

## Mengatasi Perilaku Membolos melalui Konseling Behavioristik dengan Teknik *Behavior Contract*

Karyanto<sup>1</sup>, Masturi<sup>2</sup>, Arista Kiswanto<sup>3</sup>

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Muria Kudus

Email: [pakkary4@gmail.com](mailto:pakkary4@gmail.com)<sup>1</sup>, [masturi@umk.ac.id](mailto:masturi@umk.ac.id)<sup>2</sup>, [arista.kiswanto@umk.ac.id](mailto:arista.kiswanto@umk.ac.id)<sup>3</sup>

### Info Artikel

**Keyword:**

*Behavioristic Counseling*

*Behavior Contract*

*Truancy Behavior*

### Abstract

It be conducted at SMP Negeri 2 Sukolilo with two students as the research subjects. Data collection techniques include interviews, observation, and documentation. Based on the results of the study, it is found that the internal factors causing truancy behavior are personal problems that underlie the behavior of each counselee. Counselee I has an external factor, which is the influence of peers and their home environment. Counselee II is caused by the factors of discrimination and lack of support from those around them. From the results, it can be concluded that truancy behavior includes many factors, including personal factors, family factors, environmental factors, and socio-economic factors. It is important to address the factors that can influence students' truancy behavior by understanding the underlying issues and providing appropriate and relevant support, both in terms of mental and emotional health, academic support, family support, and positive and inclusive educational environment support.

### Pendahuluan

Menurut UU No. 20 Tahun 2003, pendidikan adalah usaha untuk menciptakan lingkungan dan proses belajar yang memungkinkan siswa untuk aktif mengembangkan potensi spiritual, disiplin, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk diri mereka sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. Salah satu cara untuk menempuh pendidikan adalah melalui pendidikan formal di sekolah, yang merupakan lembaga pendidikan yang menyelenggarakan berbagai jenjang pendidikan dan diawasi oleh guru.

Walaupun begitu, masalah sosial dalam lingkungan sekolah masih tetap ada dan salah satunya adalah kebiasaan siswa untuk membolos. Membolos adalah perilaku yang sudah ada sejak lama dan menjadi hal yang umum di kalangan siswa. Setiap orang yang telah menempuh pendidikan pasti sudah mengerti mengenai perilaku membolos. Terlebih lagi, saat pandemi membuat siswa harus belajar dari rumah selama kurang lebih dua tahun. Meskipun kini proses pembelajaran kembali normal dan dilaksanakan di sekolah, masalah membolos tetap perlu diatasi.

Menurut Sumintono (2018: 53) ada kecenderungan bahwa siswa yang membolos lebih banyak menghabiskan waktu untuk aktivitas yang tidak produktif, seperti bermain *game* atau bersosialisasi dengan teman-teman. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk memberikan alternatif kegiatan yang lebih positif dan

produktif bagi siswa, seperti kegiatan ekstrakurikuler atau program pengembangan keterampilan.

Merujuk penjelasan di atas, perilaku membolos merupakan suatu perilaku yang dilakukan siswa yang tidak masuk sekolah atau tidak mengikuti pembelajaran tanpa alasan atau dengan alasan yang tidak dapat dipertanggung jawabkan. Kebiasaan membolos sekolah cenderung menunjukkan adanya masalah dalam diri siswa, seperti kurangnya motivasi dan minat dalam belajar atau masalah emosional. Siswa yang membolos lebih banyak menghabiskan waktu untuk aktivitas yang kurang produktif atau bahkan merugikan.

Studi pendahuluan yang dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Sukolilo pada tanggal 09 Agustus 2022, menunjukkan bahwa sejumlah siswa di kelas VIII D di SMP Negeri 2 Sukolilo sering membolos. Alasan di balik perilaku ini adalah karena kurangnya pengawasan dari orang tua dan guru yang tidak ketat sehingga siswa merasa tidak ada masalah ketika membolos. Terdapat beberapa alasan yang berbeda-beda mengapa siswa membolos seperti susah bangun pagi, malas belajar, tidak memiliki kepercayaan diri karena merasa dirinya memiliki kekurangan, tidak mengerjakan PR dan banyak lagi. Mengingat konsekuensi serius yang mungkin terjadi jika masalah siswa membolos dibiarkan tanpa tindakan yang tepat dari pihak sekolah dan guru pembimbing, perlu dilakukan penelitian tentang masalah ini. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan prestasi siswa dan ketertinggalan dalam materi pelajaran, yang akan merugikan proses belajar siswa.

Konselor dapat menerapkan pendekatan konseling *behavioristik* dengan teknik *behavior contract* guna mengurangi perilaku membolos. *Behavior Contract* adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang *realistic* dan dapat di terima oleh kedua pihak (Latipun, 2010 : 145).

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif studi kasus. Menurut Rahardjo dan Gudnanto (2013: 252) langkah – langkah pokok yang perlu dilakukan dalam penelitian studi kasus yaitu (1) Pengumpulan data kasus atau masalah; (2) Identifikasi kasus; (3) Analisis atau diagnosis; (4) Prognosis; (5) Pemberian *treatment* atau bantuan; dan (6) *Follow-up* atau tindak lanjut. Adapun dalam hal ini, data yang diambil berasal dari Guru BK, wali kelas, dan konseli itu sendiri. Subyek penelitian yaitu 2 siswa kelas VIII D. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dan dokumentasi.

### Hasil dan Pembahasan

Konseli I dengan inisial RSI memiliki kebiasaan tidak sehat yaitu sering pergi di malam hari, sehingga sulit untuk bangun pagi dan pergi sekolah. Kebiasaan ini bisa memberikan dampak negatif pada kesehatan dan kinerja akademis anak tersebut.

Kurang tidur dan bangun kesiangan dapat menyebabkan anak menjadi kurang fokus, mengantuk, dan sulit berkonsentrasi di kelas. Hal ini dapat mempengaruhi kinerja akademisnya dan mengganggu kemampuan belajar. Rekomendasi yang bisa dilakukan yaitu membatasi waktu di luar rumah pada malam hari dan menyesuaikan jadwal tidur. Selain itu, perlu diingat bahwa pendidikan adalah prioritas utama, sehingga anak sebaiknya tidak mengorbankan waktu tidurnya untuk kegiatan lain yang tidak penting. Hal tersebut didasarkan karena tidak adanya kontrol dari orang tua, sehingga mengakibatkan konseli RSI ini sering pergi pada malam hari dan tidak terkontrol waktu bermainnya.

Terdapat kendala pada pelaksanaan konseling, dimana awalnya konseli tersebut enggan membuka diri dan cenderung menutup diri. Akhirnya, dengan melakukan pendekatan yang intensif, peneliti berhasil mengungkap latar belakang masalah yang dihadapi oleh konseli tersebut.

Proses konseling ini, tidak hanya melibatkan konseli tetapi juga wali muridnya (nenek). Setelah pertemuan kedua selesai, peneliti menambah kegiatan pendukung yakni melakukan kunjungan rumah atau *home visit* kepada konseli. Konseli RSI hanya tinggal bersama wali murid (nenek)-nya saja. Wali mengungkapkan gambaran secara rinci tentang kegiatan sehari-hari konseli, perilaku konseli di rumah, serta kebiasaan yang dilakukan oleh konseli. Hal ini dijadikan latar belakang permasalahan yang dialami oleh konseli RSI juga sebagai bentuk tindak lanjut yang diperlukan guna memaksimalkan pelaksanaan konseling agar dapat dicapai tujuan yang diharapkan.

Peneliti dalam menyelesaikan permasalahan konseli melakukan kolaborasi dengan Bu S, seorang guru di SMP Negeri 2 Sukolilo Pati, serta wali murid konseli yang membantu peneliti memberikan *treatment* pada konseli. Hal ini mengakibatkan konseli menyadari kembali pentingnya tidur dan menjaga kesehatannya agar dapat bersekolah dengan maksimal.

Sedangkan untuk Konseli II, yang bernama MRAH, mempunyai kecenderungan membolos diketahui memiliki rasa percaya diri yang rendah disebabkan oleh keadaan bahwa ia adalah peserta didik inklusi di SMP Negeri 2 Sukolilo Pati. Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi mengapa anak inklusi merasa kurang percaya diri dalam menempuh pendidikan di sekolah biasa yakni (1) perasaan tidak merasa diterima atau dihargai oleh teman sekelas atau lingkungan sekolah, (2) kurangnya dukungan dari guru atau staf sekolah, (3) keterbatasan fisik dan kognitifnya.

Peneliti mengalami sedikit kendala selama pelaksanaan konseling dengan konseli II MRAH dalam menyakinkan konseli atas apa yang dialaminya. Merujuk pada masalah yang dihadapi, maka peneliti berupaya memberikan dukungan yang memadai: Anak inklusi membutuhkan dukungan dari orang tua, guru, dan staf sekolah. Pastikan bahwa anak merasa didukung dan dihargai dalam lingkungan sekolah, dan bahwa ada orang yang siap membantunya jika dibutuhkan. Semua unsur tersebut harus memperhatikan kebutuhan individu anak karena anak inklusi memiliki kebutuhan yang berbeda-beda untuk memberikan dukungan yang sesuai untuk membantu mereka merasa nyaman di lingkungan sekolah.

## Simpulan

Faktor yang menyebabkan konseli I (RSI) mengalami perilaku membolos yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang dimaksud yaitu (1) kurangnya motivasi, ketidakberdayaan atau kurangnya motivasi untuk belajar atau bekerja juga dapat menjadi faktor internal yang mempengaruhi perilaku membolos seseorang. Hal ini dipengaruhi dari kebiasaan yang telah dilakukan oleh konseli sehingga menjadi suatu kebiasaan; dan (2) masalah keluarga, dukungan keluarga yang tidak memadai, ketidakhadiran orang tua atau saudara yang menjadi contoh buruk, atau masalah keluarga dapat menjadi faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku membolos seseorang. Dalam kasus disini, hadirnya sosok orang tua yang tidak dapat terpenuhi menjadi faktor yang cukup mempengaruhi perkembangan seorang anak dalam belajar.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang dimaksud yaitu: (1) teman sebaya, seseorang dapat terpengaruh oleh teman sebayanya yang membolos atau tidak hadir ke sekolah. Tekanan sosial dan dorongan untuk bersosialisasi dengan teman-temannya juga dapat mempengaruhi perilaku membolos; (2) lingkungan rumah, peran lingkungan rumah sangat penting dalam mencegah perilaku membolos anak. Orang tua dan keluarga dapat membantu anak mereka menghindari perilaku membolos dengan memberikan dukungan dan pengawasan yang tepat, serta memberikan contoh yang baik dengan hadir secara konsisten di tempat kerja atau sekolah.

Faktor penyebab masalah perilaku membolos Konseli II (MRAH) yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang dimaksud yaitu: (1) perasaan tidak nyaman atau tidak aman dalam belajar, seseorang yang merasa tidak nyaman atau tidak aman di lingkungan sekolah atau tempat kerja, seperti merasa diperlakukan tidak adil, dapat memengaruhi perilaku membolos; (2) kurangnya dukungan sosial, anak inklusi membutuhkan dukungan sosial dari teman sebayanya dan juga dari orang dewasa di lingkungan sekolah. Dukungan sosial dapat meliputi teman sekelas, staf pendidikan, dan konselor sekolah. Kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekolah, teman sekelas, atau orang tua dapat mempengaruhi anak inklusi merasa terisolasi dan tidak nyaman di lingkungan sekolah.

b. Faktor Eksternal

Adapun faktor eksternal adalah: (1) diskriminasi, anak inklusi seringkali mengalami perlakuan yang tidak adil dari teman sekelas atau bahkan dari guru di sekolah. Perlakuan tersebut dapat berupa pengucilan, penolakan, atau bahkan pelecehan; (2) kurangnya dukungan sekolah dan keluarga, lingkungan sekolah yang tidak ramah anak, seperti lingkungan yang tidak inklusif, tidak ada fasilitas yang memadai, dan kurangnya dukungan sosial dapat mempengaruhi perilaku membolos anak inklusi. Lingkungan keluarga yang kurang mendukung dan tidak memahami kebutuhan anak inklusi dapat mempengaruhi perilaku membolos

anak. Ketidaknyamanan di rumah, seperti adanya konflik atau masalah keuangan, dapat memicu perilaku membolos anak.

Dari permasalahan yang dialami oleh konseli I dan konseli II memiliki masalah yang sama yaitu tentang perilakunya yang sering membolos. Perlunya pemahaman yang lebih mendalam untuk dapat mengetahui apa yang sebenarnya menjadi faktor penyebab dari perilaku tersebut. Faktor eksternal dan internal tersebut dapat saling berinteraksi dan memengaruhi perilaku membolos seseorang. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor tersebut dan mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah atau mengatasi perilaku membolos.

Konseling *behavior contract* adalah sebuah teknik *intervensi* yang digunakan dalam konseling untuk membantu klien mengubah perilaku yang tidak diinginkan. Konseling *behavior contract* merupakan salah satu teknik konseling yang efektif untuk membantu klien dalam melakukan perubahan perilaku yang diinginkan. Keefektifan konseling behavioristik dengan teknik *behavior contract* dinilai cukup efektif dalam mengatasi perilaku membolos siswa di SMP Negeri 2 Sukolilo Pati.

Dalam pelaksanaannya, membutuhkan proses yang cukup lama untuk melihat perubahan perilaku siswa di sekolah. Terdapat beberapa kelebihan seperti membantu klien untuk berkomitmen pada perubahan perilaku, membuat kontrak yang jelas dan spesifik, dan memberikan dukungan yang kontinu kepada klien. Namun, terdapat pula beberapa hambatan seperti ketidakmampuan klien untuk berkomitmen, ketidakcocokan antara kontrak dan situasi klien, kurangnya dukungan dari lingkungan, faktor psikologis klien, dan kurangnya umpan balik dari konselor. Untuk memaksimalkan pelaksanaan konseling *behavior contract*, konselor dapat melibatkan konseli dalam pembuatan kontrak, menjaga fleksibilitas, memberikan dukungan yang kontinu, menggunakan penguatan positif, menetapkan batasan yang jelas, dan melakukan evaluasi berkala.

### Daftar Pustaka

- Anam, Chairul. 2018. *Realita Bimbingan dan Konseling*. Mataram: IKIP Mataram.
- Arianti, Risky. 2017. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*. Skripsi tidak diterbitkan. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan.
- Chaplin, J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh Kartini Kartono. Jakarta : Rajagrafindo Persada.
- Corey, Gerald. 2005. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koeswara. Bandung: Refika Aditama.
- Djaali. 2014. *Psikologi Pendidikan* (edisi ke – 7). Jakarta: Bumi Aksara.
- Fajar, N. H., & Widhiarso, W. 2018. Teknik *Behavior Contract* dalam Modifikasi Perilaku Individu. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*. 05 (1). Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.

- Fikri, Afdhalul. 2021. Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMA NEGERI 11 SIDRAP. *Pinisi Journal of Education*. 3 (1). Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Gatot, Marwoko. 2020. Psikologi Perkembangan Masa Remaja. *Forum Penelitian*. 2 (1). Gresik: STAI Ihyaul Ulum Gresik.
- Gunarsa, Singgih. 2007. *Psikologi untuk Membimbing*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Handayani, Ika Sri. 2016. *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Behavioristik dengan Teknik contact pada Siswa SMK Al-falah Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi tidak diterbitkan. Kudus: Universitas Muria Kudus.
- Hariyanto. 2019. Mengatasi Perilaku Membolos melalui Konseling Individual dengan Pendekatan *Behavior* Teknik *Self-Management* pada Siswa Kelas XII TSM SMK PGRI 1 Pogalan Trenggalek. *Forum Penelitian*. 3 (1). Trenggalek: SMK PGRI 1 Pogalan Trenggalek.
- Hartono, Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana prenada Media Grup.
- Hendarso, dan Susanti, Emi. 2011. *Penelitian Kualitatif: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Kencana Pradanamedia Group.
- Herdiansyah, Haris. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hurlock, E, B. 2017. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi ke – 5). Jakarta: Erlangga.
- Iskandar. 2009. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Gaung Persada.
- Juntika, Nurihsan. 2003. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mutiara.
- Komalasari, Gantina, Wahyuni, Eka dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Mappiere, Andi. 2006. *Kamus Istilah Konseling & Terapi*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Moleong, Lexy J. 2009. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, Deddy. 2004. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Prayitno, Erman Amti. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2013. *Pemahaman Individu Teknik Nontes (Edisi Revisi)*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Rahayu, Iin Tri dan Ardani, Tristiadi Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang; Bayumedia Publishing.
- Rahma, Desy Nur. 2020. Efektivitas Layanan Konseling Individu Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Saat Pembelajaran Online. *E-jurnal Unesa*. 3 (1). Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Ratna, Lilis. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Jakarta: Deepublish.

- Saputra, Ichwan Dwi. 2019. Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Behavioral Contract Untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Siswa SMA. *Dibalik Revitalisasi Budaya*. 4 (1). Banyuwangi: Universitas PGRI Banyuwangi.
- Setiawati, Siti Ma'rifah. 2020. Perilaku Membolos: Penyebab, Dampak dan Solusi. *Prosiding & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling*. 2 (1). Surabaya: MTs Negeri 4 Kota Surabaya.
- Sugihartono, dkk. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sukardji. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukiman. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru Pembimbing*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Surya, Mohammad. 2007. *Teori-teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Wekke, Ismail Suardi. 2019. *Metode Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Gawe Buku.
- Willis, Sofyan S. 2010. *Konseling Keluarga*. Bandung: Alfabeta.
- Zuriah, Nurul. 2006. *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan: Teori, Aplikasi*. Jakarta: Bumi Aksara.