)
  - a) Mulai menunjukkan minat belajar

- b) Memiliki jadwal belajar rutin sepulang sekolah dengan harapan ia dapat segera mengerjakan tugas yang diberikan pada hari itu dan dapat mengumpulkan tugas tepat waktu

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan belajar siswa dapat ditingkatkan melalui konseling behavioristik dengan teknik *shaping*.

#### **Daftar Pustaka**

- Ardiansyah, Hanif. (2013). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar Kelas XII Jurusan Administrasi Perkantoran di SMK NU 01 Kendal Tahun Pelajaran 2012/2013*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang: Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Semarang
- Kartono, Kartini dan Dali Gulo. (1987). *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionor Jaya
- Lubis, Namora lumongga. (2011). *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Medis Group
- Moleong, Lexy J. (2002). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Skinner, BF. (2013). *Ilmu Pengetahuan dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Susanto, Ahmad. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, teori, dan Aplikasinya*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Tu'u, Tulus. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo