

**EKSPERIMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDU
DENGAN PENDEKATAN REALITAS DALAM
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS
PESERTA DIDIK KELAS XI
DI SMKN 1 KALIANDA**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh:

PUTRI YULIANINGSIH

NPM. 1711080194

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1443 H/2021 M**

**EKSPERIMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDU
DENGAN PENDEKATAN REALITAS DALAM
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS
PESERTA DIDIK KELAS XI
DI SMKN 1 KALIANDA**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh:

PUTRI YULIANINGSIH

NPM. 1711080194

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Nova Erlina, S. IQ., M. ED.

Pembimbing II: Iip Sugiharta, M.Si

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1443 H/2021 M**

ABSTRAK

Perilaku membolos merupakan suatu penyimpangan yang berkaitan dengan penyimpangan yang mana penyimpangan tersebut biasanya terjadi karena adanya tindakan yang tidak baik, membolos ialah masalah utama bagi peserta didik seperti halnya tidak masuk saat jam pelajaran berlangsung dan meninggalkan sekolah tanpa alasan. Perilaku membolos dapat menyebabkan putus sekolah, dan bias menyebabkan perilaku menyimpang. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui layanan konseling individu dengan pendekatan realitas untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas XI di SMK Negeri 1 Kalianda.

Jenis penelitian ini adalah *Single Subject Research* (SSR) dengan desain yang digunakan adalah A-B, populasi yang digunakan adalah seluruh peserta didik kelas XI di SMK Negeri 1 Kalianda. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang peserta didik kelas XI/MM sebagai peserta didik membolos dengan kategori tinggi. Alat instrumentasi penelitian ini adalah observasi dan dokumentasi.

Hasil analisis data deskriptif menunjukkan bahwa kecenderungan perilaku membolos subjek pada saat fase baseline dan intervensi mengalami perbedaan. Pada saat baseline skor mencapai angka hingga 27. Sedangkan pada fase intervensi, pada pertemuan ketiga perilaku membolos subjek mengalami penurunan sebesar 14 hingga akhir intervensi. Jadi, setelah intervensi dilakukan dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan pendekatan realitas dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik.

Kata Kunci : Konseling Terapi Realitas, Perilaku Membolos



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Sutarmin, Sukarame, Bandar Lampung 33531 Telp. (0721)783260

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama Mahasiswi : Putri Yulianingsih
NPM : 1711080194
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Pendektan Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kalianda T.P 2020/2021”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi atau saduran dari hasil karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar rujukan. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 30 Agustus 2021



Putri Yulianingsih



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.(0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kalianda

Nama : Putri Yulianingsih

NPM : 1711080194

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk dimunaqsyahkan dan dipertahankan
dalam sidang munaqsyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Nova Erlina, S. IQ., M. Ed.
NIP.197811142009122003

Pembimbing II

Lip Suziharta, M.Si.
NIP.-

Mengetahui,

Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 196706221994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.(0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kalianda**, Disusun oleh **Putri Yulianingsih**, NPM: **1711080194**, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal: **Senin, 22 November 2021**.

TIM MUNAQASYAH

Ketua : Rahma Diani, M.Pd


(.....)

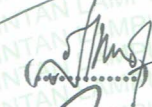
Sekretaris : Hardiyansyah Masya, M.Pd


(.....)

Penguji Utama : Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I


(.....)

Penguji Pendamping I : Nova Erlina, S.I.Q., M.Ed


(.....)

Penguji Pendamping II : Iip Sugiharta, M.Si


(.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 196408281988032002



MOTTO

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اسْتَعِيْنُوْا بِالصَّبْرِ وَالصَّلٰوةِ ۗ اِنَّ اللّٰهَ مَعَ الصّٰبِرِيْنَ ﴿١٥٣﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.

(Q.S. Al-Baqarah 153)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan mengucapkan segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya. Penulis mampu menyelesaikan skripsi ini, dengan segala syukur dan bangga penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi, Bapak Purwadi dan Ibu Tri Sulasmi. Terimakasih selalu menyayangi dengan tulus, memberikan semangat yang tak henti-henti, mendoakan selalu agar dalam dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik. Terimakasih atas semua kasih dan sayang yang tak terhingga yang telah diberikan dari kecil hingga sampai saat ini
2. Kepada adik saya satu-satunya yang sangat saya sayangi, Devi Amelia yang selalu memberikan dukungan dan membuat saya bersemangat dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Seluruh keluarga saya yang sangat saya sayangi, Irfandi, Firly Safitri, Siti Nur Jamilah, Tri Sutrisno, Heriyanto yang tak henti-henti memberikan dukungan, serta ucapan-ucapan yang sangat indah sehingga membuat penulis termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Untuk almamater tercinta Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Penulis skripsi ini bernama lengkap Putri Yulianingsih, biasa dipanggil Putri atau pupu. Penulis lahir di Pardasuka, 20 Desember 1999 yang merupakan putri pertama dari dua bersaudara. Penulis merupakan anak dari pasangan Bapak Purwadi dan Ibu Tri Sulasmi.

Pendidikan yang telah ditempuh oleh penulis mulai dari Sekolah Dasar di SD Negeri 4 Pardasuka pada tahun 2006-2011. Lalu, melanjutkan kejenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 1 Katibung pada tahun 2012-2014. Kemudian, penulis melanjutkan pendidikan di SMK Negeri 1 Kalianda Jurusan Akuntansi, selesai tahun 2017. Pada tahun 2017 penulis masuk di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam melalui jalur seleksi UM-PTKIN. Pada tahun 2020 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata Dari Rumah (KKN-DR) di Desa Pardasuka Kecamatan Katibung Lampung Selatan, lalu penulis melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di UPT SMP Negeri 9 Bandar Lampung.



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir kelak.

Skripsi dengan judul “Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Untuk Mmengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kalianda T.P 2020/2021” adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S.Pd) program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

Dengan rendah hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan, namun penulis tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan, dorongan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Rahma Diani, M.Pd selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Nova Erlina, S. IQ., M. ED selaku pembimbing 1 yang telah memberikan motivasi, dan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Iip Sugiharta, M.Si selaku pembimbing II, terimakasih atas perhatian, petunjuk, dan arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi saya ini.

6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak menyumbangkan ilmunya selama penulis di bangku perkuliahan.
7. Ira Apridawati, S. Pd dan Khairum Laksari, S. Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMK Negeri 1 Kalianda.
8. Teruntuk semua sahabat-sahabatku seperjuangan dan yang menemani dari awal masuk hingga saat ini Khoirul Triansyah, Zheldy Afrisza, Diyah Anggraeni, Reza Paula. Sahabat-sahabat yang telah menemani dan tidak pernah pergi Riska Novelia, Sandy Susilowati, Ria Agustina. Teruntuk teman ku Rendra Ines Palupi dan Yola Viola yang selalu mengingatkan ku disaat aku malas mengerjakan skripsi ini mereka adalah anugrah terindah.
9. Teman-teman seperjuangan di kelas F angkatan 2017 Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Teman-teman KKN dan PPL angkatan 2017 yang telah memberikan semangat hingga skripsi ini selesai.
10. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan semangat yang tidak dapat disebutkan satu persatu, semoga pencapaian ini menjadi amal soleh.

Penulis berharap semoga bantuan yang diberikan selama ini dari berbagai pihak, mendapat imbalan dari Allah SWT. Penulis sangat sadar akan keterbatasan kemampuan yang ada pada dalam diri penulis. Untuk itu semua kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan.

Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat serta berguna bagi penulis khususnya dan pembaca. Aamiin.

Bandar Lampung, Agustus 2021

Penulis,

Putri Yulianingsih

1711080194

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	2
C. Identikasi dan Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
G. Penelitian Relevan.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Individu.....	11
1. Pengertian Konseling Individu.....	11
2. Tujuan Konseling Individu	12
3. Pelaksanaan Konseling Individu	14
4. Teknik Konseling Individu	15
5. Indikator Keberhasilan Konseling Individu	17
6. Kegiatan Pendukung Konseling Individu	17
B. Pendekatan Realitas	18
1. Sejarah Pendekatan Realitas	18
2. Definisi Pendekatan Realitas	19

3. Pandangan Pendekatan Realitas Tentang Manusia	21
4. Konsep Dasar Pendekatan Realitas	23
5. Ciri-ciri Pendekatan Realitas	25
6. Tujuan Pendekatan Realitas	28
7. Teknik-teknik dan Prosedur-prosedur Dalam Pendekatan Realitas	28
8. Tahap-tahap Konseling Pendekatan Realitas	29
9. Kelebihan dan Kelemahan Pendekatan Realitas	34
C. Perilaku Membolos	35
1. Pengertian Perilaku Membolos	35
2. Gejala Peserta didik Membolos	35
3. Faktor-faktor Peserta Didik Membolos.....	36
4. Dampak Perilaku Membolos	38

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	41
B. Desain Penelitian	42
C. Variabel Penelitian	43
D. Tempat Penelitian	43
E. Pemilihan Subjek Penelitian	44
F. Pengembangan Instrumensi Pemilihan Subjek	45
G. Pemilihan Partisipan Penelitian	45
H. Definisi Operasional	46
I. Metode Pengumpulan Data	46
J. Analisis Data	47

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	53
1. Deskripsi <i>Single Subject</i> Pada skor Baseline (A) Perilaku Membolos	53
2. Analisis Data <i>Single Subject Research Intervensi</i> (B) Skor Intervensi Perilaku Membolos.....	54
B. Analisis Data	56
1. Analisis Dalam Kondisi	58
2. Analisis Antar Kondisi	62

C. Pembahasan	63
1. Perilaku Membolos dengan Konseling Pendekatan Realitas	63
2. Keterbatasan Penelitian	67

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	69
B. Saran	69

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Masalah Perilaku Membolos SMK Negeri 1 Kalianda.....	6
Tabel 1.2	Tahapan penelitian Single Subject	42
Tabel 1.3	Skor Baseline A Perilaku Membolos	53
Tabel 1.4	Skor Intervensi (B) Perilaku Membolos.....	54
Tabel 1.5	Skor perbandingan baseline (A) dan intervensi (B) perilaku membolos pada peserta didik membolos	57



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1.1 Kondisi Keseluruhan Perilaku Membolos..... 57



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Agar dalam penelitian ini tidak terjadi kesalahpahaman mengenai judul penelitian tentang **“Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Realitas* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMK Negeri 1 Kalianda”** maka peneliti perlu menegaskan istilah-istilah yang ada dalam judul tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pendekatan *Realitas*

Pendekatan realitas merupakan suatu system yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Konselor dalam konseling realitas mengajarkan tingkah laku yang bertanggung jawab agar individu mampu menghadapi segala kenyataan yang harus dijalani dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain.

2. Membolos

Membolos menurut Maryati adalah terjadinya suatu penyimpangan yang berkaitan dengan penyimpangan yang mana penyimpangan tersebut biasanya terjadi karena adanya tindakan yang tidak baik seperti pemberian julukan, cap atau merk yang tidak sesuai dengan nilai-nilai norma yang ada.¹

Menurut Miller & Plant, perilaku membolos merupakan masalah besar bagi peserta didik didalam dunia pendidikan, apabila perilaku membolos dibiarkan dapat menyebabkan peserta didik untuk terlibat dalam tindakan nakal.²

¹Defriyanto, “Evaluasi Program Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta didik Di SMA YP UNILA Bandar Lampung”, *Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol 2, 2015, h. 5.

²Mille& Plan, “Pembolosan dan Persepsi kinerja Sekolah”, *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, Vol. 9, No. 2, September 2009, h. 2.

Membolos menurut Garry, Eileen M, membolos adalah masalah utama bagi peserta didik yang memiliki efek negative pada masa depan. Perilaku membolos dapat menyebabkan putus sekolah, dan bias menyebabkan perilaku menyimpang.³

3. SMK Negeri 1 Kalianda

SMK Negeri 1 Kalianda yaitu lembaga pendidikan yang berada di Jl. Soekarno Hatta Komp Ragom Mufakat 2 Kalianda. Sejak tahun 2016 SMK Negeri 1 Kalianda, adalah Sekolah Menengah Kejuruan Negeri Yang terdapat di Kabupaten Kalianda, Provinsi Lampung, Indonesia.

Berdasarkan penjelasan istilah-istilah tersebut dapat diketahui bahwa yang dimaksud dengan penelitian yang berjudul, Ekperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Realitas* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMK Negeri 1 Kalianda.

B. Latar Belakang Masalah

Dalam mengikuti kegiatan belajar disekolah seorang peserta didik tidak akan lepas dari peraturan dan tata tertib, peserta didik juga dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan peraturan tata tertib yang ada disekolah. Maka dari itu sekolah selalu menumbuhkan rasa pentingnya unuk menaati tata tertib yang berlaku disekolah untuk menumbuhkan disiplin yang tinggi dalam diri peserta didik.

Perilaku membolos merupakan suatu permasalahan yang paling sering terjadi di setiap sekolah. Perilaku membolos menurut Gunarsa adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah. Sedangkan menurut Kartono membolos adalah salah satu bentuk kenakalan peserta didik, yang jika tidak segera diselesaikan

³Garry, Eileen M, "Pembolosan langkah pertama menuju masalah kenakalanRemaja" *Journal of Juvenile Justice and Delinquency Prevention*, Vol. 5, No. 2, Oktober, 2007, h. 2.

maka akan menimbulkan dampak yang parah bagi peserta didik.⁴

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos adalah perilaku tidak masuk sekolah tanpa keterangan atau pergi meninggalkan sekolah tanpa alasan yang tepat pada saat jam pembelajaran dan tidak mendapat izin terlebih dari petugas sekolah yang dilakukan secara berulang-ulang.

Jika perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik dibiarkan dan tidak ditanggulangi dengan segera maka akan membawa kerugian bagi peserta didik serta orang tuanya sendiri.⁵ Kerugian yang nyata dapat dilihat dari menurunnya prestasi belajar pada peserta didik dikarenakan tidak mengikuti pelajaran yang berlangsung. Peserta didik seharusnya mampu memanfaatkan waktu muda na untuk menimba ilmu dan segala kegiatan bermanfaat bagi dirinya, tetapi peserta didik yang melakukan tindakan membolos dan menyia-nyiakan waktu mudanya untuk belajar akan membawa kerugian, yang mana sudah dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Al-Ashr : 103 ayat 1-3 sebagai berikut:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا

الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: *Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam keadaan merugi (celaka) kecuali orang-orang yang beriman, beramal shalih, slaing menasehati dalam kebenaran, dan saling menasehati dalam kesabaran (QS Al-Ashr 103 : 1-3)*

⁴ Anggi Indayani et al., "Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X. 1 Sma Negeri 1 Sawan," no. 1 (2014).

⁵ Patricia A. Robey, Robert E. Wubbolding, and Michelle Malters, "A Comparison of Choice Theory and Reality Therapy to Adlerian Individual Psychology," *The Journal of Individual Psychology* 73, no. 4 (2017): 283–94, <https://doi.org/10.1353/jip.2017.0024>.

Pada surat Al-Ashr diatas dapat diketahui bahwa manusia akan mengalami kerugian apabila tidak memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya dengan maksimal, karena waktu yang telah dilalui tidak mungkin terulang kembali. Maka dari itu setiap manusia hendaknya dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan menggunakan waktu yang ada untuk selalu melakukan kebaikan, mencari pahala, menaati peraturan yang ada serta menjauhi perbuatan yang dilarang. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam surat Al-Ashr setiap manusia akan mengalami kerugian kecuali orang-orang yang beriman dan dapat memanfaatkan waktu dengan baik.

Maka dari itu dengan adanya peran seorang guru bimbingan konseling dapat mengatasi permasalahan peserta didik yang ada disekolah. Karena jika melihat konsep dasar dari bimbingan konseling yaitu memberikan pertolongan terhadap masalah yang ada. Dan memang sudah seharusnya seseorang manusia harus saling membantu dan memberikan pertolongan, sebagaimana Allah SWT menjelaskan dalam Al-Qur'an surah Al-Kahfi ayat 195 sebagai berikut:

قَالَ مَا مَكَّنِّي فِيهِ رَبِّي خَيْرٌ فَأَعِينُونِي بِقُوَّةٍ أَجْعَلْ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ رَدْمًا ﴿٩٥﴾

Artinya: *Dzulkarnain berkata: "Apa yang telah dikuasakan oleh Tuhanku kepadaku terhadapnya adalah lebih baik, Maka tolonglah aku dengan kekuatan (manusia dan alat-alat), agar aku membuatkan dinding antara kamu dan mereka), (Q.S Al-Kahfi: 95).*

Berdasarkan pengertian ayat di atas hendaklah kita sesama manusia harus tolong menolong dalam kebaikan. Dan janganlah menjerumuskan manusia dalam perbuatan merugi. Segala sesuatu dikerjakan dengan kebaikan akan mendapatkan ridho dari Allah SWT.

Disinilah sangat dibutuhkan kehadiran guru BK dalam membantu peserta didik baik untuk membimbing

peserta didik maupun mengatasi permasalahan yang dihadapi peserta didik. Hampir setiap sekolah dapat dijumpai keberadaan bimbingan konseling dimana bertujuan untuk membantu peserta didik agar mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan juga mengembangkan potensi yang dimilikinya. Bimbingan dan konseling mempunyai berbagai macam layanan yang bisa digunakan, salah satunya yaitu konseling individu. Konseling individu dengan menggunakan pendekatan realitas merupakan suatu layanan yang diberikan kepada seorang peserta didik dalam mengentaskan masalahnya khususnya masalah pribadi.⁶

Berdasarkan pra-penelitian yang peneliti lakukan di SMK Negeri 1 Kalianda. Peneliti menemukan ada beberapa kasus yang terjadi pada saat proses pembelajaran di sekolah, yaitu membolos pada saat proses pembelajaran berlangsung. Ada beberapa data yang memperkuat peneliti yaitu berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMK Negeri 1 Kalianda.

Permasalahan yang terdapat di SMK Negeri 1 Kalianda yaitu membolos yang masih sering terjadi disetiap kelas. Ada beberapa peserta didik yang membolos dari awal masuk sekolah ataupun saat jam pelajaran tertentu. Berbagai alasan yang digunakan peserta didik pun bermacam-macam, dari yang izin ke toilet tetapi justru malah ke kantin. Terdapat juga yang izin mengambil barang yang tertinggal dirumah, serta alasan lainnya yang bisa digunakan untuk membolos.⁷

Guru mata pelajaran yang terkadang tidak begitu peduli atau memastikan peserta didik yang izin keluar, juga dengan guru piket yang sudah memberikan hukuman kepada peserta didik yang mebolos, namun hal ini tidak membuat peserta didik berhenti untuk melakukan perilaku membolos. Maka, guru BK akan bertindak dengan memanggil peserta

⁶ Janice K Olson and Elizabeth R Tomkins, "Montgomery County Schools, Norristown, Pennsylvania," 2017.

⁷Ira Apridawati, Observasi dan Wawancara di SMK Negeri 1 Kalianda, Tanggal 24 Januari 2021.

didik ke ruang BK. Terkadang guru BK juga keliling ke setiap kelas yang apabila menemukan kelas yang kosong ataupun menemukan peserta didik yang kepadatan tidak berada di dalam kelas ketika jam pelajaran sudah dimulai. Konseling individu inilah yang sering digunakan oleh guru BK dalam menangani kasus peserta didik membolos, karena hal ini bisa membuat peserta didik lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan atau alasan yang membuat peserta didik melakukan perilaku membolos.

Adapun tiga peserta didik menurut hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti di SMK Negeri 1 Kalianda, adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1
Masalah Perilaku Membolos
SMK Negeri 1 Kalianda

No	Peserta Didik	Jenis Indikator				
		Kurang minat terhadap pelajaran	Merasa gagal dalam belajar	Tidak membayar kewajiban spp	Tidak senang dengan sikap guru	Terpengaruh oleh teman
1	MNH	√	√	-	√	√
2	AH	-	√	√	-	√
3	MR	√	-	-	√	√

Sumber: Data dari guru BK SMK Negeri 1 Kalianda⁸

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan Ibu Ira Aprida Wati, S. Pd selaku guru bimbingan dan konseling dan dengan peserta didik maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peserta didik yang masih suka membolos dan ditemukan bahwa peserta didik membolos

⁸ Data Hasil Pra-Penelitian Peserta Didik Perilaku Membolos SMK Negeri 1 Kalianda

sebenarnya mengetahui bahwa perilaku membolos merupakan perilaku yang tidak baik bahkan mereka menyadari bahwa dengan membolos mereka akan mengalami kesulitan saat diberikan ulangan akan tetapi perilaku membolos masih sering dilakukan oleh beberapa peserta didik di SMK Negeri 1 Kalianda.

C. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah

1. Identifikasi Masalah

- a. Terindikasi peserta didik yang tidak mengikuti jam pelajaran saat akan dimulai pada setiap saat.
- b. Terdapat peserta didik yang masih banyak melanggar peraturan sekolah

2. Batasan Masalah

Agar tidak terjadi kesalahan dalam pembahasan, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini, masalah yang akan dikaji nya dalam ruang lingkup “Eksperimentasi layanan konseling individu dengan pendekatan realitas dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas XI di SMKN 1 Kalianda”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah ”Apakah konseling individu dengan pendekatan realitas dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas XI di SMK Negeri 1 Kalianda?.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian adalah: Untuk mengetahui bahwa penggunaan konseling individu menggunakan pendekatan realitas berpengaruh untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas XI di SMK Negeri 1 Kalianda.

F. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam pemberian layanan konseling terutama layanan konseling individu dengan teknik yang paling sesuai, efektif dan efisien sehingga dapat membantu mengurangi masalah perilaku membolos peserta didik.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat digunakan peneliti untuk menambah pengalaman dalam melakukan penelitian dan sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian berikutnya yang terkait dengan mengatasi masalah perilaku membolos.

G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Berdasarkan penelitian terdahulu yang relevan, pendekatan realitas dapat meningkatkan penerimaan diri (*selfacceptance*) peserta didik seperti penerimaan diri terhadap kemampuannya dalam pembelajaran⁹. Peserta didik yang menunda pekerjaan sekolah dan lebih mementingkan bersama temannya dilingkungan sekolah dapat diberikan pendekatan realitas guna untuk mengatasi penundaan pekerjaan sekolah, perbedaan dalam penelitian ini adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik.¹⁰ Pendekatan realitas juga dapat diberikan kepada peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.¹¹

⁹ Affiifi, Mayssara A. Abo Hassanin, *Upaya Meningkatkan Penerimaan diri (Selfacceptance) Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas . Toward a Media History of Documents* 2, no. 2 (2014): 135–47.

¹⁰ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Solichah, Novia (Fakultas Psikologi, “Konseling Pendekatan Terapi Realitas Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik,” *Penelitian Psikologi* 10, no. 2 (2019): 12.

¹¹ Ridha Yana Magrur, Nani Restati Siregar, and Dodi Priyatmo Silondae, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa,” *Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 1 (2020): 53–60, <https://doi.org/10.36709/bening.v4i1.10496>.

Perilaku ketidakdisiplinan disekolah semakin banyak terjadi, salah satunya yaitu perilaku membolos yang dapat menghambat aktivitas belajarnya. Pendekatan realitas dapat mengurangi perilaku membolos tersebut.¹² Rendahnya kesadaran peserta didik untuk mengikuti pembelajaran dikelas dan tidak bertanggung jawab dalam pekerjaan sekolah, pendekatan realitas juga dapat diberikan kepada peserta didik tersebut.¹³ Motivasi rendah menjadi salah satu penghambat bagi peserta didik dalam proses belajarnya.¹⁴



¹² Hetty Krisnani and Rachel Farakhayah, "Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Realty Therapy," *Social Work* 7, no. 2 (2017): 1–79.

¹³ Mega Pratiwi, *Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Untuk Meningkatkan Kesadaran Bahaya Perilaku Membolos Siswa Di SMK Negeri 8 Malang*. (Diploma Thesis, Universitas Negeri Malang), 2015.

¹⁴ Dwiefri Reza, *Pengaruh Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Untuk Mengatasi Masalah Membolos Siswa Di SMAN 2 Masbagik*. (Diploma Thesis, Universitas Hamzanwadi), 2018.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Individual

1. Pengertian Konseling Individual

Konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang peserta didik dalam rangka pengentasan masalah pribadi pada peserta didik. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara peserta didik dan konselor membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami peserta didik.¹⁵ Dalam hubungan itu masalah peserta didik dicermati dan diupayakan pengentasannya, sedapatnya dengan kekuatan peserta didik sendiri. Dalam hal itu, konseling dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah peserta didik.

Sejalan dengan pendapat tersebut Willis memaknai konseling individual sebagai bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang peserta didik dengan tujuan berkembangnya potensi peserta didik, maupun mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.¹⁶ Hal itu dapat dimengerti karena, layanan konseling yang tuntas telah mencakup sebagai fungsi-fungsi pemahaman, pengentasan, serta pemeliharaan dan pengembangan. Isi konseling menyangkut berbagai segi kehidupan dan perkembangan klien yang mungkin perlu dikaitkan pada layanan-layanan orientasi dan informasi, penempatan, dan penyaluran, serta bimbingan belajar.

¹⁵ Prayitno. *Layanan Konseling Perorangan*. Padang : Universitas Negeri Padang Press, 2004. h.1

¹⁶ Willis, Sofyan S.. *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabeta. 2004.h.35

Dari kedua pendapat tersebut maka diperoleh kesimpulan bahwa konseling individu merupakan bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada seorang peserta didik yang dilakukan dalam suasana tatap muka dengan interaksi langsung antara peserta didik dan konselor dengan tujuan pengentasan masalah peserta didik, berkembangnya potensi peserta didik, dan mampu menyesuaikan diri secara positif.

2. Tujuan Konseling Individual

Krumboltz dalam Latipun menyatakan bahwa tujuan konseling dapat diklasifikasikan sebagai: mengubah perilaku yang salah penyesuaian, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah.¹⁷ Dalam kaitan ini, konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupan yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Insan itu adalah insan yang mandiri yang memiliki kemampuan untuk memahami diri sendiri dan lingkungan secara tepat dan objektif, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mampu mengambil keputusan secara tepat dan bijaksana, mengarahkan diri sendiri sesuai dengan keputusan yang diambilnya itu, serta akhirnya mampu mewujudkan diri sendiri secara optimal.

Sedangkan menurut Prayitno mengemukakan ada 2 tujuan konseling individual yaitu antara lain:

a. Tujuan Umum

Tujuan umum layanan konseling individu adalah pengentasan masalah peserta didik. Dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini.

¹⁷ Latipun, *Psikologi Konseling*. Malang: UPT UMM. 2008. h. 45.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus layanan konseling individual adalah (1) peserta didik dapat memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif, dan dinamis; (2) dikembangkannya persepsi dan sikap serta keinginan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami peserta didik itu; (3) pengembangan dan pemeliharaan potensi peserta didik dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah peserta didik dapat dicapai; (4) mencegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami oleh peserta didik serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin akan timbul; (5) menangani sasaran yang bersifat advokasi.¹⁸

Berdasarkan kedua pendapat tersebut maka dapat dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling dapat dibagi menjadi empat tujuan antara lain:

1. Pengentasan

Melalui konseling individu permasalahan yang dihadapi peserta didik dapat dibantu untuk dientaskan.

2. Pemahaman

Melalui konseling individu peserta didik dapat memahami seluk beluk permasalahan yang dialaminya secara mendalam dan komprehensif, positif dan dinamis.

3. Pengembangan

Melalui konseling individu dapat mengembangkan dan memelihara potensi yang dimilikinya serta dapat mengembangkan diri dalam membuat keputusan.

¹⁸ Prayitno, *Layanan Konseling Perorangan*, Padang: Universitas Negeri Padang Press. 2002. h. 4-5.

4. Pencegahan

Melalui konseling individu dapat dicegah menjalarnya masalah yang sedang dialami peserta didik serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah yang mungkin timbul.

3. Pelaksanaan Konseling Individu

Pada pelaksanaan konseling individu menempuh beberapa tahapan kegiatan, yaitu sebagai berikut:

1. Perencanaan

Perencanaan yang meliputi kegiatan mengidentifikasi konseli, mengatur waktu pertemuan, mempersiapkan tempat dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan, menetapkan fasilitas layanan, menyiapkan kelengkapan administrasi.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan konseling individu yang meliputi kegiatan yaitu menerima konseli, menyelenggarakan penstrukturan, membahas masalah konseli dengan menggunakan teknik-teknik, mendorong pengentasan masalah konseli (bisa digunakan teknik-teknik khusus), memantapkan komitmen konseli dalam pengentasan masalahnya, melakukan penilaian segera.

3. Evaluasi jangka pendek

4. Analisis

Menganalisis hasil evaluasi (menafsirkan hasil konseling individu yang telah dilaksanakan).

5. Tindak lanjut

Tindak lanjut yang meliputi kegiatan yaitu menetapkan jenis arah tindak lanjut, mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait, dan melaksanakan rencana tindak lanjut.

6. Laporan

Laporan yang meliputi kegiatan menyusun laporan konseling individu, menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan pihak lain terkait, dan mendokumentasikan laporan.¹⁹

4. Teknik Konseling Individu

1) Perilaku *Attending*

Perilaku *attending* yakni perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa badan, dan bahasa lisan dimana memudahkan konselor untuk membuat klien terlibat pembicaraan dan terbuka.

2) Empati

Empati adalah kemampuan konselor merasakan apa yang dirasakan klien. Empati dilakukan bersamaan dengan *attending*. Dengan kata lain, tanpa perilaku *attending* tidak ada empati.

3) Refleksi

Refleksi adalah keterampilan konselor untuk memantulkan (merefleksasikan) kembali tentang perasaan, pikiran, dan pengalaman terhadap perilaku verbal dan nonverbalnya.

4) Eksplorasi

Adalah keterampilan untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien yang memungkinkan klien untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan, dan terancam.

5) Menangkap Pesan Utama

Untuk memudahkan klien memahami ide, perasaan dan pengalamannya seorang konselor perlu menangkap pesan utamanya dan menentukan memudahkan klien memahami ide, perasaan dan pengalamannya seorang konselor perlu menangkap pesan utamanya dan menyatakan secara sederhana

¹⁹ *Ibid*, h. 169-170.

dan mudah di pahami, disampaikan dengan bahasa konselor sendiri.

6) Bertanya

Dilakukan saat dalam membuka percakapan dengan klien dengan pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup untuk mengumpulkan informasi, memprjelas sesuatu dan serta menghentikan omongan klien yang melantur atau menyimpang jauh.

7) Interpretasi

Upaya konselor untuk mengulas pemikiran, perasaan, dan prilaku/pengalaman klien dengan merujuk pada teori-teori yang bertujuan untuk memberikan rujukan, pandangan atau prilaku klien agar klien mengerti dan berubah melalui pemahaman dari hasil rujukan baru tersebut.

8) Mengambil Inisiatif

Perlu dilakukan jika klien kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang partisipasif dengan mengucapkan kata-kata yang mengajak klien untuk berinisiatif dalam menuntaskan permasalahan

9) Memberi Nasehat

Dilakukan apabila klien memintanya, namun konselor tetap harus mempertimbakannya, apakah pantas untuk memberi nasihat atau tidak.

10) Merencanakan

Konselor harus dapat membantu klien untuk dapat membuat rencan berupa suatu program untuk *action*, perbuatan nyata yang produktif bagi kemajuan dirinya.

11) Menyimpulkan

Konselor mebantu klien untuk menyimpulkan hasil pembicaraan yang menyangkut perasaan klien saat

ini, pemantapan rencana klien, dan pokok-pokok yang dibicarakan di pertemuan selanjutnya.²⁰

5. Indikator Keberhasilan Konseling Individu

- a. Menurunnya kecemasan klien.
- b. Memounyai rencana hidup yang praktis, pragmatis dan berguna.
- c. Harus ada perjanjian kapan rencana akan dilaksanakan sehingga pada pertemuan berikutnya konselor sudah berhasil mengecek hasil rencananya. Mengenai evalusai, terdiri dari beberapa hal yaitu:
 - 1) Klien menilai rencana perilaku yang akan dinuatnya.
 - 2) Klien menilai perubahan perilaku yang telah terjadi pada dirinya.
 - 3) Klien menilai proses dan tujuan konseling.

6. Kegiatan Pendukung Konseling individu

Sebagaimana layanan-layanan lain, konseling individu juga memerlukan kegiatan pendukung. Adapun kegiatan pendukung layanan konseling individu adalah: aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.

Pertama, aplikasi instrumentasi. Dalam layanan konseling individu, hasil instrumentasi baik berupa tes maupun non tes dapat digunakan secara langsung maupun tidak langsung dalam layanan. Hasil tes, hasil ujian, hasil AUM (Alat Ungkap Masalah), sosiometri, angket dan sebaynya dapat dijadikan konten (isi) yang diwacanakan dalam proses layanan konseling individu.

Kedua, himpunan data. Seperti halnya hasil instrumentasi, data yang tercantum dalam himpunan data selain dapat dijadikan pertimbangan untuk

²⁰ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, (Bandung; Alfabeta, 2014), h. 160

memanggil siswa juga dapat dijadikan konten yang di wacanakan dalam layanan konseling individu. Selanjutnya, data proses dan hasil layanan harus di dokumentasikan di dalam himpunan data.

Ketiga, konferensi kasus. Seperti dalam layanan-layanan lain. Konferensi kasus bertujuan untuk memperoleh data tambahan tentang klien untuk memperoleh dukungan serta kerja sama dari berbagai pihak terutama pihak yang diundang dalam konferensi kasus untuk pengentasan masalah klien. Konferensi kasus bias dilaksanakan sebelum dan sesudah dilaksanakannya layanan konseling individu. Pelaksanaan konferensi kasus setelah layanan konseling individu dilakukan untuk tindak lanjut layanan. Kapanpun konferensi kasus dilaksanakan, rahasia pribadi klien harus tetap terjaga dengan ketat.

Keempat, kunjungan rumah. Bertujuan untuk memperoleh data tambahan tentang klien. Selain itu juga untuk memperoleh dukungan dan kerja sama dari orang tua dalam rangka mengentaskan masalah klien. Kunjungan rumah juga bias dilaksanakan sebelum dan sesudah layanan konseling individu.

Kelima, alih tangan kasus. Tidak semua masalah yang dialami individu menjadi kewenangan konselor.

B. Pendekatan Realitas

1. Sejarah Pendekatan Realitas

Pendekatan realitas pertama kali dikemukakan oleh William Glasser, seorang Insinyur kimia lulusan dari the *Case Institute of Technology*. Selanjutnya, ia mengambil master dibidang Psikologi Klinis pada usia 23 tahun di Universitas yang sama. Pada tahun 1956 Glasser menjadi kepala bagian psikiatri di the *Ventura School of Girls* yang merupakan institusi untuk menangani kenakalan remaja perempuan.

Buku pertamanya *Mental Health or Mental Illness* pada tahun 1961 merupakan landasan berpikir dari teknik dan konsep dasar pendekatan realitas. Glasser menggunakan istilah *reality therapy* pada april 1964 pada manuskrip yang berjudul *Reality Therapy. A Realistic Approach to the Young Offender*. Tulisan tersebut diterbitkan pada tahun 1965 dengan judul *Reality Therapy*. Pada tahun 1968 Glasser mendirikan the Institute For Reality Therapy di Los Angeles.²¹

Sepanjang hidupnya Dr. Glasser berusaha untuk mengungkap kesehatan mental dan membuat jalan bagi orang-orang dalam bidang pendidikan, profesi manajerial, serta untuk masyarakat umum. Hal ini ditujukkannya untuk mencapai kesehatan mental yang lebih baik dengan cara meningkatkan hubungan mereka dengan teman, keluarga, dan masyarakat. Dia mengungkapkan ide-idenya dalam buku-buku, rekaman, kuliah di seluruh dunia. Pendengarnya mengungkapkan keheranannya pada non teknis, bahasa terus terang dan kesederhanaan jelas ideidenya. Namun Glasser menekankan bahwa meskipun ide-ide tersebut sederhana, pelaksanaannya membutuhkan usaha dan komitmen untuk membuat pilihan yang efektif.²²

2. Definisi Pendekatan Realitas

Istilah reality dimaksudkan dengan suatu standar atau patokan obyektif, yang menjadi kenyataan atau realitas yang harus diterima. Realitas atau kenyataan itu dapat berwujud suatu realitas praktis, realitas sosial, atau realitas moral. Sesuai dengan pandangan behavioristik, yang terutama disoroti pada perilaku

²¹Komalasari, Gantina, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: Penerbit Indeks, 2018). h.235-236

²² Robert E Wubbolding, "International Journal of Choice Theory and Reality Therapy « Spring 2017 * Vol. XXXVI, Number | * 17 The Three-Fold Legacy Of William Glasser, M.D. Robert E. Wubbolding, EdD" XXXVIL no. 1 (2017): 18-22. h. 18

seseorang adalah tingkah laku yang nyata. Tingkah laku itu dievaluasi menurut kesesuaian dan ketidaksesuaian. Glasser memfokuskan perilaku individu pada saat sekarang, dan menitikberatkan tanggung jawab yang dipikul setiap orang untuk berpikir sesuai realitas atau kenyataan yang dihadapi. Penyimpangan atau ketimpangan dalam tingkah laku seseorang dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi dan bukan sebagai indikasi dari gangguan mental menurut konsepsi tradisional.²³

Pendekatan realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Pendekatan realitas juga suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapannya merupakan tipe pengondisian operan yang tidak ketat.²⁴ Pendekatan realitas juga merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada konseli. Dapat dilakukan oleh guru atau konselor di sekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian atau kesehatan mental konseli secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada konseli yang bersangkutan.²⁵

Pendekatan realitas juga didefinisikan sebagai serangkaian metode dan instrumen yang ditujukan untuk membantu orang merubah perilaku yang tidak efektif menuju perilaku yang efektif, dari pilihan yang merusak pada pilihan yang konstruktif, dan lebih penting lagi dari gaya hidup yang tidak memuaskan ke

²³ Winkel W.S. dan Hastuti M.M Sn, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, h. 259

²⁴ Robert E Wubbolding, "International Journal of Choice Theory and Reality Therapy Spring, h. 37

²⁵ "Bimbingan Dan Konseling Islam Reality Therapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Muhammad Sholeh Marsudi 1," n.d., 31-47..

gaya hidup yang memuaskan. Pendekatan realitas didasari pada evaluasi diri, karena anggota dalam kelompok membantu penilaian yang tepat pada perilaku diri.²⁶

Tujuan penggunaan pendekatan realitas yang merupakan mengajak konseli untuk memahami dunia nyata. Dalam hal ini konselor berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfortasikan konseli dengan cara-cara yang dapat membantu konseli menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar konseli tanpa merugikan dirinya sendiri maupun orang lain, serta berani memikul tanggung jawab atas semua.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa pendekatan realitas adalah pendekatan yang berfokus pada masa kini, menekankan tanggung jawab pribadi, dan mendorong individu untuk mengevaluasi perilaku menurut kesesuaian dan ketidaksesuaian, agar individu tersebut dapat berpikir sesuai realitas atau sesuai kenyataan.

3. Pandangan Pendekatan Realitas Tentang Manusia

Glasser percaya bahwa setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis yang secara terus menerus hadir pada sepanjang rentang kehidupannya dan harus dipenuhi. Jadi, ketika seseorang mengalami permasalahan maka hal tersebut terjadi karena seseorang terhambat dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya. Keterhambatan tersebut pada dasarnya karena penyangkalan terhadap realita, yaitu kecenderungan seseorang untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan.

Lebih jelasnya, Glasser menjelaskan kebutuhan-kebutuhan dasar psikologis manusia, sebagai berikut:

²⁶ Parisa Farnoodian, "The Effectiveness of Group Reality Therapy on Mental Health and Self-Esteem of Students," *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, no. 9

1. Cinta (*Belonging/Love*)

Salah satu kebutuhan psikologis manusia adalah *identity society*, yaitu menekankan pentingnya hubungan personal. Kebutuhan ini ialah dimana individu merasa memiliki dan terlibat atau melibatkan diri dengan orang lain. Kebutuhan semacam ini, seperti misalnya persahabatan, acara perkumpulan tertentu, dan keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan. Kebutuhan ini dibagi tiga bentuk oleh Glasser, yaitu: *social belonging, work belonging, dan family belonging*.

2. Kekuasaan (*Power*)

Kebutuhan untuk kekuasaan meliputi kebutuhan berprestasi, merasa berharga, dan mendapat pengakuan. Kebutuhan ini biasanya diekspresikan melalui kompetisi, memimpin, mengorganisir, menyelesaikan pekerjaan sebaik mungkin, menjadi tempat bertanya atau meminta pendapat bagi orang lain, melantorkan ide atau gagasan dan lain sebagainya.

3. Kesenangan (*Fun*)

Kebutuhan ini ialah kebutuhan merasakan rasa senang dan bahagia. Pada anak-anak terlihat dalam aktivitas bermain. Kebutuhan ini terus berkembang, muncul sejak dini terus berkembang hingga dewasa. Misalnya berlibur untuk menghilangkan kepenatan, bersantai, melucu, humor, dan lain-lain.

4. Kebebasan (*Freedom*)

Kebutuhan kebebasan merupakan kebutuhan untuk merasa bebas dan merdeka dan tidak bergantung pada orang lain. Misalnya membuat pilihan dalam organisasi, memutuskan akan melanjutkan studi pada jurusan apa, bergerak dari satu tempat ke tempat lain.²⁷

²⁷ Komalasari, Gantina, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, h. 236-237.

4. Konsep Dasar Pendekatan Realitas

Memenuhi kebutuhan dan keinginan pada dasarnya setiap individu akan terdorong melakukannya, di mana kebutuhan bersifat universal pada semua individu, sementara keinginan bersifat unik pada masing-masing individu. Ketika seseorang dapat memenuhi apa yang diinginkannya, kebutuhan tersebut terpuaskan. Akan tetapi, jika keinginannya tidak sesuai yang diperoleh maka individu tersebut akan frustrasi dan pada akhirnya akan terus memunculkan perilaku baru sampai keinginannya terpuaskan. Perilaku baru tersebut perilaku yang spesifik, artinya perilaku yang bertujuan dibentuk untuk mengatasi hambatan yang pernah dialaminya yaitu memperoleh apa yang diinginkan.

Perilaku manusia adalah perilaku total (total behavior), terdiri dari *doing*, *thinking*, *feeling*, dan *pysiology*. Oleh karena perilaku yang memunculkan adalah bertujuan dan dipilih sendiri, maka Glasser menyebutnya teori kontrol. Konsep teori control ialah membandingkan bagaimana individu berfungsi sebagaimana mobil berfungsi. Seperti keempat roda mobil yang membawa arah mobil berjalan, demikian pula keempat komponen dari *total behavior* tersebut menentukan arah hidup individu.

Menurut Glasser, cara kita merasakan terpisah apa yang kita lakukan dan pikirkan, merupakan hal yang sangat sulit dilakukan. Meski demikian, kita memiliki kemampuan untuk mengubah apa yang kita lakukan dan pikirkan apapun yang nanti mungkin bisa kita rasakan. Oleh karena itu, kunci untuk mengubah perilaku total dengan pemilihan untuk mengubah apa yang kita lakukan dan pikiran. Sementara itu, reaksi emosi dan respon fisiologi merupakan bagian dalam proses tersebut.

Bagaimana individu bertindak dan berfikir dianalogika sebagai fungsi roda depan, sedangkan perasaan dan fisiologi mewakili fungsi roda belakang. Mesin kendaraan diumpamakan sebagai kebutuhan-kebutuhan individu, dan setir yang dikendalikan merupakan gambaran dari keinginan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut. Sebagaimana kendaraan roda empat, control utamanya jelas berada pada bagian roda depan. sehingga tindakan dan pikiranlah yang berperan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan individu.

Ketika seorang berhasil memenuhi kebutuhannya, menurut Glasser orang tersebut mencapai identitas sukses. Pencapaian identitas sukses ini terikat pada konsep 3R. Konsep ini yaitu keadaan di mana individu dapat menerima kondisi yang dihadapinya, dicapai dengan menunjuk total behavior (perilaku total), yakni melakukan sesuatu, (*doing*), berfikir (*thinking*), merasakan (*feeling*), dan menunjukkan respons fisiologi (*physiology*) secara bertanggung jawab (*responsibility*), sesuai realita (*reality*), dan benar (*right*). Berikut konsep 3R menurut Glasser:

1) *Responsibility* (Bertanggung Jawab)

Konsep ini adalah kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhannya tanpa merugikan orang lain.

2) *Reality* (Kenyataan)

Konsep ini adalah kenyataan yang adakn menjadi tantangan bagi individu untuk memenuhi kebutuhannya. Setiap individu harus memahami bahwa ada dunia nyata, dimana mereka harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam rangka mengatasi masalahnya. Realita yang dimaksud adalah sesuatu yang tersusun dari kenyataan yang ada dan apa adanya.

3) *Right* (Kebenaran)

Konsep ini merupakan ukuran atau norma-norma yang diterima secara umum, sehingga tingkah laku dapat diperbandingkan. Individu yang melakukan hal ini mampu mengevaluasi diri sendiri bila melakukan sesuatu melalui perbandingan tersebut dan ia merasa nyaman bila mampu bertingkah laku dalam tata cara atau aturan yang diterima umum.²⁸

5. Ciri-ciri Pendekatan Realitas

Adapun beberapa ciri-ciri yang menentukan pendekatan realitas adalah sebagai berikut:

- 1) Pendekatan realitas menolak konsep penyakit mental. pendekatan ini berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan atingkah laku yang spesifik adalah akibat ketidak bertanggung jawaban.
- 2) Pendekatan realitas berfokus pada tingkah laku sekarang, alih-alih pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Pendekatan realitas juga tidak bergantung pemahaman untuk mengubah sikap-sikap tetapi menekankan bahwa tingkah laku yang berubah akan diikuti oleh perubahan sikap.
- 3) Pendekatan realitas berfokus pada saat sekarang, bukan kepada masalah. Menurut terapi ini, masa lalu tidak dapat di ubah, dan yang hanya bisa di ubah adalah saat sekarang dan masa yang akan datang. Walaupun di diskusikan dalam proses konseling, masa lalu dikaitkan dengan tingkah laku sekarang, pendekatan menekankan kekuatan-kekuatan, potensi-potensi, keberhasilan-keberhasilan, dan kualitas-kualitas yang positif dari konseli, dan

²⁸ *Ibid.*, h. 239-242

tidak memperhatikan kemalangan dan gejala-gejalanya.

- 4) Pendekatan realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai. Pendekatan realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran konseli dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalan atau masalah yang dialaminya. Jika konseli menjadi sadar bahwa mereka tidak akan memperoleh apa yang mereka inginkan dan bahwa tingkah laku mereka merusak diri, ada kemungkinan yang nyata untuk terjadinya perubahan positif, semata-mata kerana mereka menetapkan bahwa mereka bisa lebih baik dibandingkan mereka yang sekarang tidak realistik.
- 5) Pendekatan realitas tidak menekankan transferensi. Pendekatan ini memandang bahwa transfrensi sebagai suatu cara bagi terapis bersembunyi sebagai pribadi, sebab tranferensi sendiri ialah konsep tradisional sebagai pemindahan emosi. Pendekatan realitas menghimbau agar konseli menjadi pribadi yang sejati, yaitu menjadi diri sendiri dan tidak memerankan diri sebagai siapapun seperti ayah, ibu atau sahabat si konseli.
- 6) Pendekatan realitas menekankan aspek-aspek kesadaran bukan aspek-aspek ketidaksadaran. Berbanding terbalik dengan psikoanalitik yang berasumsi bahwa kesadaran adalah berkat proses-proses ketidak sadaran sebagai suatu prasyarat bagi perubahan kepribadian. Pendekatan realitas memeriksa kehidupan konseli sekarang secara rinci dan berpegang teguh pada asumsi bahwa konseli akan menemukan tingkah laku sadar yang

mengarahkannya pada pemenuhan kebutuhan-kebutuhannya

- 7) Pendekatan realitas menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidaklah efektif. Ia juga menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karna itu bagian dari hukuman. Alih-alih penguatan hukuman, Glasser menganjurkan untuk membiarkan konseli mengalami konsekuensi-konsekuensi yang wajar dan tingkah lakunya.
- 8) Pendekatan realitas menekankan tanggung jawab, yang oleh Glasser didefinisikan sebagai kemampuan untuk memenuhi kebutuhannya sendiri dan melakukannya dengan tidak mengurangi orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka. Glasser menyatakan bahwa mengajarkan tanggung jawab adalah konsep inti dalam pendekatan realitas. Jika kebanyakan hewan didorong oleh naluri, manusia mengembangkan kemampuan untuk belajar dan mengajarkan tanggung jawab, Oleh karenanya, terapis berperan sebagai pengajar. Pendekatan realitas mengajari para konseli cara-cara yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan mengeksplorasi keistimewaan-keistimewaan dari kehidupan sehari harinya dan kemudian membuat pernyataan pernyataan direktif dan saran saran mengenai cara cara memecahkan masalah yang lebih efektif.²⁹

²⁹ Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Psikoterapi* (Bandung: PT Refika Aditama, 2015). h. 265-269

6. Tujuan Pendekatan Realitas

Fokus pendekatan realitas adalah pada apa yang disadari oleh konseli dan kemudian menolong konseli untuk menaikkan tingkat kesadarannya. Setelah konseli sadar betapa tidak efektifnya perilaku yang konseli lakukan untuk mengontrol dunia, konseli akan lebih terbuka mengenai alternatif lain dari cara berperilaku.

Inti dari pendekatan realita yaitu menolong konseli mengevaluasi apakah yang konseli inginkan itu realistis dan apakah perilakunya bisa menolong ke arah itu. Menurut Corey, tujuan terapi realita adalah agar setiap individu mendapatkan cara yang efektif untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan menjadi suatu bagian dari kelompok, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan.³⁰

7. Teknik-teknik dan Prosedur-prosedur Dalam Pendekatan Realitas

Pendekatan realitas dapat ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi konseli yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu konseli untuk menciptakan identitas keberhasilan, berikut teknik-teknik yang dapat digunakan.

- 1) Terlibat dalam permainan peran dengan konseli;
- 2) Menggunakan humor;
- 3) Mengonfrontasikan konseli dan menolak dalih apapun;
- 4) Membantu konseli dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan;
- 5) Bertindak sebagai model dan guru;

³⁰ *Rifda El Fiah, and Ice Anggralisa*, "Interpersonal Peserta Didik Kelas X Man," Krui Lampung Barat TP, 2016. h. 4

- 6) Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi;
- 7) Menggunakan terapi kejutan verbal atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan konseli dengan tingkah lakunya yang tidak realitastis; dan,
- 8) Melibatkan diri dengan konseli dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif.

Sejumlah teknik yang secara umum diterima oleh pendekatan-pendekatan terapi lain tidak dimasukkan dalam pendekatan realitas. Para psikiater yang mempraktekkan pendekatan realitas tidak menggunakan obat-obatan atau medikasi-medikasi konservatif, sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu, para praktisi pendekatan realitas tidak menghabiskan waktunya untuk bertindak sebagai detektif untuk mencari alasan-alasan, pendekatan realitas berusaha membangun kerja sama dengan para konseli untuk membantu mereka mencapai tujuannya.

Teknik-teknik diagnostik tidak menjadi bagian dari pendekatan realitas, sebab diagnosis dianggap membuang waktu dan lebih buruknya dapat merusak konseli dengan menyematkan label pada konseli yang cenderung mengekalkan tingkah laku yang tidak bertanggung jawab dan gagal. teknik-teknik lain yang bisa digunakan adalah penafsiran, pemahaman, wawancara-wawancara nondirektif, sikap diam yang berkepanjangan, asosiasi bebas, analisis transferensi dan resistensi, dan analisis mimpi.³¹

8. Tahap-tahap Konseling Pendekatan Realitas

Proses konseling dalam pendekatan realitas berpedoman pada dua unsur utama, yaitu penciptaan kondisi lingkungan yang kondusif dan beberapa prosedur menjadi pedoman untuk mendorong terjadinya

³¹ *Ibid.*, h. 277-278

perubahan pada konseli. Secara praktis, Thompson mengemukakan delapan tahap dalam pelaksanaan konseling realita.

1) Tahap 1: konselor menunjukkan keterlibatan dengan konseli (*be friend*)

Pada tahap ini, konselor mengawali pertemuan dengan bersikap hangat, otentik, dan menaruh perhatian pada hubungan yang sedang dibangun. Konselor harus dapat melibatkan diri kepada konseli dengan memperlihatkan sikap hangat dan ramah. Konseli akan terbuka dan bersedia menjalani proses konseli jika ia merasa bahwa konselornya dapat terlibat, bersahabat, dan dapat dipercaya. Oleh sebab itu hubungan yang terbangun antara konselor dan konseli itu penting.

Perilaku *attending* merupakan cara untuk menunjukkan keterlibatan konselor dengan konseli, perilaku ini tampak dari kontak mata, ekspresi wajah, duduk dengan sikap terbuka, poros tubuh agak condong dan diarahkan ke konseli, melakukan respon refleksi, memerhatikan perilaku nonverbal konseli, dan melakukan respons parafrase.

Pada tahap awal konseli pada umumnya akan menunjukkan sikap tidak membutuhkan bantuan konselor, terlebih jika datang tidak sukarela. Oleh sebab itu konselor harus menunjukkan sikap bersahabat. Meskipun konseli menunjukkan sikap yang tidak menyenangkan.

Keterlibatan dengan konseli juga dapat ditunjukkan dengan sikap antusias. Konseli akan merasa bahwa ia benar-benar akan dibantu oleh konselor jika menunjukkan sikap tersebut. Hal yang penting juga dalam proses konseling, konselor harus bersikap genuine. Artinya konselor

bersikap jujur dan berterus terang dengan konseli juga sangat penting. Konselor tidak menghakimi konseli atau tidak memberi penilaian apapun. Dengan demikian, konselor dapat memahami apapun yang telah dilakukan konseli merupakan pilihan terbaiknya saat itu. Dalam konteks ini konseli biasanya berharap konselor akan membicarakan kegagalannya akan suatu masalah, tapi dalam hal ini justru sebaliknya. Konselor lebih cenderung mendiskusikan keberhasilan konseli, konselor mengajak konseli untuk melihat kebutuhannya lain yang ada dalam dirinya daripada berfokus pada permasalahan yang dialaminya yang pada dasarnya bersifat sementara. Meskipun pada tahap selanjutnya, konseli akan dihadapkan pada pokok permasalahan yang sedang dialaminya.

2) Tahap 2: Fokus pada perilaku sekarang

Setelah konseli dapat melibatkan diri kepada konselor, maka konselor menanyakan kepada konseli apa yang akan dilakukannya sekarang. Tahap kedua ini merupakan eksplorasi diri bagi konseli. Konseli akan mengungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan dalam menghadapi permasalahannya. Lalu konselor akan meminta konseli untuk menjabarkan hal-hal yang dapat ia lakukan untuk menghadapi kondisi tersebut. Secara rinci tahap ini meliputi:

- a. Eksplorasi "*picture album*" keinginan, kebutuhan, dan persepsi.
- b. Menanyakan keinginan konseli
- c. Menanyakan apa yang benar-benar diinginkan konseli
- d. Menanyakan apa yang terpikirkan oleh konseli tentang yang diinginkan orang lain dari dirinya dan menanyakan bagaimana konseli melihat hal tersebut.

Pada tahap kedua ini, konselor juga perlu mengatakan kepada konseli apa yang dapat dilakukan oleh konselor, yang diinginkan konselor dari konseli, dan bagaimana konselor melihat situasi tersebut, kemudian membuat komitmen untuk konseling.

3) Tahap 3: Mengeksplorasi total behavior konseli

Pada tahap ini konselor akan menanyakan apa yang dilakukan konseli secara spesifik. Apa saja yang dilakukan konseli dengan cara pandang konseling realita, yaitu. permasalahan konseli bersumber pada perilakunya, bukan permasalahannya. Misalnya, konseli mengungkapkan bahwa setiap kali ia menghadapi ujian ia mengalami kecemasan yang luar biasa. Dalam pandangan konseli terapi, yang perlu diatasi bukan keemasannya tapi hal-hal apa saja yang telah dilakukannya untuk menghadapi ujian.

4) Tahap 4: Menilai diri sendiri atau melakukan evaluasi

Memasuki tahap keempat, konselor akan menanyakan konseli apakah pilihan perilakunya itu didasari oleh keyakinan bahwa hal itu baik baginya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini. Konselor harus memberi waktu konseli untuk mengevaluasi, apakah ia cukup terbantu atau tidak. Pada tahap ini, respon-respon konselor di antaranya menanyakan apakah yang dilakukan konseli dapat membantunya keluar dari permasalahan yang dialaminya atau tidak. Kemudian bertanya pada konseli apakah pilihan perilakunya dapat memenuhi apa yang menjadi kebutuhan konseli saat ini, menanyakan apakah

konseli akan tetap pada pilihannya, apakah hal tersebut perilaku yang dapat diterima, apakah realistis, apakah benar-benar dapat mengatasi masalahnya, apakah keinginan konseli realistis atau dapat dicapai, bagaimana konseli memandang pilihan perilakunya, sehingga konseli dapat menilai apakah hal tersebut cukup membantunya, dan menanyakan komitmen konseli untuk mengikuti proses konseling.

5) Tahap 5: Merencanakan tindakan yang bertanggung jawab

Pada tahap ini, konseli mulai menyadari bahwa perilakunya tidak menyelesaikan masalah dan tidak cukup menolong keadaan dirinya, dilanjutkan dengan perencanaan tindakan yang lebih bertanggung jawab. Rencana yang disusun secara spesifik dan konkret. Hal-hal apa yang harus dilakukan konseli agar keluar dari permasalahan yang dihadapi.

6) Tahap 6: Membuat komitmen

Konselor mendorong konseli untuk merealisasikan rencana yang telah disusunnya bersama konselor sesuai dengan jangka waktu yang ditetapkan.

7) Tahap 7: Tidak menerima permintaan maaf atau alasan konseli

Konseli akan bertemu konselor pada batas waktu yang ditentukan, sesuai kesepakatan bersama. Pada tahap ini konselor menanyakan perkembangan perubahan perilaku konseli. Apabila konseli belum melakukan apa yang telah ia rencanakan, maka permintaan maaf konseli karena kegagalannya tidak untuk dipenuhi konselor. Sebaliknya konselor mengajar konseli untuk melihat kembali

rencana tersebut dan mengapa tidak terealisasi. Konselor kemudian merencanakan kembali hal-hal yang belum berhasil ia lakukan. Pada tahap ini sebaiknya konselor menghindari pertanyaan “Mengapa” sebab konseli akan mencari-cari alasan dan bersikap defensif.

8) Tahap 8: Tindak lanjut

Tahap terakhir dalam konseling realita ini, yaitu evaluasi. Konselor dan konseli mengevaluasi perkembangan yang dicapai. Konseling dilanjutkan atau tidak disesuaikan dengan tujuan yang ditetapkan tercapai atau belum.³²

9. Kelebihan dan Kelemahan Pendekatan Realitas

Berdasarkan dari kajian dan pembahasan yang telah dikemukakan, dapat diambil kelebihan dan kelemahannya sebagai berikut:

1. Kelebihan Pendekatan Realitas, karakteristik pendekatan realitas secara khusus menekan pada pertanggung jawaban. Aspek lain dari pendekatan realitas ialah termasuk ide-idenya yang tidak menerima alasan dari gagalnya pelaksanaan kontrak dan menghindari hukuman atau menyalahkan.
2. Kelemahan Pendekatan Realitas, yakni dianggap terlalu sederhana dan dangkal diakui bahwa kritik pendekatan realitas adalah sederhana karena lebih menekankan pada praktek dan tidak pada materi yang sederhana.³³

³² Robert Lee, “Reality Therapy,” *Crime & Delinquency* 20, no. 3 (1974): 303-4, <https://doi.org/10.1177/0011128774020003> 12. h. 7-11

³³ *Ibid*, h.32

C. Perilaku Membolos

1. Pengertian Perilaku Membolos

Perilaku adalah reaksi terhadap stimulus yang bersifat sederhana maupun kompleks. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan reaksi seorang individu terhadap adanya stimulus guna mencapai suatu tujuan. Perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah. Bahwa membolos adalah suatu tindakan atau perilaku peserta didik yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak jelas, atau bisa diartikan ketidakhadiran dengan alasan yang tidak jelas, serta peserta didik yang meninggalkan jam-jam pelajaran tertentu tanpa izin dari pihak pendidik yang bersangkutan. Pengertian lain menyebutkan bahwa perilaku membolos dapat diartikan sebagai anak tidak masuk sekolah dan anak yang meninggalkan sekolah belum selesai tanpa izin.³⁴

Dari beberapa pengertian tersebut diatas maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa perilaku membolos merupakan sebuah perilaku tidak masuk sekolah ataupun meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa sepengetahuan pihak sekolah dan tanpa izin yang jelas, dan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

2. Gejala Peserta didik Membolos

Menurut Prayitno dan Erman Amti ada beberapa gejala peserta didik membolos antara lain yaitu:

- a. Berhari-hari tidak masuk sekolah
- b. Tidak masuk sekolah tanpa izin
- c. Sering keluar pada jam pelajaran tertentu
- d. Tidak masuk kembali setelah meminta izin
- e. Masuk sekolah berganti hari

³⁴ Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak. h.111

- f. Mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi
- g. Minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya.
- h. Mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat
- i. Tidak masuk kelas setelah jam istirahat.³⁵

Berbagai gejala tersebut merupakan gejala secara umum ditunjukkan oleh sebagian besar peserta didik yang memiliki kebiasaab membolos di sekolah. Akan tetapi dalam hal ini antara peserta didik yang satu dengan yang lain menunjukkan gejala yang berbeda atau tidak sama dalam perilaku membolosnya.

3. Faktor-faktor Peserta Didik Membolos

Perilaku membolos sudah bukan merupakan hal yang awam lagi. Hal ini sering terjadi bahkan bisa dianggap membudaya dukalangan peserta didik. Ada banyak sumber penyebab dari perilaku membolos peserta didik di sekolah antara lain sebagai berikut:

- a. Tidak senang dengan sikap dan perilaku pendidik
- b. Merasa kurang mendapatkan perhatian dari pendidik
- c. Merasa dibeda-bedakan oleh pendidik
- d. Proses beajar-mengajar membosankan
- e. Merasa gagal dalam belajar
- f. Kurang minta dalam mata pelajaran
- g. Teroengaruh oleh teman yang suka membolos
- h. Takut masuk karna tidak membuat tugas
- i. Tidak membayar kewajiban (SPP) tepat pada waktunya.

³⁵ Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 61-62

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik membolos adalah sebagai berikut:

1. Faktor keluarga

Adanya satu keluarga mendukung terhadap kehadiran peserta didik disekolah, dan ada kalanya tidak mendukung. Hal ini karena keluarga merupakan sumber utama atau pendidikan pertama bagi peserta didik. Keluarga pun bisa menjadi faktor penyebabnya seperti halnya letak rumah yang terlalu jauh, ada keluarga yang sakit, ikut orang tua berlibur, orang tua pindah tempat kerja, dan permasalahan ekonomi.

2. Faktor siswa itu sendiri

Hal demikian bisa terjadi, terutama bagi peserta didik yang berjiwa labil serta kurang mendapatkan pengawasan dari orang tua atau keluarga. Berikut beberapa uraiannya yaitu lupa tidak bersekolah, moralnya tidak baik, terjadi perkelahian antara peserta didik, sakit yang tidak diketahui kapan sembuh, anggota kelompok peserta didik yang suka membolos.

3. Faktor sekolah

Sekolah dipersepsi oleh peserta didik tidak mendukung terhadap keinginannya. Adapun penyebabnya adalah lingkungan sekolah yang tidak menyenangkan, program sekolah yang tidak efektif, terlalu sedikit peserta didik yang masuk, biaya sekolah yang terlalu mahal, transformasi sekolah yang tidak memadai, kurangnya fasilitas sekolah, kurangnya bimbingan dari guru bimbingan konseling secara individual maupun secara kelompok kepada peserta didik, program yang ditawarkan

sekolah kepada peseta didik tidak menarik, Susana sekolah yang tidak kondusif.³⁶

4. Faktor masyarakat

Adapun beberapa faktor penyebab dari masyarakat yaitu kurangnya pelaksanaan agama secara konsekuen, minimnya pendidikan masyarakat, sehingga kurang bisa menilai pengaruh luar secara selektif, kurangnya perhatian dan pengawasan terhadap kegiatan remaja.³⁷

4. Dampak Perilaku Membolos

Supriyo mengatakan bahwa apabila orang tua tidak mengetahui dapat berakibat anak berkelompok dengan teman senasib dan membutuhkan kelompok atau group yang menurus ke hal-hal yang negative (genk), peminum, ganja, obat-obat keras, dan lain-lain. Dan akibat yang paling fatal adalah anak akan mengalami gangguan dalam perkembangannya dalam usaha untuk menentukan identitas dirinya (manusia yang bertanggung jawab)

Perilaku membolos juga cukup membawa dampak yang dapat mengganggu perkembangan khususnya dalam belajar disekolah. Adapun beberapa akibat perilaku membolos menurut Prayitno yang, yaitu sebagai berikut:

- a. Minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang
- b. Gagal dalam ujian
- c. Hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimilikinya
- d. Tidak naik kelas
- e. Penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman
- f. Dikelurakan dari sekolah.

³⁶ Eka Prihatin, *Manajemen Peserta Didik*, (Bandung: Alfabeta, 2011) h. 78-80.

³⁷ *Ibid*, h. 61

Dari kedua pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa membolos merupakan perilaku yang tidak hanya membawa dampak pada kegagalan dalam belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik sekolah, tetapi juga dapat membawa dampak yang lebih luas seperti terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan lainnya, mulai dari pecandu narkoba, pengagum *freesex* dan mengidolakan tindak kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran.





DAFTAR PUSTAKA

- Anggralisa Ice and Rifda El Fiah, "Interpersonal Peserta Didik Kelas X Man," Krui Lampung Barat TP, 2016.
- Apridawati Ira, Observasi dan Wawancara di SMK Negeri 1 Kalianda, *Tanggal 24 Januari 2021*.
- Bariyyah, Khairul, Rita Putri Hastini, and Eva Kartika Wulan Sari. "Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa." *Konselor* 7, no. 1 (2018): 1–8. <https://doi.org/10.24036/02018718767-0-00>.
- Bassin, Alexander. "Terapi Realitas | TINJAUAN PUSTAKA," n.d. <http://edutaka.blogspot.com/2014/10/terapi-realitas.html>.
- Bimbingan Dan Konseling Islam Reality Therapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Muhammad Sholeh Marsudi 1," n.d., 31-47.. 36\
- Busmayaril, Busmayaril, and Arfa Havilla. "Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavioral Contract Sebagai Layanan Pada Peserta Didik Yang Memiliki Perilaku Membolos." *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 5, no. 2 (2018). <https://doi.org/10.24042/kons.v5i2.3605>.
- Corey Gerald, *Teori Dan Praktek Konseling Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama, 2015.
- Damayanti, Fenny Annisa, and Denok Setiawati. "Studi Tentang Perilaku Membolos Pada Siswa Sma Swasta Di Surabaya the Study of Bad Behaviour of Skipping the Class Private School At Surabaya." *Bk Unesa* 03 (2013): 454–61.\
- Defriyanto, "Evaluasi Program Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMA UNILA YP Bandar Lampung".*Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, Vol 2, 2015*.
- Farnoodian Parisa, "The Effectiveness of Group Reality Therapy on Mental Health and Self-Esteem of Students," *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, no. 9

- Gantiana, Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: Penerbit Indeks, 2018).
- Garry, Eileen M, “Pembolosan Langkah Pertama Menuju Masalah Kenakalan Remaja,” *Journal of Juvenile and Delinquency Prevention*, Vol 5, No 2, Oktober, h. 2.
- Gast, Tawney, *Single Subject Research in Special Education*, (Colombus: Charles E Merrill Publishing Company, 1984).
- Hilmiyah Zakaria, and Noor Azniza Ishak. “Reality Therapy Group Counseling Approach On Metacognitive Awareness In Mathematics.” *IOSR Journal Of Humanities And Social Science* 21, no. 3 (2016): 117–21. <https://doi.org/10.9790/0837-210302117121>.
- Ignatius, Basembun. “*Gaya Pola Asuh Orang Tua*” (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia, 2008).
- Indayani, Anggi, Gede Sedanayasa, Ni Nengah, and Madri Antari. “Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X . 1 Sma Negeri 1 Sawan,” no. 1 (2014).
- Kearney, Chistopher A, “*School Refusal Behavior In Youth A Functional Approach To Assesment And Treatment*”. (Washington, DC: American Psychological Association, 2001).
- Krisnani, Hetty, and Rachel Farakhiyah. “Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Realty Therapy.” *Social Work* 7, no. 2 (2017): 1–79.
- Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang: UPT UMM. 2008).
- Lee Robert, “Reality Therapy,” *Crime & Delinquency* 20, no. 3 (1974): 303-4, <https://doi.org/10.1177/0011128774020003> 12. h. 7-11
- Lovaas, O. Ivar, *Teaching Individual with Developmental Delaysi Basic Intervetion Teachniques* (Texas: Pro-ed, 2003).
- Mabeus, Danielle, and Karen Rowland. “Reality Therapy in a Middle School Setting: Altering a Student’s Perception.” *Georgia School Counselors Association Journal* 23 (2016): 48–52.

- Magrur, Ridha Yana, Nani Restati Siregar, and Dodi Priyatmo Silondae. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa." *Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 1 (2020): 53–60. <https://doi.org/10.36709/bening.v4i1.10496>.
- Massah, Omid, Fardin Farmani, Reza Karimi, Hourieh Karami, Fatemeh Hoseini, and Ali Farhoudian. "Group Reality Therapy in Addicts Rehabilitation Process to Reduce Depression, Anxiety and Stress." *Iranian Rehabilitation Journal* 13, no. 1 (2015): 44–50.
- Maysara A. Abo Hassanin, Upaya Meningkatkan Penerimaan diri (Selfecceptance) Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas . *Toward a Media History of Documents* 2, no. 2 (2014): 135–47.
- Mille & Plan, "Pembolosan dan Persepsi Kinerja Sekolah", *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, Vol. 9, No 2, September 2009, h. 2.
- Norman E Wallen, Jack R Fraenkel, *"How To Design and Evauate in Research (New York: The McGraw-Hills Companies, Inc 1998)*.
- Olson, Janice K, and Elizabeth R Tomkins. "Montgomery County Schools, Norristown, Pennsylvania," 2017.
- Potabuga, Yodi Fitradi. "Pendekatan Realitas Dan Solution Focused," n.d., 40–55.
- Pratiwi, Mega, *Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Untuk Meningkatkan Kesadaran Bahaya Perilaku Membolos Siswa Di SMK Negeri 8 Malang*. (Diploma Thesis, Universitas Negeri Malang), 2015.
- Prayitno. *Layanan Konseling Perorangan*. Padang : Universitas Negeri Padang Press, 2004.
- Prayitno, *Layanan Konseling Perorangan*, Padang: Universitas Negeri Padang Press. 2002.
- Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013).

- Prihatin Eka, *Manajemen Peserta Didik*, (Bandung: Alfabeta, 2011)
- Reza, Dwiefri, L. *Pengaruh Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Untuk Mengatasi Masalah Membolos Siswa Di SMAN 2 Masbagik*. (Diploma Thesis, Universitas Hamzanwadi), 2018.
- Robey, Patricia A., Robert E. Wubbolding, and Michelle Malters. "A Comparison of Choice Theory and Reality Therapy to Adlerian Individual Psychology." *The Journal of Individual Psychology* 73, no. 4 (2017): 283–94. <https://doi.org/10.1353/jip.2017.0024>.
- Sandelowski, Menurut. "Tajuk Rencana : Penelitian Deskriptif Kualitatif: Desain Yang Dapat Diterima." *Pacific Rim International Journal of Nursing Research* 16 (2012): 255–56.
- Solichah, Novia (Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang). "Konseling Pendekatan Terapi Realitas Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik." *Penelitian Psikologi* 10, no. 2 (2019): 12.
- Siti Dina Effendi, Efektivitas Game Edukatif Terhadap Kemampuan Menulis Permulaan Anak Autis Di Sekolah Dasar, *Jurnal Pendidikan Khusus*, (2017).
- Sunawan, Sunawan, and Junmei Xiong. "An Application Model of Reality Therapy to Develop Effective Achievement Goals in Tier Three Intervention." *International Education Studies* 9, no. 10 (2016): 16. <https://doi.org/10.9790/0837-210302117121>.
- Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak.
- Surahman, Mochamad Rachmat, dan Sudibyo Supardi. *Metodologi Penelitian*. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan, 2016.
- Thalib Syamsul Bachri, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Edukatif*, Kencana, Jakarta, 2010.

- Wahyu Triyono, Dodik. "Penerapan Konseling Realita Untuk Menurunkan Intensitas Perilaku Agresif," 4, no. 1 (2016): 11–22
- Willis, Sofyan S.. *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabeta. 2004.
- Winkel W.S. dan Hastuti M.M Sn, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan ...*, h. 259
- Wubbolding Robert E, "International Journal of Choice Theory and Reality Therapy « Spring 2017 * Vol. XXXVI, Number | * 17 The Three-Fold Legacy Of William Glasser, M.D. Robert E. Wubbolding, EdD" XXXVIL no. 1 (2017): 18-22. h. 18.

