

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 29 SURABAYA

**Annisa Anggun Putri Winarta**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

email: [annisaanggun@rocketmail.com](mailto:annisaanggun@rocketmail.com)

**Denok Setiawati, S.Pd, M.Pd, Kons.**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**ABSTRAK**

Berdasarkan dan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 29 Surabaya pada tanggal 14 Oktober 2016 serta keterangan yang diperoleh dari guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut fenomena membolos di SMP Negeri 29 Surabaya banyak terjadi pada kelas VIII. Dari keterangan guru bimbingan dan konseling diketahui bahwa pada tahun ajaran 2016/2017 jumlah siswa kelas VIII yang membolos setiap harinya mencapai 4 siswa.

Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain eksperimen kasus tunggal (*single case experimental design*) yang merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan dengan kasus tunggal. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data dokumentasi absensi siswa siswa tahun ajaran 2016/2017 sebagai metode utama. Subyek dalam penelitian ini adalah 5 siswa yang memiliki frekuensi tinggi dalam perilaku membolos. Teknik analisis yang digunakan untuk menganalisa hasil data dalam penelitian ini adalah *time series analysis*. Teknik *time series analysis* yaitu mencermati perubahan level dan slope. Berdasarkan data dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat mengurangi frekuensi perilaku membolos siswa kelas VIII SMP Negeri 29 Surabaya. Hal tersebut didukung oleh hasil dalam fase *baseline* dan fase *treatment* dari keempat subjek dimana dua subjek mengalami pengurangan frekuensi perilaku membolos menjadi satu kali dalam lima minggu setelah pemberian perlakuan yang sebelumnya dua subjek itu memiliki frekuensi enam dan tujuh kali membolos dalam satu semester, satu subjek mengalami pengurangan frekuensi perilaku membolos menjadi dua kali dalam lima minggu setelah pemberian perlakuan yang sebelumnya dua subjek itu memiliki frekuensi sepuluh kali membolos dalam satu semester, dan satu subjek berikutnya tidak terlihat berperilaku membolos dalam lima minggu setelah pemberian perlakuan yang sebelumnya dua subjek itu memiliki frekuensi sepuluh kali membolos dalam satu semester. Perubahan penurunan frekuensi perilaku membolos menunjukkan hasil yang stabil dan berkurang setelah pemberian perlakuan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat mengurangi perilaku membolos subjek yaitu siswa kelas VIII di SMP Negeri 29 Surabaya.

**Kata kunci :** Membolos, Peserta Didik, Absen.

## ABSTRACT

Based on preliminary observation conducted earlier on the 14<sup>th</sup> of October 2016 which is, also supported by the information given by the guidance and counseling teachers, it is found out that the truancy is mostly done by the eighth grade students. The fact show the number of students who have truant behavior reaches 4 students per day.

This is qualitative research which uses *Single Case Experimental Design* to evaluate the effect of a certain treatment in a single case. The instrument to collect data is the students attendance list in the year of 2016/2017 as the main data. The subject of this research is 4 students with highest frequency of having truant behavior. The data is analyzed using *Time Series Analysis*, that is a technique used to observe the of level and slope. Based on the data submitted during the research, it shows that giving group counseling with *self-instruction* technique is able to reduce the frequency of having truant behavior among the students of the eighth grade at 29<sup>th</sup> Junior High School of Surabaya. This statement is supported by the result during baseline step and treatment step, which shows that 2 subjects out of 4 are found to have significant change in reducing. The number of frequency of their truancy up to once in 5 weeks compared to their 6 to 7 times in one semester previously before the group counseling was given. The 3<sup>rd</sup> subject is able to reduce his behavior from 10 times in a semester two twice in 5 weeks. And the last subject is reducing up to zero frequency in 5 weeks after the treatment and group counseling session. It is concluded that the group counseling with *self instruction* technique is able to reduce in the number of frequency of the truancy of the eighth grade students of 29<sup>th</sup> Junior High School of Surabaya.

**Keywords:** *Truancy, Students, Attendance List*

## PENDAHULUAN

Tujuan lembaga yang bergerak dalam bidang pendidikan baik formal maupun informal adalah untuk mencerdaskan dan mengoptimalkan perkembangan setiap peserta didiknya. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta kemampuan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara (Undang Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional). Jadi tujuan ini harusnya menjadi harapan bersama, bukan hanya anak-anak yang masih sekolah saja. Para orang tua pun mengharapkan anak-anak mereka dapat tumbuh dengan cerdas dan berakhlak, moral yang baik. Harapan orang tua terutama peserta didik dalam hal pendidikan, akhlak, dan moral dapat diraih melalui pendidikan yang mampu dan berkompeten dalam mendidik peserta didik. Pencapaian harapan untuk pendidikan yang berakhlak dan bermoral tidak luput adanya kerjasama antara staf sekolah, guru mata pelajaran, peserta didik, warga sekolah, keluarga dan masyarakat.

Sekolah adalah tempat terjadinya proses kegiatan belajar mengajar dan menuntut ilmu. Disinilah proses pemberian ilmu kepada peserta didik berlangsung. Kegiatan belajar mengajar merupakan terjadinya interaksi antara guru dengan siswa dalam rangka menyampaikan bahan pelajaran kepada siswa untuk mencapai tujuan pengajaran (Suryosubroto, 2009).

Seperti pendapat ahli tersebut, tampak bahwa komponen penting dalam proses kegiatan belajar mengajar adalah guru dan siswa. Jika salah satu komponen tersebut tidak ada maka proses belajar mengajar tidak dapat terlaksana. Dan pada kenyataan saat ini di sekolah-sekolah banyak ditemukan peserta didik yang tidak mengikuti proses belajar mengajar atau dapat disebut membolos sekolah. Sering didapati peserta didik tersebut meninggalkan jam pelajaran dan mereka terlihat sedang berlama-lama di toilet, duduk-duduk di kantin sekolah, bahkan ada yang keluar lingkungan sekolah seperti bermain *game online* di warnet (warung internet) atau tempat-tempat *wifi hotspot*, jalan-jalan di pusat-pusat perbelanjaan, nongkrong, dan lain sebagainya. Perilaku-perilaku tersebut sangat tidak pantas dan tidak diharapkan.

Dilihat dari ragam dan volumenya, siswa yang sering bolos ini sangat bervariasi, ada yang bolos hampir setiap hari, ada yang bolos sekali-kali dan ada pula yang bolos hanya pada hari-hari tertentu saja. Perilaku membolos dapat diartikan sebagai anak yang tidak masuk sekolah dan anak yang meninggalkan sekolah belum usai tanpa izin (Supriyo, 2008). Dengan demikian siswa yang bolos sekolah ialah siswa yang dengan sengaja tidak masuk sekolah, karena tidak mau masuk dengan alasan-alasan tertentu termasuk di dalamnya adalah siswa yang selalu tidak hadir atau absen, pada hari-hari tertentu, meninggalkan sekolah sebelum waktunya serta siswa yang bolos pada mata pelajaran tertentu tanpa izin.

Penyebab adanya siswa yang membolos memiliki alasan yang berbeda-beda. Menurut Handoko (2013) bahwa pada dasarnya ada tiga faktor utama yang

menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Faktor tersebut adalah faktor pribadi, faktor keluarga dan faktor sekolah. Faktor pribadi yaitu seperti merasa gagal dalam belajar, kurang berminat terhadap pelajaran, terpengaruh oleh teman yang suka membolos, takut masuk karena belum mengerjakan tugas atau datang terlambat ke sekolah, tidak atau telat membayar uang sekolah (SPP). Dalam faktor keluarga adalah orang tua yang terlalu memanjakan anaknya, orang tua yang tidak peduli dengan anaknya, orang tua yang terlalu otoriter pada anaknya. Faktor yang ketiga adalah faktor dari sekolah yaitu tidak senang terhadap beberapa guru, merasa kurang mendapat perhatian dari guru, dibedakan oleh guru, proses belajar mengajar yang membosankan, dan banyaknya tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Perilaku membolos yang dilakukan siswa telah membawa dampak buruk bagi dirinya sendiri. Menurut Pearce (2000) beberapa akibat dari tindakan membolos siswa ada tiga yaitu (1) akibat dari psikis, biasanya siswa cenderung merasa cemas jika sedang melakukan suatu pelanggaran contohnya saat membolos, (2) akibat secara sosial, siswa yang sering membolos biasanya akan dikucilkan atau diajui teman-temannya, (3) dan akibat dalam prestasi belajar, siswa yang sering membolos pasti tertinggal dalam mata pelajaran. Melihat banyaknya dampak negatif dari perilaku membolos tentunya hal itu tidak boleh dibiarkan. Bila tidak diatasi segera akibat atau dampak dari membolos itu akan membuat perkembangan siswa menjadi tidak optimal dan mengganggu jalannya proses belajar mengajar di sekolah.

Beberapa kasus membolos dikutip (<http://m.tempo.co>) Selasa, 23 Pebruari 2016, satuan Polisi Pamong Praja Kota Surabaya mendapati 14 siswa yang membolos sekolah dan terjaring di warung kopi dan Internet. Menurut (<http://jogja.tribunnews.com>) sebanyak 17 pelajar terjaring razia yang dilaksanakan oleh gabungan Dinas Ketertiban Kota Yogyakarta bersama Dinas Pendidikan, Kantor Kesatuan Bangsa beserta kepolisian. Operasi ketertiban yang dilakukan pada hari Senin, Pebruari 2016 dan Selasa, Pebruari 2016 ini ditujukan untuk menjaring pelajar sekolah yang kedapatan membolos pada jam sekolah. Pada razia ini menyasar lokasi yang kerap dijadikan ajang nongkrong atau bermain para pelajar, seperti warung internet dan wahana game online, warung makan, lapangan dan ruang terbuka. Sepanjang tahun 2015 lalu, terdapat 34 pelajar yang berhasil terjaring. Sedangkan pada awal tahun 2016 ini, sebanyak 17 pelajar yang tertangkap. Dinas Ketertiban terus menggencarkan operasi serupa untuk menekan terjadinya kasus tawuran ataupun pelanggaran lain.

Fenomena membolos ini juga terjadi di SMP Negeri 29 Surabaya. Berdasarkan dan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 29 Surabaya pada tanggal 14 Oktober 2016 serta keterangan yang diperoleh dari guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut fenomena membolos di SMP Negeri 29 Surabaya banyak terjadi pada kelas VIII. Dari keteraangan guru bimbingan dan konseling diketahui bahwa pada tahun ajaran 2016/2017 jumlah siswa kelas VIII yang membolos setiap harinya mencapai 4 siswa. Jika dihitung secara kasar maka setiap minggunya jumlah siswa yang membolos adalah 20 siswa. Sedang setiap bulannya jumlah siswa yang membolos adalah 80 siswa. Dari seluruh siswa yang membolos tersebut terdapat dua siswa yang mempunyai persentase membolos paling tinggi. Menurut guru bimbingan dan konseling sekolah diketahui bahwa kedua siswa tersebut merupakan siswa yang mempunyai persentase membolos paling tinggi dibanding siswa yang lain. Perilaku membolos yang dilakukan oleh kedua siswa tersebut rata-rata dilakukan karena kedua siswa tersebut sering datang terlambat ke sekolah. Karena takut untuk dihukum sering kali kedua siswa tersebut memutuskan untuk membolos.

Maka dari itu sudah menjadi tugas para pendidik untuk menangkal dan mencegah perilaku-perilaku yang tidak pantas dan tidak diharapkan yaitu membolos sekolah. Sebagai guru bimbingan dan konseling itu adalah tantangan dan tugas yang harus dilakukan untuk menangkal dan mencegah perilaku membolos. Upaya pengentasan masalah peserta didik merupakan wilayah garapan bimbingan dan konseling yang harus dilakukan secara proaktif dan berbasis data tentang perkembangan peserta didik beserta berbagai faktor yang mempengaruhinya terutama dari segi sosiologis remaja (Al-Mighwar, 2006).

Beberapa upaya dan pendekatan yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dilakukan sebagai usaha memberi bantuan kepada peserta didik yang membolos sekolah. Dengan pendekatan yang akan peneliti gunakan untuk mengatasi perilaku membolos tersebut adalah melalui pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM). Modifikasi perilaku kognitif merupakan teknik menggabungkan terapi kognitif dan bentuk modifikasi perilaku (Meichenbaum dalam Kanfer dan Goldstein, 1986).

Modifikasi perilaku kognitif dapat diartikan sebagai suatu teknik yang secara simultan berusaha memperkuat timbulnya perilaku adaptif dan memperlemah timbulnya perilaku yang tidak adaptif melalui pemahaman proses internal yaitu aspek kognisi tentang pikiran yang kurang rasional dan upaya pelatihan ketrampilan coping yang sesuai.. Dari

penjelasan diatas maka diharapkan CBM mampu memperbaiki perilaku siswa yang membolos sehingga muncul perilaku terarah yang diharapkan (Mashita, 2013). Dalam hal ini, pelatihan modifikasi kognitif perilaku merupakan suatu strategi yang di dalamnya banyak teknik yang dapat digunakan. Salah satu upaya teknik yang akan peneliti gunakan untuk mengatasi perilaku membolos tersebut adalah *self-instruction* yang dikembangkan oleh Donald Meichenbaum. Menurut Meichenbaum (dalam Sharf, 2004) mengungkapkan bahwa teknik *self-instruction* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri. Langkah awal yang perlu dilakukan oleh konselor dalam teknik *self-instruction* adalah menumbuhkan kesadaran diri siswa terhadap penyebab dan dampak masalah yang dihadapinya. Setelah siswa memiliki kesadaran untuk memperbaiki diri karena masalah yang dihadapi membawa dampak yang negatif, konselor akan mengajarkan pada siswa bagaimana cara mereka berpikir, merasa, dan bertindak, serta bagaimana akibatnya terhadap orang lain melalui dialog internal (Meichenbaum dalam Shraf, 2004)

Teknik *self-instruction* merupakan sebuah teknik dimana konseli dapat membuat keputusan tentang semua aspek dalam menyelesaikan masalahnya dimana adanya sebuah perencanaan untuk perubahan perilaku negatif ke positif melalui pernyataan ataupun pertanyaan berupa arahan ke arah yang lebih baik (Holec, dalam Anyichie 2012). Menurut Meichenbaum (dalam Corey, 2009) pelatihan *self-instruction* berfokus lebih pada membantu klien menjadi sadar diri untuk bisa bicara pada dirinya sendiri. Proses terapi terdiri dari mengajarkan klien untuk membuat pernyataan diri dan melatih klien untuk memodifikasi petunjuk yang mereka berikan kepada diri mereka sendiri sehingga mereka dapat mengatasi lebih efektif masalah yang mereka hadapi. Bersama-sama, terapis dan klien menginstruksi perilaku yang diinginkan dalam situasi yang mensimulasikan situasi masalah klien dalam kehidupan sehari-hari.

Sedangkan menurut Anthony (2012) menyatakan bahwa teknik *self-instruction* merupakan sebuah teknik mengubah perilaku konseli, dimana dalam teknik ini terdapat langkah-langkah untuk mengarahkan dan menilai diri konseli ketika mereka berada dalam sebuah kondisi dan konseli dapat merubah perilaku membolos membolos melalui langkah-langkah yang ada dalam teknik *self-instruction*. Penjelasan-penjelasan diatas menyatakan bahwa *self-instruction* akan mampu mengurangi perilaku-perilaku yang tidak diinginkan, dengan mengubah perilaku membolos yang dimiliki oleh siswa. Perilaku membolos siswa muncul karena pikiran-

pikiran sulit yang dihadapi oleh siswa saat datang terlambat ke sekolah dan takut bertemu dan dihukum oleh guru piket yang kemudian memunculkan keinginan untuk membolos sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas yang sangat menarik untuk diteliti, maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai “Penerapan Teknik *Self-Instruction* untuk Mengurangi Perilaku Membolos pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Surabaya”. Siswa yang memiliki perilaku membolos akan diberikan teknik *self instruction*, yaitu dengan memberikan pemahaman terlebih dahulu tentang teknik *self instruction* pada siswa, lalu mengarahkan siswa untuk bisa menginstruksikan dirinya melalui perubahan pemikiran negatif menjadi pemikiran positif yang diciptakan oleh siswa, lalu mengolah pikiran (kognitif) tersebut dan perasaan (afektif) siswa untuk menggagas beberapa dialog internal yang akan direfleksikan siswa ke dalam perilakunya yang baru. sehingga dengan pemberian teknik *self instruction* ini diharapkan mampu mengurangi sekaligus mengatasi perilaku membolos.

#### **METODE PENELITIAN**

Berdasarkan permasalahan penelitian dengan judul “Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Mengurangi Perilaku Membolos pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Surabaya”, maka penelitian ini dikategorikann sebagai desain penelitian *single case experimental design*.

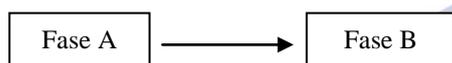
Penelitian ini menggunakan desain eksperimen kasus tunggal (*single case experimental design*) yang merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan dengan kasus tunggal (Latipun, 2002). Kasus tunggal dalam penelitian ini adalah subjek yang memiliki perilaku membolos. Desain eksperimental kasus tunggal adalah perwujudan dari pendekatan perilaku (*behavioral approach*), yang mengutamakan perilaku nyata, seperti yang dianjurkan dalam belajar operan (Latipun, 2008). Suatu desain eksperimen kasus tunggal (*single-case experimental design*) diperlukan dan harus melakukan pengukuran keadaan awal sebagai fungsi prates. Keadaan awal (*baseline*) merupakan pengukuran (beberapa) aspek dari perilaku subjek selama beberapa waktu sebelum perlakuan. Rentang waktu pengukuran untuk menetapkan *baseline* ini disebut fase keadaan awal (*baseline phase*). Fase keadaan awal ini memiliki fungsi deskriptif dan fungsi prediktif. Fungsi deskriptif (*descriptive function*) adalah fungsi untuk menggambarkan keberadaan level performansi (keadaan perilaku) subjek yang dieksperimen secara alamiah, tanpa adanya suatu perlakuan. Sedangkan fungsi prediktif atau disebut juga dengan *fungsi projektif* adalah fungsi untuk meramalkan

*level performansi* (perilaku) subjek jika tidak ada intervensi. Baseline berfungsi sebagai landasan pembandingan untuk menilai keefektifan suatu perlakuan (Sunanto, 2005).

Peneliti menggunakan tipe variasi A-B, dimana pada desain A-B ini terdiri dari Fase A yakni sebagai *pre-treatment* dan Fase B yakni *treatment*. Perlakuan yang diberikan kepada siswa pada penelitian ini yakni layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* sebagai teknik pendukung perlakuannya. Maka gambar desain A-B seperti dibawah ini

Bagan 3.1

Desain Penelitian *Single-Case Experimental Design* Variasi A-B



Keterangan:

Fase A : Fase Baseline (Pengukuran)

Fase B : Fase *Treatment* dengan teknik *self-instruction*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan mulai tanggal 3 Januari 2017 – 14 Februari 2017. Pada awal tahap persiapan, peneliti melakukan persiapan pelaksanaan konseling kelompok teknik *self instruction* dengan menentukan perilaku yang ditargetkan berdasar dokumen absensi ketidakhadiran siswa tanpa keterangan kelas VIII dan pemilihan subjek yang akan diteliti berdasarkan data. Selanjutnya peneliti mengambil subjek yang mendapat frekuensi membolos paling banyak dari data absensi dan dengan pertimbangan Guru BK. Peneliti melakukan pendekatan dengan subjek penelitian untuk mencari informasi mengenai alasan membolosnya yang nanti akan memudahkan peneliti menyiapkan tahap selanjutnya.

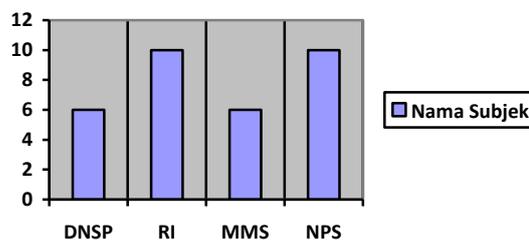
Guru BK menyarankan agar subjek yang dipilih adalah subjek yang sering atau frekuensi membolosnya tinggi. Sebagai contoh saat subjek berada di kelas VII yang juga sering membolos dan sampai mereka kelas VIII semester ganjil pun masih terlihat sering membolos. Yang kemudian penentuan subjek juga akan dipertimbangkan oleh peneliti berdasar pendekatan dengan subjek sebelumnya.

Penentuan subjek dilaksanakan pada tanggal 3-5 Januari 2017. Peneliti menjelaskan kepada subjek mengenai peraturan pelaksanaan program konseling kelompok teknik *self instruction* selama penelitian. Saat melakukan konseling, peneliti meminta subjek melakukannya dengan ikhlas, terbuka, jujur, dan percaya kepada peneliti. Selama pelaksanaan program konseling kelompok teknik *self instruction*, peneliti mengamati dan

mencatat perilaku membolos (tidak hadir di sekolah tanpa keterangan) subjek setiap harinya.

Diagram 4.1

Frekuensi Tidak Hadir Tanpa Keterangan Semester Ganjil



## Analisis Hasil Penelitian

Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif sederhana dengan menggunakan metode analisis visual grafik, yaitu analisis dalam kondisi dan analisis antar kondisi.

### 1. Analisis dalam Kondisi

Menurut Sunanto (2005) analisis dalam kondisi adalah menganalisis perubahan data dalam satu kondisi misalnya kondisi *baseline* atau kondisi *treatment*. Komponen yang dianalisis meliputi:

#### a. Panjang kondisi

Panjang kondisi dilihat dari banyaknya data point atau skor pada setiap kondisi. Seberapa banyak data point yang harus ada pada setiap kondisi tergantung pada masalah penelitian dan *treatment* yang diberikan. Panjang kondisi menunjukkan ada beberapa sesi dalam satu kondisi.

#### b. Kecenderungan stabilitas

Untuk menentukan kecenderungan stabilitas dapat dihitung dengan cara berikut menentukan rentang stabilitas, yaitu menggunakan kriteria stabilitas sebesar 15%. Menghitung *mean level*, yaitu semua skor dijumlahkan dan dibagi dengan banyak poin data. Menentukan batas atas dengan cara *mean level* + setengah rentang stabilitas. Menentukan batas atas dengan cara *mean level* – setengah rentang stabilitas. Menentukan presentase stabilitas dengan cara jika presentase stabilitas sebesar 80% sampai dengan 90% disebut stabil, jika kurang dari 80% disebut tidak stabil.

#### c. Jejak data

Jejak data merupakan data dari satu data ke data lain dalam suatu kondisi. Perubahan satu data ke data berikutnya dapat terjadi tiga kemungkinan, yaitu naik, turun, dan mendatar. Kecenderungan

jejak data digambarkan dengan garis yang mengartikan kondisi pada setiap fase.

- d. Level perubahan  
Menentukan level perubahan dengan cara menandai data pertama dan data terakhir pada fase *baseline*. Kemudian menandai data pertama dan terakhir pada fase *treatment*. Terakhir hitung selisih antara kedua data dan menentukan arah naik atau turun dengan tanda (+) jika membaik, (-) jika memburuk, dan (=) jika tidak ada perubahan.

2. Analisis antar Kondisi

Untuk melakukan analisis antar kondisi ini pertama masukkan kode kondisi pada baris pertama. Kondisi *baseline* dengan kondisi *treatment*.

- a. Langkah 1  
Menentukan jumlah variabel yang diubah. Pada data variabel yang akan diubah dari kondisi *baseline* ke *treatment*.
- b. Langkah 2  
Menentukan perubahan kecenderungan arah dengan mengambil data pada analisis dalam kondisi.
- c. Langkah 3  
Menentukan perubahan kecenderungan stabilitas pada fase *baseline* dan *treatment*.
- d. Langkah 4  
Menentukan level perubahan data poin pada fase *baseline* dan *treatment*. Kemudian dihitung selisih antara keduanya.
- e. Langkah 5  
Menentukan *overlap* data pada kondisi *baseline* dengan *treatment*

**Analisis Individu**

Sebagai upaya dalam memahami permasalahan siswa maka disajikan analisis individual dari masing-masing siswa sebagai berikut.

Berikut ini dipaparkan tabulasi hasil pengukuran perilaku membolos pada subjek D.N.S.P tabulasi ini memerinci hasil pengukuran tahap *baseline* dan tahap pengukuran *treatment*. D.N.S.P memiliki frekuensi untuk perilaku membolosnya sebanyak 6 kali selama 6 minggu semester terakhir. Hasil tabulasinya sebagaimana tabel 4.2

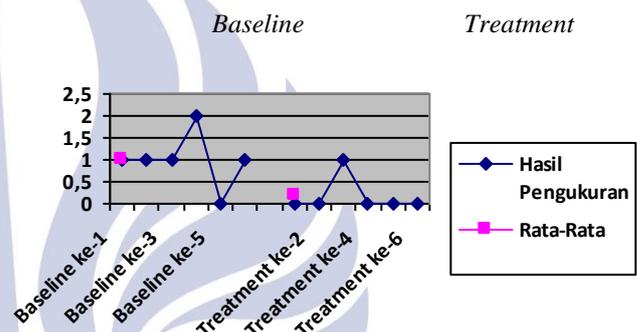
Tabel 4.8

Hasil Pengukuran Perilaku Mmembolos Subjek 1 (D.N.S.P)

Minggu	Hasil Pengukuran			
	Baseline	Tanggal	Treatment	Tanggal
1.	1	4 Okt 2016	0	10 Jan 2017

2.	1	10 Okt 2016	0	17 Jan 2017
3.	1	17 Okt 2016	1	24 Jan 2017
4.	2	26-27 Okt 2016	0	31 Jan 2017
5.	0	-	0	7 Feb 2017
6.	1	10 Nov 2016	0	14 Feb 2017

Grafik 4.2  
Hasil Pengukuran Perilaku Membolos Subjek D.N.S.P



Dengan memperhatikan pada grafik 4.2 maka diketahui pada fase *baseline* arah *trend*nya menaik dan pada fase *treatment* menurun, sehingga dalam tabel dapat dibuat seperti tabel 4.9.

Tabel 4.9  
Estimasi Kecenderungan Arah Subjek D.N.S.P

Subjek	Baseline	Treatment
D.N.S.P	(-)	(+)

Menghitung presentasi data point pada fase *baseline* yang berada dalam rentang stabilitas yaitu:

Tabel 4.13

Kecenderungan Stabilitas Subjek D.N.S.P

Subjek	Baseline	Treatment
D.N.S.P	Stabil (100%)	Stabil (100%)

Jika presentase stabilitas sebesar 85% keatas dikatakan stabil, sedangkan dibawah itu dikatakan tidak stabil. Karena hasil perhitungan untuk fase *baseline* adalah 100% maka diperoleh hasil stabil.

Setelah *treatment* dapat disimpulkan telah terjadi perubahan penurunan frekuensi perilaku

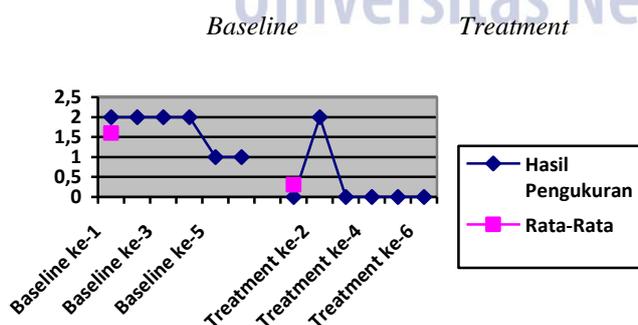
membolos subjek D.N.S.P. Terlihat dari data yang dihasilkan subjek D.N.S.P, selama 6 minggu terakhir semester ganjil D.N.S.P 6 kali membolos dan setelah D.N.S.P mendapat *treatment* selama 6 minggu frekuensi perilaku membolusnya menurun menjadi 1 kali. Yang berarti penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif mengurangi perilaku membolos subjek D.N.S.P

Berikut ini dipaparkan tabulasi hasil pengukuran perilaku membolos pada subjek R.I tabulasi ini memerinci hasil pengukuran tahap *baseline* dan tahap pengukuran *treatment*. R.I memiliki frekuensi untuk perilaku membolusnya sebanyak 10 kali dalam 6 minggu semester terakhir. Hasil tabulasinya sebagaimana tabel 4.3

Tabel 4.16  
Hasil Pengukuran Perilaku Mmembolos Subjek 2 (R.I)

Minggu	Hasil Pengukuran			
	Baseline	Tanggal	Treatment	Tanggal
1.	2	6-7 Okt 2016	0	10 Jan 2017
2.	2	11-12 Okt 2016	2	17 Jan 2017
3.	2	18-19 Okt 2016	0	24 Jan 2017
4.	2	1-2 Nov 2016	0	31 Jan 2017
5.	1	11 Nov 2016	0	7 Feb 2017
6.	1	14 Nov 2016	0	14 Feb 2017

Grafik 4.3  
Hasil Pengukuran Perilaku Membolos Subjek R.I



Dengan memperhatikan pada grafik 4.17 maka diketahui pada fase *baseline* arah trendnya menaik dan

pada fase *treatment* menurun, sehingga dalam tabel dapat dibuat seperti tabel 4.?.

Tabel 4.17  
Estimasi Kecenderungan Arah Subjek R.I

Subjek	Baseline	Treatment
R.I	→ (-)	↘ (+)

Menghitung presentasi data point pada fase *baseline* yang berada dalam rentang stabilitas yaitu:

Tabel 4.22  
Kecenderungan Stabilitas Subjek R.I

Subjek	Baseline	Treatment
R.I	Stabil (100%)	Stabil (100%)

Jika presentase stabilitas sebesar 85% keatas dikatakan stabil, sedangkan dibawah itu dikatakan tidak stabil. Karena hasil perhitungan untuk fase *baseline* adalah 100% maka diperoleh hasil stabil.

Tabel 4.24  
Jejak Data Subjek R.I

Subjek	Baseline	Treatment
R.I	$1 - 2 = -1$	$0 - 0 = +0$

Setelah *treatment* dapat disimpulkan telah terjadi perubahan penurunan frekuensi perilaku membolos subjek R.I. Terlihat dari data yang dihasilkan subjek R.I, selama 6 minggu terakhir semester ganjil R.I 10 kali membolos dan setelah D.N.S.P mendapat *treatment* selama 6 minggu frekuensi perilaku membolusnya menurun menjadi 2 kali. Yang berarti penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif mengurangi perilaku membolos subjek R.I

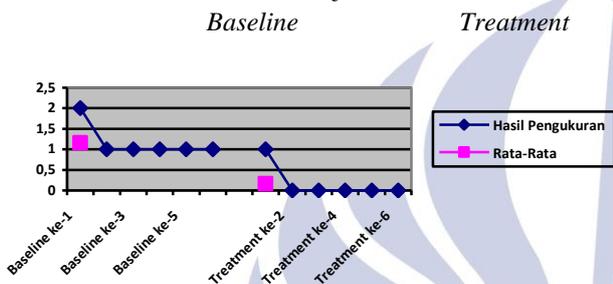
Berikut ini dipaparkan tabulasi hasil pengukuran perilaku membolos pada subjek M.M.S tabulasi ini memerinci hasil pengukuran tahap *baseline* dan tahap pengukuran *treatment*. M.M.S memiliki frekuensi untuk perilaku membolusnya sebanyak 7 kali 6 minggu semester terakhir. Hasil tabulasinya sebagaimana tabel 4.4

Tabel 4.25  
Hasil Pengukuran Perilaku Mmembolos Subjek 3 (M.M.S)

Minggu.	Hasil Pengukuran			
	Baseline	Tanggal	Treatment	Tanggal
1.	2	9-10 Okt 2016	1	10 Jan 2017

2.	1	18 Okt 2016	0	17 Jan 2017
3.	1	20 Okt 2016	0	24 Jan 2017
4.	1	28 Okt 2016	0	31 Jan 2017
5.	1	4 Nov 2016	0	7 Feb 2017
6.	1	9 Nov 2016	0	14 Feb 2017

Grafik 4.4  
Hasil Pengukuran Perilaku Membolos Subjek M.M.S



Dengan memperhatikan pada grafik 4.4 maka diketahui pada fase *baseline* arah *trend*nya menaik dan pada fase *treatment* menurun, sehingga dalam tabel dapat dibuat seperti tabel 4.26.

Tabel 4.26  
Estimasi Kecenderungan Arah Subjek M.M.S

Subjek	<i>Baseline</i>	<i>Treatment</i>
M.M.S	→ (-)	↘ (+)

Menghitung presentasi data point pada fase *baseline* yang berada dalam rentang stabilitas yaitu:

Tabel 4.31  
Kecenderungan Stabilitas Subjek M.M.S

Subjek	<i>Baseline</i>	<i>Treatment</i>
M.M.S	Stabil (100%)	Stabil (100%)

Jika presentase stabilitas sebesar 85% keatas dikatakan stabil, sedangkan dibawah itu dikatakan tidak stabil. Karena hasil perhitungan untuk fase *baseline* adalah 100% maka diperoleh hasil stabil.

Tabel 4.33  
Jejak Data Subjek R.I

Subjek	<i>Baseline</i>	<i>Treatment</i>
M.M.S	$1 - 2 = -1$	$0 - 1 = +1$

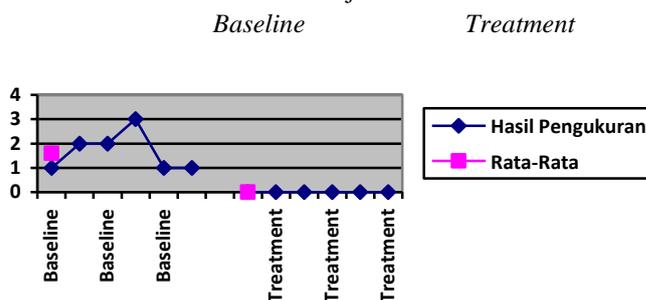
Setelah *treatment* dapat disimpulkan telah terjadi perubahan penurunan frekuensi perilaku membolos subjek M.M.S. Terlihat dari data yang dihasilkan subjek M.M.S, selama 6 minggu terakhir semester ganjil M.M.S 7 kali membolos dan setelah M.M.S mendapat *treatment* selama 6 minggu frekuensi perilaku membolosnya menurun menjadi 1 kali. Yang berarti penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif mengurangi perilaku membolos subjek M.M.S.

Berikut ini dipaparkan tabulasi hasil pengukuran perilaku membolos pada subjek N.P.S tabulasi ini memerinci hasil pengukuran tahap *baseline* dan tahap pengukuran *treatment*. N.P.S memiliki frekuensi untuk perilaku membolosnya sebanyak 10 kali dalam 6 minggu semester terakhir. Hasil tabulasinya sebagaimana tabel 4.5

Tabel 4.34  
Hasil Pengukuran Perilaku Membolos Subjek 4 (N.P.S)

Minggu	Hasil Pengukuran			
	<i>Baseline</i>	Tanggal	<i>Treatment</i>	Tanggal
1.	1	6 Okt 2016	0	10 Jan 2017
2.	2	10-11 Okt 2016	0	17 Jan 2017
3.	2	20-21 Okt 2016	0	24 Jan 2017
4.	3	24-26 Okt 2016	0	31 Jan 2017
5.	1	3 Nov 2016	0	7 Feb 2017
6.	1	10 Nov 2016	0	14 Feb 2017

Grafik 4.5  
Hasil Pengukuran Perilaku Membolos Subjek N.P.S



Dengan memperhatikan pada grafik 4.5 maka diketahui pada fase *baseline* arah *trend*nya menaik dan pada fase *treatment* menurun, sehingga dalam tabel dapat dibuat seperti tabel 4.35

Tabel 4.35  
Estimasi Kecenderungan Arah  
Subjek N.P.S

Subjek	<i>Baseline</i>	<i>Treatment</i>
N.P.S	↗ (-)	→ (+)

Menghitung presentasi data point pada fase *baseline* yang berada dalam rentang stabilitas yaitu:

Tabel 4.40  
Kecenderungan Stabilitas  
Subjek N.P.S

Subjek	<i>Baseline</i>	<i>Treatment</i>
N.P.S	Stabil (100%)	Stabil (100%)

Jika presentase stabilitas sebesar 85% keatas dikatakan stabil, sedangkan dibawah itu dikatakan tidak stabil. Karena hasil perhitungan untuk fase *baseline* adalah 100% maka diperoleh hasil stabil.

Tabel 4.42  
Jejak Data Subjek N.P.S

Subjek	<i>Baseline</i>	<i>Treatment</i>
N.P.S	$1 - 1 = -0$	$0 - 0 = +0$

Setelah *treatment* dapat disimpulkan telah terjadi perubahan penurunan frekuensi perilaku membolos subjek N.P.S. Terlihat dari data yang dihasilkan subjek N.P.S, selama 6 minggu terakhir semester ganjil N.P.S 7 kali membolos dan setelah N.P.S mendapat *treatment* selama 6 minggu frekuensi perilaku membolosnya menurun menjadi 1 kali. Yang berarti penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif mengurangi perilaku membolos subjek N.P.S.

### Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah fase *treatment* (perlakuan) selesai dilakukan oleh peneliti maka pada hari Rabu 15 Februari 2017 mengadakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan. Pada tahap evaluasi ini peneliti membandingkan fase *baseline* dan fase *treatment* berdasarkan tingkah laku yang dipertahankan selama penelitian.

Peneliti memberi saran dan pendapat jika pelaksanaan teknik *self-instruction* ingin dilanjutkan maka fase *baseline* dan fase *treatment* harus disiapkan dengan baik, data-data siswa harus di dapat sesuai yang

dibutuhkan, dan perlakuan harus dilakukan secara berkelanjutan. Hal tersebut dapat dilakukan sesuai dengan perubahan target perilaku yang ingin dicapai oleh guru BK.

Keempat subjek dilihat dari fase *baseline* dan fase *treatment* yang telah dilaksanakan sudah menunjukkan berkurangnya frekuensi perilaku membolos. Dalam kenyataannya selama ini guru BK hanya memberikan teguran, panggilan orang tua, dan konseling individu untuk meningkatkan kedisiplinan yang hasilnya pun belum efektif. Karena tidak adanya pemberian perlakuan dari guru BK kepada siswa dengan teknik *self-instruction* dimana teknik tersebut dapat membantu siswa menginstruksi dirinya sendiri akan perilaku-perilaku yang tak seharusnya mereka lakukan dan sekaligus membuat siswa bertanggung jawab untuk meninggalkan perilaku yang tidak seharusnya mereka lakukan. Dan kelemahannya adalah bila siswa sulit untuk berkonsentrasi dan masih bingung dengan pilihan instruksi dirinya.

Dalam hal ini teknik *self-instruction* adalah teknik milik Donald Meichenbaum yang dapat digunakan untuk mengurangi frekuensi masalah perilaku membolos sebagai pendorong terbentuknya perilaku baru. Sebelum peneliti melaksanakan teknik *self-instruction* peneliti mencari data dari absensi siswa, serta bekerja sama dengan guru BK dan wali kelas untuk mengumpulkan data dan informasi terkait subjek yang akan menjadi objek penelitian peneliti. Hal ini penting bagi peneliti demi memaksimalkan terlaksananya konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* selama penelitian berlangsung.

Sebelum berjalannya konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* sebagai teknik yang digunakan untuk mengurangi frekuensi perilaku membolos siswa harus memahami alasan dan akibat mereka membolos. Ketika perlakuan diberikan, masih ada anak yang tidak masuk sekolah tanpa keterangan yang jelas. Dalam pertemuan pemberian perlakuan berikutnya peneliti menanyakan mengapa ia membolos dan lebih menerapkan teknik *self-instruction* dengan perlahan dan sesuai tujuan agar siswa memahaminya. Siswa harus dapat membuat keputusan dan rencana untuk menyelesaikan dan mengubah perilaku membolosnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Holec (dalam Anyichie, 2012) bahwa teknik *self-instruction* adalah sebuah teknik dimana konseli dapat membuat keputusan tentang semua aspek dalam menyelesaikan masalahnya dimana adanya sebuah perencanaan untuk perubahan perilaku negative ke positif melalui pernyataan ataupun pertanyaan berupa arahan kea rah yang lebih baik.

Dan untuk membentuk perilaku baru dengan memberikan instruksi diri sendiri secara positif merupakan suatu cara yang ampuh untuk membentuk perilaku yang diinginkan. Siswa harus belajar menginstruksikan dirinya sendiri agar masalah yang mereka hadapi dapat mereka selesaikan sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Hambatan selama berlangsungnya penelitian ini adalah terbatasnya waktu dalam konseling kelompok

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan data dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat mengurangi frekuensi perilaku membolos siswa kelas VIII SMP Negeri 29 Surabaya. Hal tersebut didukung oleh hasil dalam fase *baseline* dan fase *treatment* dari keempat subjek dimana dua subjek mengalami pengurangan frekuensi perilaku membolos menjadi satu kali dalam enam minggu setelah pemberian perlakuan yang sebelumnya dua subjek itu memiliki frekuensi enam dan tujuh kali membolos dalam enam minggu terakhir semester ganjil (03 Oktober 2016-14 November 2016), satu subjek mengalami pengurangan frekuensi perilaku membolos menjadi dua kali dalam enam minggu setelah pemberian perlakuan yang sebelumnya dua subjek itu memiliki frekuensi sepuluh kali membolos dalam enam minggu terakhir semester ganjil (03 Oktober 2016-14 November 2016), dan satu subjek berikutnya tidak terlihat berperilaku membolos dalam enam minggu setelah pemberian perlakuan yang sebelumnya dua subjek itu memiliki frekuensi sepuluh kali membolos dalam enam minggu terakhir semester ganjil (03 Oktober 2016-14 November 2016). Perubahan penurunan frekuensi perilaku membolos menunjukkan hasil yang stabil, mendatar dan berkurang setelah pemberian perlakuan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat mengurangi perilaku membolos subjek yaitu siswa kelas VIII di SMP Negeri 29 Surabaya.

### A. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu:

1. Bagi Konselor
  - a. Dengan telah diungkapnya permasalahan mengenai frekuensi perilaku membolos siswa yang tinggi harap adanya tindak lanjut dari konselor sekolah untuk membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

- b. Dengan adanya penelitian ini diharap dapat menjadi masukan dan wawasan bagi konselor sekolah dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling agar lebih baik kedepannya.
- c. Bagi konselor sekolah khususnya, diharap mampu memahami karakteristik peserta didik yang unik, karena hal itu merupakan tugas dan tanggung jawab konselor sekolah. Permasalahan yang dialami peserta didik pun beragam sehingga membutuhkan sikap yang kreatif dan inovatif dalam menemukan alternative penanganan yang efektif guna membantu menangani permasalahan yang dialami peserta didik agar peserta didik dapat mencapai perkembangan yang optimal

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya diharap memperhatikan adanya faktor internal dan faktor eksternal yang memengaruhi penelitian. Khususnya dari luar diri peserta didik seperti pola asuh, lingkungan, desain, dan metode penelitian. Karena pemberian konseling dengan teknik *self-instruction* dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal yang sulit dikendalikan oleh peneliti sehingga dapat memengaruhi hasil penelitian.
- b. Dalam melaksanakan tahapan teknik *self-instruction* refleksi diri yang mendalam agar peserta didik benar-benar dapat memberikan cerminan pada dirinya secara mandiri dan terbuka sehingga peserta didik dapat memperoleh pemahaman dan kesadaran lebih mendalam serta menyeluruh.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, Muhammad, M.Ag. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: CV. Pustaka Setia
- Anthony, Adani. Eskay Michael, & Onu Victoria. 2012. *Effect of Self-instruction Strategy on the Achievement in Algebra of Students With Learning Difficulty in Mathematics*. US-China Education Review A 12
- Handoko, Aris. 2013. *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa Kelas X Tkj Smk Bina Nusantara Ungaran Tahun Ajaran 2012/2013*. Skripsi. Tidak diterbitkan

Jogja Tribun News. 2016. *Pelajar Tertangkap Membolos di Jam Sekolah* [Online]. Tersedia: <http://jogja.tribunnews.com/2016/02/24/17-pelajar-tertangkap-membolos-di-jam-sekolah> [12 Oktober 2016]

Latipun. 2008. *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press

Mashita, Arinda Nur. 2013. *Penerapan Modifikasi Kognitif-Perilaku untuk Mengelola Stres Terhadap Kegiatan Praktek Kerja Industri (Prakerin) Siswa Kelas Xi-Mm 1 (Multi Media) SMK Negeri 1 Surabaya*. Jurnal BK UNESA 4 (01)

Pearce, John. 2000. *Perilaku yang Buruk*. Penerjemah Purnama Sidhi. Jakarta: Bina Rupa Aksara.

Sharf, R. S. 2004. *Theories of Psychotherapy and Counseling*. USA. Brooks/Cole Sparzo, F. J dan Pottet, J. A. 1989. *Classroom Behavior: Detecting and Corecting Special Problems*. [Online]. Tersedia: [caturbepositivelearn.org](http://caturbepositivelearn.org) [1 November 2012]

Supriyo. 2008. *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak

Suryosubroto. 2009. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Tempo. 2016. *Begini Wali Kota Risma Memarahi 14 Siswa yang Membolos* [Online]. Tersedia: <https://m.tempo.co/read/news/2016/02/23/058747573/begini-wali-kota-risma-memarahi-14-siswa-yang-membolos> [12 Oktober 2016]

UU No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional

