

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN  
TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI  
PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK DI SMP  
WIYATAMA BANDAR LAMPUNG**



**Skripsi**

**Nama : Panca Listiawati  
NPM : 1611080427**

**Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1443 H/ 2022 M**

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN  
TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI  
PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK DI SMP  
WIYATAMA BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan**

Oleh :

**PANCA LISTIAWATI**

**NPM : 1611080427**

**Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)**

**Pembimbing 1: Busmayaril, S. Ag., M. Ed**

**Pembimbing 11 : Rahma Diani, M. Pd**

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

**1443 H/ 2022 M**

## ABSTRAK

Perilaku membolos adalah 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. Perilaku membolos pada peserta didik yang terjadi di SMP Wiyatama Bandar Lampung tergolong kasus yang sering terjadi dan perlu penanganan khusus, karena apabila hal ini dibiarkan secara terus menerus akan mempengaruhi nilai akademik pada peserta didik.

Bentuk perilaku membolos yang terjadi pada peserta didik diantaranya yaitu berhari-hari tidak masuk sekolah, sering keluar kelas saat jam pelajaran tertentu, mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi. Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan konseling individu yang dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk menangani perilaku membolos pada peserta didik. Dalam hal ini, layanan konseling yang diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk membantu peserta didik dalam menangani perilaku membolos adalah layanan konseling individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi layanan konseling individu untuk menangani perilaku membolos di SMP Wiyatama Bandar Lampung. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, teknik pengumpulan data dengan interview, observasi dan dokumentasi.

Analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pelaksanaan layanan konseling individu untuk menangani perilaku membolos pada peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung telah dilaksanakan dengan baik dan terjadi pengurangan perilaku membolos pada peserta didik setelah diberikan layanan konseling individu.

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini.

Nama : Panca Listiawati  
NPM : 1611080427  
Jurusan/Prodi : BKPI  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Implementasi Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Dalam Menangani Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX Di SMP Wiyatama Bandar Lampung” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusunan sendiri bukan duplikasi ataupun saluran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila di lain 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,.....2021  
Penulis,



**Panca Listiawati**  
**NPM. 1611080427**



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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)703260

**PERSETUJUAN**

Judul Skripsi : **Implementasi Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Dalam Menangani Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Wiyatama Bandar Lampung**

Nama : **Panca Listiawati**

NPM : **1611080427**

Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dapat dipertahankan dalam sidang munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
**Busmayaril, S.Ag., M.Ed**  
**NIP. 197508102009011013**

  
**Rahma Diani, M.Pd**  
**NIP. 198904172015032008**

**Mengetahui**  
**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

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



**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK DI SMP WIYATAMA BANDAR LAMPUNG.** Disusun oleh **Panca Listiawati NPM: 1611080427,** Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.** Telah dimunaqosyahkan pada **Hari/Tanggal : Kamis/18 November 2021**

**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua Sidang : Dr. H. Agus Jatmiko, M.Pd**

**Sekretaris : Mega Aria Monica, M. Pd**

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

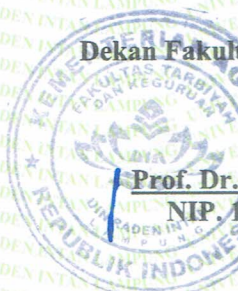
**Penguji Pendamping I : Busmayaril, S.Ag., M.Ed**

**Penguji Pendamping II : Rahma Diani, M.Pd**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

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

**NIP. 196408281988032002**



Handwritten signatures of the members of the Munaqosyah team.

## MOTTO

وَهُوَ اللَّهُ فِي السَّمَوَاتِ وَفِي الْأَرْضِ يَعْلَمُ سِرَّكُمْ وَجَهْرَكُمْ وَيَعْلَمُ مَا تَكْسِبُونَ ۃ

*Artinya : “Dan Dialah Allah (yang disembah), baik di langit maupun di bumi; Dia mengetahui apa yang kamu rahasiakan dan apa yang kamu lahirkan dan mengetahui (pula) apa yang kamu usahakan”.*

*(Q.S. Al-An'am: 3)<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup> Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Diponegoro: Bandung, 2006)

## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia nya, Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan skripsi dengan lancar tanpa adanya hambatan satu apapun, dengan segala rasa syukur dan bangga ku persembahkan skripsi ini kepada :

1. Untuk kedua orangtua tercinta, Bapak Murdana dan Ibu Ngatmilah yang telah membesarkanku, mengasuh dan mendidikku dengan penuh kasih sayang, serta tak pernah henti memberikan dukungan secara moril maupun materil untukku. Terimakasih atas segala do'a yang dipanjatkan di setiap sujudmu. Semoga keberhasilan ini dapat memberikan rasa bangga dan bahagia untuk bapak dan ibu tersayang.
2. Untuk kakaku tersayang Catur Hernilawati dan Dwi Ernawati, terimakasih sudah memberikan dukungan kepadaku secara materi dalam menyelesaikan kuliah.
3. Untuk almamaterku tercinta, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang akan selalu ku kenang sepanjang masa.



## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Panca Listiawati dan biasa dipanggil dengan Panca. Penulis dilahirkan pada tanggal 10 maret 1999 di Desa Banjaran, Kecamatan Padang Cermin Kabupaten Pesawaran. Penulis adalah anak kelima dari lima bersaudara, dari pasangan Bapak Murdana dan Ibu Ngatmilah.

Adapun pendidikan yang telah ditempuh yaitu, penulis menempuh sekolah dasar (SD) di SDN 2 Banjaran, dan lulus pada tahun 2010, kemudian melanjutkan sekolah menengah pertama (SMP) di SMPN 4 Padang Cermin, dan lulus pada tahun 2013, kemudian penulis melanjutkan sekolah menengah atas (SMA) di SMAN 1 Padang Cermin dan lulus pada tahun 2016. Pada tahun 2016 penulis melanjutkan pendidikan ke program SI pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung melalui jalur seleksi UM-PTKIN UIN Raden Intan Lampung pada tahun ajaran 2016/2017.

Selama berkuliah di UIN Raden Intan Lampung, penulis juga telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Bale Kencono, kecamatan Batanghari, kabupaten Lampung Timur selama kurang lebih 40 hari pada bulan Juli-Agustus 2019, setelah selesai melaksanakan kegiatan KKN penulis mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMKN 7 Bandar Lampung selama 50 hari, yaitu pada bulan Oktober sampai dengan bulan Desember tahun 2019.

## KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan ridha-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada nabi besar kita, Muhammad SAW, keluarga serta sahabatnya dan akhirnya kita sebagai umat yang tunduk terhadap ajaran yang dibawanya.

Penulis merasa bahagia karena telah dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul **“Implementasi Konseling Individual Dengan Teknik *Self Management* Dalam Menangani Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX di SMP Wiyatama Bandar Lampung”** dengan sebagaimana mestinya. Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat kekurangan yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis, oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak sangat dibutuhkan guna perbaikan dimasa yang akan datang. Dalam penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya motivasi dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih 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. Ibu Rahma Diani, M.Pd selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Bapak Busmayaril, S.Ag., M.Ed selaku Pembimbing I, terimakasih atas bimbingan yang selama ini telah diberikan.
5. Ibu Rahma Diani, M.Pd selaku Pembimbing II terimakasih atas bimbingan yang selama ini telah diberikan.

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 dibangku perkuliahan.
7. Ibu Dra. Chandra Kirti, M.M.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMP Wiyatama Bandar Lampung, yang telah bersedia dengan ramah menjawab pertanyaan-pertanyaan penulis saat wawancara dan terimakasih telah menyediakan waktunya untuk membantu dalam pengumpulan data selama penelitian.
8. Teruntuk Nugraha Anta Wijaya, yang telah menjadi bagian dari penulisan skripsi ini, terimakasih atas dukungan dan motivasi yang telah diberikan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Teruntuk teman ku Resi Jesila, Mira Imelda, dan Ulfa Nurseptiana, terimakasih karena telah menjadi teman berjuang selama masa kuliah ini, dan untuk teman seperjuangan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
10. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung, dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu namun telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas amal kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dan mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat dan berkah bagi penulis dan bagi semua pihak, Amin.

Bandar Lampung 20 Februari 2021  
Penulis,

Panca Listiawati

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	2
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian .....	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	10
H. Metode Penelitian .....	12
1. Pendekatan dan Prosedur Penelitian.....	12
2. Desain Penelitian.....	13
3. Subjek dan Objek Penelitian .....	14
4. Teknik Analisa Data.....	14
5. Pemeriksaan Keabsahan Data .....	16
6. Pemeriksaan Keabsahan Data .....	19
I. Sistematika Pembahasan .....	20
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>23</b>
A. Konseling Individual .....	23
1. Pengertian Konseling Individual .....	23
2. Tujuan Konseling Individual .....	24
3. Kondisi Hubungan Konseling.....	25

4. Proses Konseling Individual .....	26
5. Langkah-Langkah Konseling Individual .....	28
6. Asas.....	29
B. Teknik Self Management.....	31
1. Pengertian Self Management.....	31
2. Teknik Self Management.....	33
3. Tujuan Teknik Self Management .....	35
4. Manfaat Teknik Self Management .....	36
5. Langkah-Langkah Teknik Self Management.....	37
6. Faktor-Faktor Keefektifan dalam Pelaksanaan Teknik Self Management.....	38
7. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Self Management.....	38
C. Perilaku Membolos.....	39
1. Pengertian Membolos .....	39
2. Gejala Peserta Didik Yang Membolos.....	40
3. Pembentukan Perilaku Membolos .....	40
4. Teori Perilaku .....	41
5. Faktor-Faktor Penyebab Peserta Didik Membolos.....	41
6. Dampak Negatif Perilaku Membolos.....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>43</b>
A. Gambaran Umum Objek .....	43
1. Sejarah Berdirinya SMP Wiyatama Bandar Lampung .....	43
2. Visi Misi.....	45
3. Identitas Sekolah .....	46
4. Data Ruang Kelas .....	47
5. Ruang Lain .....	47
6. Letak Geografis .....	48
7. Data Tenaga Pengajar.....	49
8. Data jumlah siswa sekarang .....	52
9. Jumlah siswa berdasarkan Agama .....	52
10.Prestasi Ekstrakurikuler.....	53
B. Penyajian Fakta dan Data Penelitian .....	53

<b>BAB IV ANALISIS PENELITIAN .....</b>	<b>55</b>
A. Hasil Data Penelitian .....	55
B. Pembahasan .....	58
 <b>BAB V PENUTUP .....</b>	 <b>63</b>
A. Simpulan .....	63
B. Rekomendasi .....	64

**DAFTAR RUJUKAN**

**LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

1. Tabel 1.1 : Indikator Peserta Didik yang Membolos.....	6
2. Tabel 3.1 : Ruang Kelas.....	47
3. Tabel 3.2 : Ruang Lain .....	47
4. Tabel 3.3 : Data Tenaga Pengajar .....	47
5. Tabel 3.4 : Jumlah Siswa .....	52
6. Tabel 3.5 : Jumlah Siswa Berdasarkan Agama .....	52
7. Tabel 3.6 : Prestasi Ekstrakurikuler .....	53
8. Tabel 4.1 : Perilaku Membolos Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Individu .....	59



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Pedoman Observasi
- Lampiran 2 : Persetujuan Wawancara
- Lampiran 3 : Pedoman Wawancara
- Lampiran 4 : RPL
- Lampiran 5 : DCM
- Lampiran 6 : Dokumentasi





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap penulisan ini, terlebih dahulu penulis menegaskan istilah yang terdapat dalam judul “IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK DI SMP WIYATAMA BANDAR LAMPUNG”

#### 1. Implementasi

Menurut Nurdin Usman implementasi adalah bermuara pada aktivitas, aksi, tindakan, atau adanya mekanisme suatu sistem. Implementasi bukan sekedar aktivitas, tetapi suatu kegiatan yang terencana dan untuk mencapai tujuan kegiatan.<sup>1</sup>

#### 2. Konseling Individual

Menurut Prayitno Konseling Individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konselor oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.<sup>2</sup>

#### 3. Teknik *self Managment*

Menurut Gantina Mengatakan bahwa *self Management* merupakan prosedur pada individu untuk mengatur perilakunya sendiri.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011). H.1450

<sup>2</sup>Prayitno, *Layanan Konseling Perorangan* (Padang: Universitas Negeri Padang press.2004)h.1

<sup>3</sup>Komalasari,G dkk, *Teori dan Teknik Konseling*. (Jakarta:PT indeks, 2011)h.180

#### 4. Perilaku Membolos

Menurut Setyowati bahwa pengertian membolos adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh peserta didik dalam bentuk pelanggaran tata tertib sekolah atau meninggalkan sekolah pada jam pelajaran tertentu, meninggalkan pelajaran dari awal sampai akhir guna menghindari pelajaran efektif tanpa ada keterangan yang diterima oleh pihak sekolah atau dengan keterangan palsu.

5. SMP Wiyatama merupakan lembaga pendidikan tingkat menengah pertama yang beralamat di jalan Panglima Polim Gg. Sawo No. 37 Segalaminder Kecamatan Tanjung Karang Barat Kota Bandar Lampung.

### **B. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan masa yang penuh masa gejala emosi dan ketidakseimbangan. Informasi global yang diterima oleh remaja sangat cepat tanpa ada penyaring pada dirinya sehingga bantak remaja mengembangkan pola tingkah laku yang menyimpang dari norma-norma umum atau berbuat semuanya sendiri yang dapat mengganggu atau meragukan orang lain.

Pada usia remaja sebaiknya penanaman nilai-nilai norma harus dipertahankan, maka remaja merupakan masa yang sangat penting untuk belajar sekolah. Pelanggaran peraturan sekolah oleh remaja merupakan suatu permasalahan yang dihadapi oleh pihak sekolah. Pelanggaran-pelanggaran yang sering terjadi dilingkungan sekolah dalam kehidupan remaja sehari-hari misalnya belajar terlambat ke sekolah, merokok, dan membolos. Salah satu pelanggaran yang dilakukan peserta didik dan memerlukan tindakan konseling yang tepat adalah perilaku membolos sarwono menyebutkan bahwa membolos merupakan salah satu bentuk dari kenakan remaja yaitu kenakalan yang melawan setatus, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos. Membolos juga dikatakan sebagai masalah perilaku negatif yang menyimpang yang dilakukan peserta didik berupa tidak masuk

sekolah membolos atau pulang ke sekolah sebelum waktunya dan sering keluar kelas saat waktu pelajaran tindakan membolos dikedepankan sebagai sebuah jawaban atas kejenuhan yang dialami oleh banyak peserta didik terhadap kurikulum sekolah.

Pelajar yang membolos bukan hanya salah satu sekolah saja tetapi banyak sekolah yang melakukan yang sama. Tentunya hal ini merugikan, sebab membolos yang dilakukan peserta didik merupakan bentuk kegagalan yang ditunjukkan peserta didik dalam belajar tindakan membolos adalah bentuk perlawanan diri atas status peserta didik itu sendiri, serta merupakan ungkapan kejenuhan yang di alami peserta didik akibat dari rendahnya motivasi belajar.

Teasley (dalam Jacobs & Kristonis) mendefinisikan membolos sebagai setiap kejadian ketika seorang peserta didik tidak hadir disekolah. Stou (Dalam Reid) menjelaskan perilaku membolos merupakan perilaku sebagai absen sekolah untuk alasan yang tidak sah. Sedangkan Reeves mendefinisikan membolos sebagai ketidakhadiran tanpa alasan selama tiga kali atau lebih per semester.<sup>4</sup>Tindakan membolos adalah tindakan meninggalkan kegiatan belajar mengajar dengan alasan yang tidak jelas.

Dari uraian tersebut membolos dapat diartikan sebagai perilaku peserta didik yang tidak hadir di sekolah dan tidak masuk selama waktu pelajaran yang langsung tanpa alasan yang jelas dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos adalah suatu tindakan peserta didik yang melanggar aturan dan tata tertib sekolah yang akan merugikan diri sendiri seperti kerusakan nilai akademik serta hal negatif lainnya dan akan merugikan orang lain ketika sedang berada di luar sekolah dan tentu merugikan peserta didik.

Membolos dalam pandangan agama dipandang sebagai suatu perbuatan tercela. Selain itu melanggar kewajiban-kewajiban yang harus di lakukan sebagai peserta didik yang berkewajiban untuk

---

<sup>4</sup> Mahmudah, "*Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavior*".

belajar dan mematuhi tata tertib yang berlaku serta menaati aturan-aturan yang telah ditetapkan sekolah.

Dalam ajaran islam banyak ayat al-Qur'an dan hadist yang memerintahkan disiplin dalam arti ketaatan pada peraturan yang telah ditetapkan antara lain surat dalam surat Hud ayat 112, Allah berfirman:

فَأَسْتَقِمْ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا

تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿١١٢﴾

Artinya: *“maka tetaplah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepadamu dan (juga) orang yang telah taubat beserta kamu dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Dia Maha melihat apa yang kamu kerjakan.”*

Berdasarkan surat Hud dijelaskan bahwa disiplin bukan hanya waktu tepat saja, tetapi juga patuh terhadap peraturan-peraturan yang ada. Melaksanakan yang diperintahkan dan meninggalkan segala yang dilarangnya. Disamping itu juga melakukan kegiatan tersebut secara terus menerus walaupun hanya sedikit. Karena selain bermanfaat bagi kita jugabermanfaat yang dikerjakan secara continue dicintai Allah SWT walaupun hanya sedikit. Dalam al-ashr ayat 3 Allah juga berfirman:

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا

بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: *“kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.”*

Berdasarkan surat Al-ashr ayat 3 yang menjelaskan bahwa agar manusia tidak merugi hidupnya ia harus beriman kepada Allah, melaksanakan ibadah sebagaimana yang diperintahnya, berbuat baik untuk dirinya sendiri dan berusaha menimbulkan manfaat kepada orang lain. Di samping beramal saleh dan beriman mereka saling nasehat menasehatisupaya menaati kebenaran dan saling nasihat menasihati serta menjauhi perbuatan maksiat yang setiap orang cenderung ingin melakukannya karna dorongan hawa nafsunya.

Saat ini banyak sekali ditemukan peserta didik yang tidak hadir mengikuti belajar mengajar disekolah pada saat belajar membolos dapat diartikan sebagai perilaku peserta yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak tepat atau bisa juga dikatakan ketidakhadiran tanpa alasan yang jelas. Membolos merupakan salah satu bentuk pelanggaran dari sekolah, yang jika tidak segera diselesaikan atau dicari solusinya dapat menimbulkan dampak yang lebih parah dengan demikian penenganan terhadap peserta didik membolos perlu mendapatkan perhatian yang serius penyebab perilaku membolos yaitu peserta didik merasa kesulitan dalam menerima pelajaran, terpengaruh dengan teman-teman pergaulan, peserta didik dalam rasa sulit, karena tekanan faktor ekonomi keluarga, peserta didik ada hubungan antar personal yang tidak menyenangkan baik dengan guru maupun kepada teman sebaya.<sup>5</sup>

Perilaku membolos yang dilakukan peserta didik tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. Dalam hal ini peserta didik tersebut mempunyai prestasi belajar yang berada di bawah rata-rata. Rendahnya prestasi belajar tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan yang di bawah rata-rata,hal ini terjadi karena perserta didik tersebut tidak menguasai materi pelajaran yang dipelajarinya karna sering tidak masuk sekolah/membolos.

---

<sup>5</sup> Mustaqim dan Abdul Wahid, *Psikologi Pendidikan*, (Rineka Cipta: Jakarta, 2003) h.139

Melihat banyaknya dampak negatif yang muncul dari perilaku perilaku membolos tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Konseling individu dari guru pembimbing merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting dalam mengatasi masalah perilaku membolos. Menurut Prayitno konseling individu merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap klien dalam rangka pengetasan masalah pribadi klien dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi secara langsung antara klien dan konselor dalam rangka membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien.<sup>6</sup>

Berdasarkan hal tersebut maka perlu diadakannya upaya untuk membantu mengatasi perilaku membolos pada peserta didik, dengan upaya memberikan suatu layanan. Salah satu strategi yang dilakukan guru BK adalah menggunakan layanan konseling individu dengan teknik *self Management*. Konseling individu adalah konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antar klien dan konselor membahas masalah yang dialami klien.

Pada kasus Perilaku membolos yang dilakukan ke 5 peserta didik tersebut maka dapat diketahui indikator sebab peserta didik membolos. Untuk lebih jelasnya maka peneliti membuat tabel sebagai berikut:

---

<sup>6</sup> Prayitno, *Layanan konseling perorangan* (Padang: univesitas negeri padang press.2004) h.1

**Tabel 1.1**  
**Indikator Peserta Didik Yang Membolos**  
**Tahun Pelajaran 2019/2020**

No	Indikator-Membolos	Peserta Didik				
		AN	DSPD	MRPH	SAR	MDP
1	Tidak menyukai pelajaran tertentu		2 kali	2 kali		2 kali
2	Tidak masuk sekolah tanpa izin	2 kali	1 kali	2 kali	2 kali	2 kali
3	Berhari-hari tidak mengikuti proses pembelajaran	2 kali	1 kali	2 kali	2 kali	1 kali
4	Berpura-pura sakit	1 kali	2 kali	1 kali	1 kali	1 kali
5	Sering keluar pada pembelajaran tertentu <sup>7</sup>	2 kali	1 kali	2 kali	1 kali	

*Sumber: Dokumentasi di SMP Wiyatama Bandar Lampung Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2019/2020*

Dilihat dari indikator tersebut maka pemberian layanan bimbingan dan konseling difokuskan ke 5 peserta didik. Dikarenakan peserta didik tersebut mempunyai masalah dalam membolos, apabila membolos tersebut dibiarkan maka akan berdampak menurun prestasi belajar pada peserta didik. Dan yang lebih mengkhawatirkan akan berdampak tingkah laku yang negatif, yaitu tidak naik kelas.

### C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

#### 1. Fokus

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis memberikan fokus masalah pada penelitian ini dengan maksud

<sup>7</sup> Prayitno dan Emran Amti, *Perilaku Membolos*

agar masalah yang diteliti lebih terfokus dan terarah. Fokus masalah yang penulis akan teliti disini yaitu tentang Implementasi Konseling Individual Dengan Teknik *Self Management* Dalam Menangani Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

## 2. Sub Fokus Penelitian

Sub fokus yang penulis gunakan yaitu implementasi konseling individual dengan teknik self management dalam menangani perilaku membolos peserta didik, antara lain:

1. Perencanaan implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung
2. Pelaksanaan implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung
3. Evaluasi implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung

## D. Rumusan Masalah

Sebagaimana fokus dan sub fokus penelitian yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini antara lain :

1. Bagaimana perencanaan implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung?
2. Bagaimana pelaksanaan implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung?
3. Bagaimana evaluasi implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku



membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung?

### **E. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah yang terdapat pada penelitian di atas maka penulis ingin memperoleh hasil tentang tujuan dalam penelitian, yaitu:

1. Untuk mengetahui perencanaan implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung.
3. Untuk mengetahui hasil dari implementasi konseling individual dengan teknik *self management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan oleh peneliti dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Secara Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru yang memberikan masukan bagi ilmu bimbingan konseling, khususnya bagi konselor sekolah dan guru dalam cara mengatasi perilaku membolos peserta didik disekolah.

#### **2. Secara Praktis**

##### **a. Bagi sekolah**

Penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi tentang penggunaan yang diterapkan oleh guru BK dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik

## b. Bagi peneliti

Manfaat yang didapatkan oleh peneliti setelah dilaksanakannya penelitian ini adalah menambah pengetahuan dalam ilmu bimbingan konseling khususnya penerapan teknik *self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik.

## G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Adapun beberapa penelitian relevan yang dapat dijadikan rujukan untuk penelitian yaitu :

1. Mizardi, (2019) Implementasi Konseling Individual dengan Teknik *Self Management* dalam Menangani Perilaku Membolos Peserta Didik kelas XI di SMA Budaya Bandar Lampung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik mengelola dirinya sendiri (*Self Management*) sehingga terjadi penurunan perilaku membolos. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tentang implementasi *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung. Metode yang digunakan penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini adalah guru BK melakukan langkah-langkah pelaksanaan implementasi teknik *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik. Hubungan guru BK dengan peserta didik lebih baik dan bermakna apabila guru BK dapat mewujudkan harapan siswa dengan cara memecahkan permasalahan pribadi yang dialaminya dan tidak dibebankan kepada orang lain.
2. Aris Handoko, (2013) Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas X Tkj Smk Bina Nusantara Unggaran Tahun Ajaran 2012/2013. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara kritis tentang usaha peneliti mengurangi perilaku membolos siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 1). Adanya

faktor intrinsik dan ekstrinsik seperti ajakan teman untuk membolos dan pikiran irasional siswa yang merasa dirinya tidak diterima dilingkungannya. 2). Bentuk perilaku membolos siswa berupa sering keluar saat jam pelajaran, karena malas belajar, tidak masuk sekolah berselang-seling hari dengan bermain game. 3). Alternatif penanganan yang dilakukan dalam mengatasi perilaku membolos antara lain menggunakan behavior melalui teknik *Self Management*.

3. Indri Astuti, (2009) Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individual (*Studi Kasus Pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah*). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara kritis tentang usaha peneliti mengurangi perilaku membolos siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 1). Adanya faktor intrinsik dan ekstrinsik seperti ajakan teman untuk membolos dan pikiran irasional siswa yang merasa dirinya tidak diterima dilingkungannya. 2). Bentuk perilaku membolos siswa berupa sering keluar saat jam pelajaran, karena malas belajar, tidak masuk sekolah berselang-seling hari dengan bermain game. 3). Alternatif penanganan yang dilakukan dalam mengatasi perilaku membolos antara lain menggunakan pendekatan behavior melalui teknik *asertif training* dan teknik *rasional emotif*.

#### Perbedaan dan Persamaan

Persamaan dalam penelitian ini adalah berada pada pemberian layanan konseling individu yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling, sedangkan perbedaannya terdapat pada teknik yang digunakan, penelitian yang digunakan oleh Indri Astuti adalah teknik *asertif training* dan teknik *rasional emotif*, sedangkan pada penelitian yang penulis lakukan menggunakan teknik *Self Management*. Perbedaan tempat lainnya juga terdapat pada tempat penelitian yang dilakukan yaitu, pada penelitian Indri Astuti dilakukan di SMA Muhammadiyah, sedangkan tempat penelitian yang penulis lakukan yaitu di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

## H. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan dan Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan Deskriptif Kualitatif yang dimaksud dengan deskriptif yaitu suatu penelitian untuk menggambarkan suatu variabel yang berkenaan dengan masalah yang diteliti tanpa mempersoalkan hubungan antar variabel. Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ilmiah yang memiliki standar, sistematis, dan logis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan. John W. Creswell mendefinisikan metode kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna oleh sejumlah individu atau sekelompok orang yang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian kualitatif ini melibatkan upaya-upaya penting, seperti mengajukan pertanyaan-pertanyaan, dan prosedur-prosedur, mengumpulkan data yang spesifik dari partisipan, menganalisis data secara induktif, mulai dari tema-tema yang khusus, ke tema-tema umum, dan menafsirkan makna data.

Ada beberapa pertimbangan mengapa penulis menggunakan metode kualitatif ini, yaitu sebagai berikut:

- a. Agar lebih mempermudah pemahaman realitas peneliti dilapangan guna memperjelas dan mendeskripsikan implementasi konseling individual dengan teknik *Self Management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Wiyatama Bandar Lampung.
- b. Menyajikan data secara hakiki antara penelitian dengan realitas di lapangan dalam hal ini peneliti akan menyajikan data terkait implementasi konseling individual dengan teknik *Self Management* dalam menangani perilaku

membolos peserta didik kelas IX di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

- c. Metode penelitian kualitatif ini lebih menyesuaikan pada bentuk persoalan yang dihadapi, dalam hal ini peneliti melakukan wawancara langsung bersama responden guna menggali data terkait implementasi konseling individual dengan teknik *Self Management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

Disamping itu, penulis menggunakan metode penelitian ini adalah karena besar harapan penulis untuk mampu menggambarkan sekaligus mengkaji kondisi real dikumpulkan. Sebagaimana Husaini Usman menegaskan “penelitian kualitatif adalah penelitian yang berusaha memahami dan menafsirkan makna suatu peristiwa interaksi tingkah laku manusia dalam situasi waktu tertentu menurut perspektif penelitian sendiri”.

Pendapat diatas menjelaskan bahwa di dalam penelitian kualitatif seorang peneliti dapat dipermudah dalam analisis data, karena pada situasi tertentu, peneliti dapat menafsirkan suatu peristiwa maupun interaksi yang ditemukan di dalam penelitian.

## **2. Desain Penelitian**

Desain pada penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif. Penelitian ini digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku umum atau generalis. Sehingga penelitian yang digunakan oleh penulis adalah mendeskripsikan atau menggambarkan bagaimana proses implementasi konseling individual dengan teknik self management dalam menangani

perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

### 3. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah guru Bimbingan dan Konseling yaitu ibu Chandra Kirti M.M.Pd untuk mengetahui bagaimana implementasi konseling individual dengan teknik *Self Management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik.

Objek penelitian adalah permasalahan-permasalahan yang terjadi menjadi titik sentral perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi objek penelitian adalah tahap-tahap layanan konseling individual dalam menangani perilaku membolos peserta didik.

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data informasi yang digunakan untuk mencapai objektivitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah sebagai berikut.

#### a. Metode Observasi

Metode observasi adalah suatu cara untuk mengumpulkan data yang diinginkan dengan mengadakan pengamatan secara langsung. Menurut Gall dkk. memandang observasi sebagai salah satu metode pengumpulan data dengan cara mengamati perilaku dan lingkungan (sosial dan atau material) individu yang sedang diamati.<sup>8</sup>

Berdasarkan keterangan di atas maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan metode observasi disini adalah suatu cara yang digunakan dalam mengumpulkan data-data melalui suatu pengamatan dan

---

<sup>8</sup> Anas Salahudin, *Op. Cit.*, h. 72.

juga pencatatan yang dilakukan secara sistematis dan terencana.

Observasi yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan informasi dengan mengamati Guru BK dengan tujuan untuk mengetahui tentang bagaimana *Self Management* oleh guru BK dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

b. Wawancara (interview)

Wawancara ialah suatu metode untuk mendapatkan data dengan mengadakan face to face relation (hubungan secara langsung dengan informan).<sup>9</sup>Sedangkan Interview menurut Mardalis adalah teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk mendapatkan keterangan-keterangan lisan melalui bercakap-cakap dan berhadapan muka dengan orang yang dapat memberikan keterangan kepada si peneliti.<sup>10</sup>

Untuk memperoleh data yang valid dan kredibel penulis menggunakan interview bebas terpimpin yaitu interview membawa kerangka-kerangka pertanyaan untuk disajikan, tetapi bagaimana cara-cara itu disajikan sama sekali diserahkan kepada kebijaksanaan interview.<sup>11</sup> Wawancara yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan data awal yaitu dengan mewawancarai guru BK dengan tujuan untuk mendapatkan informasi secara mendalam dari Guru BK tentang kondisi dan bagaimana penggunaan *Self Management* oleh guru BK dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMP Wiyatama Bandar Lampung.

c. Dokumentasi

---

<sup>9</sup>Anas Salahudin, *Bimbingan & Konseling*, (CV Pustaka Setia, Bandung, 2010) h. 79.

<sup>10</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, (Rineka Cipta, Jakarta 2002) h. 114

<sup>11</sup>Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Andi Offset, Yogyakarta, 2000,) h. 233.

Dokumentasi merupakan sejumlah besar fakta dan data yang tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumen baik berupa surat, buku atau catatan harian, memorial, cendera mata, laporan, artefak, maupun foto.<sup>12</sup> Menurut Suharsimi Arikunto dokumentasi yaitu “mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda, dan sebagainya”.<sup>13</sup> Berdasarkan keterangan tersebut maka dapat dipahami bahwa metode dokumentasi adalah suatu cara dalam mengumpulkan data-data yang diperlukan dengan melalui catatan tertulis.

Metode dokumentasi ini penulis gunakan untuk memperoleh data peserta didik yang belum terhimpun melalui alat pengumpul data sebelumnya antara lain tentang sejarah berdirinya sekolah, daftar sanksi point, daftar pelanggaran peserta didik serta dokumen-dokumen lainnya yang berkaitan dengan penelitian.

## 5. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini metode analisis data yang digunakan untuk menguraikan keterangan-keterangan data yang diperoleh agar data tersebut dapat dipahami. Bodgan menyatakan bahwa analisa data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.<sup>14</sup> Analisis data dilakukan dengan cara mengorganisasikan data dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, menyusun dan membuat kesimpulan sehingga mudah untuk dipahami. Untuk menganalisa data yang diperoleh dalam penelitian, peneliti

---

<sup>12</sup> Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah* (Kencana Prenada Media Group, Jakarta, 2011) h. 141.

<sup>13</sup> Suharsimi Arikunto, *Op. Cit.*, h. 274.

<sup>14</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Alfabeta, Bandung 2015) h.334



menggunakan tiga teknik analisis kualitatif, ada tiga komponen dalam analisis data kualitatif dengan langkah-langkah sebagai berikut:<sup>15</sup>

a. Reduksi Data

Reduksi data ialah struktur atau peralatan yang memungkinkan kita untuk memilah, memilih, memusatkan perhatian, mengatur, dan menyederhanakan data. Reduksi data dapat dimaknai sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Proses ini berlangsung secara terus-menerus sesudah penelitian lapangan, sehingga laporan akhir dapat tersusun secara lengkap. Kegiatan ini merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan menyusun data dengan cara sedemikian rupa agar kesimpulan-kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan ditentukan.<sup>16</sup>

Melalui kegiatan ini, data yang diperoleh kemudian dapat disederhanakan dan ditransformasikan dalam berbagai cara: melalui seleksi yang ketat, melalui ringkasan, menggolongkannya ke dalam satu pola yang lebih luas, dan sebagainya. Pada intinya, Reduksi data ialah proses merangkum dan memilih hal-hal yang pokok serta memfokuskan hal-hal yang penting tentang hasil pengamatan yang muncul dari catatan lapangan.

b. Penyajian Data

Setelah dilaksanakan reduksi data, selanjutnya ialah penyajian data kegiatan ini merupakan penyajian sekelompok informasi tersusun yang member kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan.

---

<sup>15</sup>Jhon Creswell, *Penelitian Kualitatif dan desain penelitian : Memilih diantara Lima Pendekatan*, (Pustaka Pelajar, Yogyakarta 2015) h.253

<sup>16</sup>Rohidi, Tjetjep Rohendi, *Metodelogi Penelitian Seni*, (Semarang: Cipta Prima Nusantara, 2011), h. 234-235.

Melalui tahapan ini akan diperoleh pemahaman tentang apa yang akan terjadi dan tindakan apa yang harus dilakukan. Apabila data dalam penelitian kuantitatif lazimnya disajikan dalam bentuk tabel, maka data dalam penelitian kualitatif lazimnya disajikan dalam bentuk deskripsi atau narasi.

Data yang telah direduksi dibaca dengan berhati-hati untuk mengenal secara pasti pola dan tema fenomena yang diteliti setiap kalimat yang telah direduksi di sebut sebagai unit. Data yang telah direduksi telah diberi kode berkenaan dengan pertanyaan peneliti serta kualitatif lazimnya disajikan dalam bentuk deskripsi atau narasi.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Kegiatan analisis yang ketiga adalah menarik kesimpulan dan verifikasi. Dengan mengikuti pendapat Miles dan Huberman sebagaimana yang dikutip Tjetjep, bahwa kegiatan ini sesungguhnya hanya merupakan sebagian dari suatu kegiatan konfigurasi yang utuh. Artinya kesimpulan-kesimpulan yang telah diambil juga dilakukan verifikasi selama penelitian berlangsung.<sup>17</sup>

Dalam penelitian ini metode analisis data yang digunakan untuk menguraikan keterangan-keterangan data yang diperoleh agar data tersebut dapat dipahami. Bodgan menyatakan bahwa analisa data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.<sup>18</sup> Analisis data dilakukan dengan cara mengorganisasikan data dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, menyusun dan membuat kesimpulan sehingga mudah untuk dipahami.

---

<sup>17</sup>*Ibid*, h. 236-238

<sup>18</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Alfabeta, Bandung 2015) h.334

## 6. Pemeriksaan Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif, penemuan ataupun data yang dapat dinyatakan valid apabila tidak terdapat perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang terjadi pada objek yang diteliti. Diperlukan adanya validitas untuk menjamin supaya data dan informasi yang dikumpulkan mengandung kebenaran agar data diperoleh dengan obyektif maka diperlukan adanya kredibilitas data guna membuktikan bahwa apa yang dikumpulkan sesuai dengan apa yang terjadi.

Selanjutnya digunakan teknik Triangulasi yaitu merupakan teknik pemeriksaan kebenaran data sebagai pembanding terhadap data yang telah diperoleh. Triangulasi berarti membandingkan dan meninjau kembali derajat kepercayaan suatu informasi yang telah diperoleh melalui alat yang berbeda. Tujuan dari triangulasi ialah meninjau kebenaran data tertentu dengan data yang diperoleh daripada sumber lain pada masa yang berbeda dan sering dengan teknik yang berbeda pula.<sup>19</sup>

Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber. Triangulasi sumber yaitu membandingkan dan mengecek ulang informasi yang telah diperoleh melalui sumber yang berbeda. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari kepala sekolah dan guru. Hal ini dilakukan dengan cara peneliti mencari informasi lain tentang suatu topik yang digalinya melalui lebih dari satu sumber.

Setelah data tergambar dengan rinci dan jelas, maka peneliti menguji kebasahan data tersebut terhadap asumsi yang dikembangkan dalam penelitian ini. Pada tahap ini katategori yang telah didapat melalui analisis ditinjau kembali berdasarkan landasan teori yang telah dijabarkan dalam bab II, dan dari landasan teori dapat dibuat asumsi-asumsi mengenai hubungan antara konsep-konsep dan faktor-faktor yang ada.

---

<sup>19</sup>*ibid.* h.76

Langkah terakhir yaitu mencari alternatif penjelasan bagi data. Setelah kaitan antara kategori dan pola data dengan asumsi terwujud, peneliti masuk kedalam tahap penjelasan. Dan berdasarkan kesimpulan yang telah didapat dari kaitannya tersebut, penulis merasa perlu mencari sesuatu alternatif penjelasan lain tentang kesimpulan yang telah didapat, yaitu dengan melihat implikasi dari hasil penelitian.

## I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan yang menjadi langkah-langkah dalam proses penyusunan skripsi ini yaitu :

1. Bagian isi yang terdiri dari 5 bab, yaitu:

### **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Bab ini berisikan uraian dari Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Fokus dan Sub Fokus Penelitian, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan, Metode Penelitian, serta Sistematika Penelitian.

### **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

Bab ini berisi tentang teori-teori yang berkaitan dengan tema skripsi yaitu layanan konseling individual, teknik *self Management* dan Perilaku Membolos

### **BAB III**

### **DESKRIPSI DATA PENELITIAN**

Bab ini berisikan mengenai gambaran umum objek penelitian serta penyajian fakta dan data penelitian.

**BAB IV****ANALISIS PENELITIAN**

Bab ini berisikan mengenai analisis data penelitian yang disesuaikan dengan rumusan masalah.

**BAB V****PENUTUP**

Bab ini berisi tentang simpulan dan rekomendasi.

**2. Bagian Akhir**

Bagian akhir terdiri atas daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung dalam penelitian.





## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Konseling Individual

##### 1. Pengertian Konseling Individual

Menurut Prayitno Konseling Perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut pribadi klien); bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien; namun juga bersifat spesifik menuju arah pengentasan masalah.

Sejalan dengan pendapat tersebut Willis memaknai konseling individual sebagai bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, maupun mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.<sup>20</sup>

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

---

<sup>20</sup>*Ibid...*

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ  
 وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٤﴾

104. dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar[217]; merekalah orang-orang yang beruntung.

[217] Ma'ruf: segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah; sedangkan Munkar ialah segala perbuatan yang menjauhkan kita dari padanya.

Kaitannya dengan bimbingan dan konseling individu yaitu seorang konselor tersebut harus bisa untuk mencegah timbulnya masalah-masalah yang akan berdampak negatif baik itu pada diri klien maupun pada diri orang lain.

## 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.<sup>21</sup> Sedang menurut Prayitno mengemukakan bahwa ada 2 tujuan konseling individual antara lain:

### a. Tujuan umum

Tujuan Umum layanan konseling individu adalah pengentasan masalah klien. Dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini.

### b. Tujuan khusus

Tujuan khusus layanan konseling individual adalah

---

<sup>21</sup> Sofyan Willis, *Opcit*, h. 35



- 1) klien 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 klien itu.
- 3) pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai.
- 4) mencegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami oleh klien. serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul.
- 5) menangani sasaran yang bersifat advokasi.

### **3. Kondisi Hubungan Konseling**

Dalam melakukan kegiatan konseling individu untuk memperoleh hasil yang maskimal maka diperlukan suatu kondisi atau keadaan yang memungkinkan klien dapat berkembang. Keadaan atau kondisi tersebut hendaknya juga harus diciptakan konselor sepanjang melakukan kegiatan konseling. Latipun mengemukakan bahwa kondisi yang harus diciptakan dalam hubungan konseling adalah:

#### **a. Kongruensi**

Kongruensi dalam hubungan konseling dapat diartikan dengan menunjukkan diri sendiri sebagaimana adanya dan yang sesungguhnya, berpenampilan terus terang, ada kesesuaian antara apa yang dikomunikasikan secara verbal dengan yang non verbal.

#### **b. Penghargaan positif tanpa syarat**

Penghargaan positif tanpa syarat merupakan pengalaman konselor yang hangat, positif menerima klien, konselor menyukai klien sebagai pribadi dan resprk kepada

klien sebagai individu tanpa harus mengharapkan memperoleh pujian dari klien.

c. Memahami secara empati

Memahami secara empati merupakan kemampuan seseorang untuk memahami cara pandang dan perasaan orang lain.<sup>22</sup>

#### 4. Proses Konseling Individual

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun, keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling tidak mencapai rapport. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi. Dengan demikian proses konseling tidak dirasakan oleh peserta konseling sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Willis mengemukakan bahwa proses konseling individual dibagi atas tiga tahapan yaitu:

a. Tahapan pertama (awal) konseling

Tahapan ini disebut juga dengan istilah *introduction, invitation, dan environmental*. Tahap awal ini meliputi, (1) mendefinisikan masalah, (2) mempertimbangkan alternatif definisi masalah (3) komitmen konselor klien sebagai definisi yang terbaik dari sekian alternatif.

Adapun teknik-teknik yang digunakan pada tahap pertama ini adalah *attending, mendengarkan, empati, refleksi, eksplorasi, bertanya, menangkap pesan utama, dan memberi dorongan minimal*.

---

<sup>22</sup> Latipun, *Opcit*, h. 50-53

### b. Tahap pertengahan konseling

Tahap ini disebut juga tahap action. Tugas tahap ini antara lain: (1) Memeriksa kembali definisi masalah, (2) mengembangkan suatu solusi alternatif. Adapun teknik-teknik yang digunakan pada tahap ini adalah mengumpulkan sementara, memimpin, memfokuskan, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan, mengarahkan, dorongan minimal, diam, mengambil inisiatif, memberi nasehat, memberi informasi, dan menafsirkan.

### c. Tahap akhir konseling

Tahap ini disebut juga dengan tahap tindakan atau dikenal dengan istilah termination. Kegiatan pada tahap ini meliputi: (1) mengembangkan alternatif-alternatif untuk memecahkan masalah; (2) menguji solusi-solusi itu pada kenyataan, keinginan, harapan klien; (3) memutuskan solusi mana yang paling tepat bagi klien; (4) klien menyusun rencana atas solusi yang telah dia ambil. Sedang Winkel menyatakan bahwa proses konseling individual terbagi dalam lima tahapan yaitu: (1) pembukaan; (2) penjelasan masalah; (3) penggalian latar belakang masalah; (4) penyelesaian masalah; dan (5) penutup. Dari kedua pendapat tersebut maka diketahui bahwa proses konseling individual dapat diuraikan menjadi tiga tahapan antara lain:

#### 1) Tahap pembukaan (awal)

Tahap ini merupakan tahap pertama dalam kegiatan konseling. Pada tahap ini konselor membangun hubungan baik dengan konseli. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini antara lain: menyambut kedatangan konseli, mengajak berbasa-basi sebentar, dan mempersilahkan konseli untuk mengemukakan masalah yang ingin dibicarakan.

#### 2) Tahap inti kegiatan (pertengahan)

Tahap ini merupakan tahap melaksanakan kegiatan konseling. Tahap inti ini terbagi dalam beberapa kegiatan

antara lain: mendefinisikan masalah, penggalian latar belakang masalah, memeriksa kembali definisi masalah, mengembangkan solusi alternatif penyelesaian masalah, memutuskan solusi mana yang paling tepat bagi klien, dan meminta klien untuk menyusun rencana atas solusi yang telah dia ambil.<sup>23</sup>

### 3) Tahap penutup (pengakhiran)

Pada tahap ini konseli menyatakan kemantapannya atas keputusan yang telah diambil. Sedangkan konselor pada tahap ini mengakhiri hubungan pribadi dengan konseli. Kegiatan yang dilakukan oleh konselor pada tahap ini antara lain: memberikan ringkasan jalannya pembicaraan, menegaskan kembali keputusan yang diambil klien, dan menutup kegiatan konseling.

## 5. Langkah-Langkah Konseling Individual

### a. Membangun Hubungan

Membangun hubungan dijadikan langkah pertama dalam konseling, karena klien dan konselor harus saling mengenal dan menjalin kedekatan emosional sebelum sampai pada pemecahan masalahnya.

### b. Identifikasi dan Penilaian Masalah

Apabila hubungan konseling telah berjalan baik, maka langkah selanjutnya adalah memulai mendiskusikan sasaran-sasaran spesifik dan tingkah laku seperti apa yang menjadi ukuran keberhasilan konseling.

### c. Memfasilitasi Perubahan Konseling

Langkah selanjutnya adalah konselor mulai memikirkan alternatif pendekatan dan strategi yang akan digunakan agar sesuai dengan masalah klien.

---

<sup>23</sup> Sofyan Willis, *Konseling Di Institusi Pendidikan*, (Media Abadi: Yogyakarta) h. 138-139

#### d. Evaluasi dan Terminasi

Langkah keempat ini adalah langkah terakhir dalam proses konseling secara umum. Evaluasi terhadap hasil akan dilakukan secara keseluruhan. Yang menjadi kuran keberhasilan konseling akan tampak pada kemajuan tingkah laku klien yang berkembang ke arah yang lebih positif.

### 6. Asas

Kekhasan yang paling mendasar layanan konseling perorangan adalah hubungan interpersonal yang sangat amat intens antara klien dan konselor. Hubungan ini benar-benar sangat mempribadi, sehingga boleh dikatakan antara kedua pribadi itu saling masuk-memasuki. Konselor memasuki pribadi klien dan klien memasuki pribadi konselor. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil didalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Asas-asas konseling memperlancar proses dan memperkuat bangunan yang ada di dalamnya.

#### a. Etika Dasar Konseling

Dasar etika konseling yang dikemukakan oleh Munro, Manthei, Small yang diterjemahkan oleh Prayitno, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan diambil oleh klien sendiri.<sup>24</sup>

#### b. Kerahasiaan

Tidak pelak lagi, hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi klien. Untuk ini asas kerahasiaan menjadi jaminannya. Segenap rahasia pribadi klien yang

---

<sup>24</sup> Prayitno, *Kumpulan Layanan Konseling*, h.43

terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk kesuksesannya pelayanan.

c. Kesukarelaan dan keterbukaan

Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan KP bersama Konselor menjadi buah dari terjaminnnya kerahasiaan pribadi klien. Dengan demikian kerahasiaan kesukarelaan menjadi unsur dwi-tunggal yang mengantarkan klien karena proses layanan KP. Asas Kerahasiaan kesukarelaan akan menghasilkan keterbukaan klien. Klien self-referral pada awalnya dalam kondisi sukarela untuk bertemu dengan konselor. Kesukarelaan awal ini harus dipupuk dan dikuatkan. Apabila enguatan kesukarelaan awal ini gagal dilaksanakan maka keterbukaan tidak akan terjadi dan kelangsungan proses layanan terancam kegagalan. Menghadapi klien yang non-self-referral tugas konselor menjadi lebih berat, khususnya dalam mengembangkan kesukarelaan dan keterbukaan klien. Dalam hal ini, seberat apapun pengembangan kesukarelaan dan keterbukaan itu harus dilakukan konselor, apabila proses konseling hendak dihidupkan.

d. Keputusan Diambil oleh Konseli Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian konseli. Berkat rangsangan dan dorongan konselor agar klien berfikir, menganalisis, menilai dan menyimpulkan sendiri; mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungannya; akhirnya klien mampu mengambil keputusan sendiri berikut menanggung resiko yang mungkin adasebagai akibat keputusan tersebut. Dalam hal ini konselor tidak memberikan syarat apapun untuk diambilnya keputusan oleh klien; tidak mendesak-desak atau mengarahkan sesuatu; begitu juga tidak memberikan semacam persetujuan ataupun konfirmasi atas sesuatu yang dikehendaki klien, meskipun klien memintanya. Konselor dengan tugas membiarkan klien tegak dengan sendirinya menghadapi tantangan yang ada. Dalam hal ini bantuan yang tidak putus-

putusnya diupayakan konselor adalah memberikan semangat (dalam arah kamu pasti bisa) dan meneguhkan hasrat, memperkaya informasi, wawasan dan persepsi, memperkuat analisis atas antagonisme ataupun kontradiksi yang terjadi. Dalam hal ini suasana yang memfrustasikan klien dan sikap tiada maaf merupakan cara-cara spesifik untuk membuat klien lebih tajam, kuat dan tegas dalam melihat dan menghadapi tantangan.

e. Asas Kekinian dan Kegiatan

Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu klien, dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan klien dalam layanan dijalankan. Tanpa keseriusan dalam aktifitas yang dimaksudkan itu dikhawatirkan perolehan klien akan sangat terbatas, atau keseluruhan proses layanan itu menjadi sia-sia.

f. Asas Kenormatifan dan Keahlian

Segenap aspek dan isi layanan KP adalah normatif tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku.

## **B. Teknik *Self Management***

### **1. Pengertian *Self Management***

*Self Management* merupakan suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.<sup>25</sup> Gagasan pokok dari penilaian *self-management* adalah bahwa perubahan bisa dihadirkan dengan mengajar orang dalam menggunakan keterampilan menangani situasi bermasalah. Dalam program *Self Management* ini individu mengambil keputusan tentang hal-hal

---

<sup>25</sup> Komalasari, G dkk, *Teori dan Teknik konseling*. (Jakarta: PT indeks, 2011)h.180

yang berhubungan dengan perilaku khusus yang ingin dikendalikan atau diubah. Corey menyatakan bahwa seringkali individu menemukan bahwa alasan utama dari ketidak berhasilannya mencapai sasaran adalah tidak dimilikinya keterampilan.<sup>26</sup> Dalam kawasan seperti itu pendekatan pengarahan diri sendiri bisa memberikan garis besar bagaimana bisa didapat perubahan dan sebuah rencana yang akan membawa perubahan.

Dalam menggunakan strategi *Self Management* untuk mengubah perilaku, maka klien berusaha mengarahkan perubahan perilakunya dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. Dengan demikian melalui strategi ini disamping klien dapat mencapai perubahan perilaku sasaran yang diinginkan juga dapat mengembangkan kemampuan dalam mengelola dirinya.

Salah satu teknik yang dipilih peneliti dalam konseling kelompok adalah teknik *self-management*. Peneliti memilih teknik *Self Management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik dengan alasan karena teknik ini bertujuan untuk membantu konseling dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik yaitu peserta didik dapat bertanggung jawab dalam belajarnya. *Self-management* efektif untuk mengembangkan kemandirian peserta didik di luar pengawasan guru dan orang tua. Berikut adalah penjelasan teori tentang teknik *Self Management*.

Menurut Gunarsa mengemukakan bahwa pengelolaan diri (*Self Management*) adalah prosedur dimana klien menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, yang dalam terapi tidak langsung diperoleh.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* vol 4. Translated by: Drs. Mulyarto. Semarang: IKIP Semarang Pers. h.431

<sup>27</sup> Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Gunung Mulia: Jakarta, 2004) h. 223



Keterampilan tersebut diperoleh pada saat proses konseling karena perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar atau belajar kembali. Sedangkan Cormier & Cormier dalam Sutijono & Soedarmadji menyatakan bahwa keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku apa yang dibentuk.<sup>28</sup> Jadi dalam proses konseling walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, tetapi konseling yang tetap mengontrol pelaksanaannya. Sehingga dari sini konseli mendapat suatu keterampilan untuk mengurus diri.

Pengelolaan diri (*Self Management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.<sup>29</sup> Dari teori tersebut, konselor perlu membantu konseli dalam merancang program, konselor harus bisa membantu konseling agar bisa mempersepsi bahwa dirinya yang telah memilih tujuan dan konseling harus bisa percaya diri untuk menyelesaikan tugas-tugas untuk tercapainya tujuan konseling yang diharapkan. Yang membantu peserta didik dapat mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.

## 2. Teknik Konseling *Self Management*

Konseling merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting, diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana konselor melakukan intervensi kepada konseli. Dengan kata lain, konseling memerlukan ketrampilan (skill)

---

<sup>28</sup> Hartono dan Soedarmadji, *Opcit*, h. 125

<sup>29</sup> Komalasari et al, *Opcit.*, h. 180

pada pelaksanaannya. Menurut Gunarsa menyatakan bahwa *Self Management* meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), reinforcement yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).<sup>30</sup>

- a. Pemantauan Diri (*self Monitoring*) Merupakan suatu proses konseli mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya konseli mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (antecedent) dan menghasilkan konsekuensi.
- b. Reinforcemen yang positif (*self Reward*) Digunakan untuk membantu konseli mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ganjaran diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar tehnik ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri paralel dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar. Dengan kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.
- c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*Self Contracting*) Ada beberapa langkah dalam *Self Contracting* ini yaitu:
  - 1) Konseling membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya.
  - 2) Konseling menyakini semua yang ingin diubahnya.
  - 3) Konseling bekerja sama dengan teman/keluarga untuk program *Self Management*-nya.
  - 4) Konseling akan menanggung resiko dengan program *Self Management* yang dilakukannya.

---

<sup>30</sup> Gunarsa, Singgih, *Psikologi Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1989) h.225

- 5) Pada dasarnya, semua yang konseling harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk konseling itu sendiri.
  - 6) Konseling menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses *self-management*
- d. Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*)

Teknik ini menekan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau antecedent atas respon tertentu.

### **3. Tujuan Teknik *Self Management***

Tujuan dari teknik pengolahan diri yaitu agar peserta didik secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. Dalam arti peserta didik dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik peningkatan hal-hal yang baik dan benar.

Menurut Sukadji, masalah-masalah tersebut yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik pengelolaan diri (*Self Management*) antara lain yaitu:

- a. Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
- b. Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif. Seperti menghentikan merokok dan diet.
- c. Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri. Misalnya terlalu mengkritik diri sendiri.

- d. Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli. Contohnya adalah konseli sedang menulis skripsi.<sup>31</sup>

Dalam proses konseling, konselor dan konseling bersama-sama untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuan, sebaliknya konseling pun juga harus aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *Self Management* berakhir diharapkan peserta didik dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan, dapat menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan, dapat mempertahankan keterampilan sampai di luar sesi konseling, serta perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.

#### 4. Manfaat Teknik *Self Management*

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*Self Management*) tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan peserta didik. Guru BK berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi peserta didik. Dalam pelaksanaan *self management* biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa:

- a. Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. misalnya orang yang suka “ngemil” mengatur lingkungan agar tersedia makanan yang memancing keinginan untuk “ngemil”;
- b. Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku peserta didik;

---

<sup>31</sup> Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta:PT Indeks) h. 181

- c. Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.<sup>32</sup>

## 5. Langkah-langkah Teknik *Self Management*

Beberapa langkah-langkah dasar teknik *self management* dikemukakan oleh Watson, dan Tharp (2007: 131), yaitu antara lain sebagai berikut:

- a. Memilih tujuan (*Selecting goals*). Tujuan harus ditetapkan satu per satu, dan harus diukur, dapat dicapai, positif, dan keterhubungannya bagi setiap individu. Hal ini adalah penting bahwa setiap harapan menjadi sebuah realitas.
- b. Menterjemahkan tujuan menjadi tujuan perilaku (*Translating goals into target behaviors*). Identifikasi perilaku yang ditargetkan untuk perubahan, mengantisipasi beberapa hambatan dan memikirkan bagaimana cara untuk menegosiasikannya.
- c. Pemantauan diri (*Self-monitoring*). Mengamati perilaku sendiri dengan berhati-hati dan secara sistematis, dan membuat catatan perilaku dalam buku harian, mencatat segala perilaku beserta komentar-komentar tentang berbagai isyarat dan konsekuensi yang terkait.
- d. Membuat rencana perubahan (*Working out a plan for change*). Merancang sebuah program untuk mewujudkan perubahan yang sebenarnya. Berbagai rencana untuk tujuan yang sama bisa dirancang, masing-masing perencanaan tujuan bisa efektif. Beberapa jenis sistem penguatan diri diperlukan dalam rencana ini karena penguatan merupakan landasan terapi perilaku yang baru. Penguatan diri adalah strategi sementara yang digunakan sampai perilaku baru telah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, melakukan langkah-langkah untuk

---

<sup>32</sup> Komalasari, *OpCit*, h. 181

memastikan bahwa peningkatan yang dilakukan akan dipertahankan.

- e. Perencanaan tindakan evaluasi (*Evaluating an action plan*). Rencana perubahan evaluasi digunakan untuk dapat menentukan tujuan yang akan tercapai. Evaluasi adalah proses yang berkelanjutan dan bukan kejadian satu kali, dan perubahan diri adalah latihan seumur hidup.

## 6. Faktor-faktor keefektifan dalam pelaksanaan teknik *Self Management*

Setiap konseling pasti mempunyai harapan-harapan agar tujuannya tercapai dalam konseling, begitu juga konselor juga berusaha untuk membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling. Agar pelaksanaan strategi *Self Management* dapat dilaksanakan secara efektif, maka ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan, yaitu:

- a. Adanya kombinasi beberapa strategi konseling di mana beberapa diantaranya berfokus pada antecedent dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu;
- b. Konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu;
- c. Bukti evaluasi diri sendiri, penentuan sasaran dengan standar tinggi;
- d. Gunakan *Self Management* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu; dan
- e. Adanya dukungan eksternal/lingkungan.<sup>33</sup>

## 7. Kelebihan dan Kelemahan teknik *Self Management*

### a. Kelebihan teknik *Self Management*

1. Pelaksanaannya yang cukup sederhana

---

<sup>33</sup> Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta:PT Indeks) h. 126

2. Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain
  3. Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya
  4. Disamping itu dapat dilaksanakan secara perorangan juga dilaksanakan dalam kelompok
- b. Kekurangan teknik *Self Management*
1. Tidak ada motivasi dan komitmen yang tinggi pada individu
  2. Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya subyektif terkadang sulit diseskripsikan, sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi
  3. Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dimasa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks
  4. Individu bersifat independen
  5. Konselor memaksakan program pada konseli
  6. Tidak ada dukungan dari lingkungan.<sup>34</sup>

## C. Perilaku Membolos

### 1. Pengertian Membolos

Azwar menyebutkan bahwa 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.<sup>35</sup>

Gunarsa menyebutkan bahwa perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak

<sup>34</sup> Gunarsa, Singgih D, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Libri, 2011), h. 180

<sup>35</sup> Azwar, Syaifudin, *Sikap Manusia* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003) h. 9

sekolah.<sup>36</sup> Pengertian lain menyebutkan bahwa perilaku membolos dapat diartikan sebagai anak yang tidak masuk sekolah dan anak yang meninggalkan sekolah belum usai tanpa izin.<sup>37</sup>

Dari beberapa pengertian tersebut diatas maka 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 Yang 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 kelas pada jam pelajaran tertentu;
- d. Tidak masuk kelas kembali setelah minta izin;
- e. Masuk sekolah berganti hari;
- 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 lagi setelah jam istirahat.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Gunarsa, Singgih, *Psikologi Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1981) h.31

<sup>37</sup> Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan Konseling* (Semarang: CV. Nieuw Setapak, 2008) h.111

<sup>38</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta: Rieneka cipta, 2008) h.61



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

### 3. Pembentukan Perilaku Membolos

Berkaitan dengan perilaku membolos, “Perilaku manusia sebagian besar berupa perilaku yang dibentuk dan yang dipelajari, meliputi: (a) cara pembentukan perilaku dengan kebiasaan (*conditi-oning*), (b) cara pembentukan perilaku dengan pengertian (*insight*), dan (c) Cara pembentukan perilaku dengan menggunakan model”<sup>39</sup>.

### 4. Teori Perilaku

Perilaku manusia pada dasarnya tidak lepas dari keadaan individu itu sendiri dan lingkungan dimana individu itu berada. Perilaku manusia itu didorong oleh motif tertentu sehingga manusia itu berperilaku dalam hal ini ada beberapa teori perilaku antara lain : (a) teori insting, (b) teori dorongan/*drive theory*, (c) teori insentif (*Insentive theory*), dan (d) teori atribusi.<sup>40</sup>

### 5. Faktor-faktor Penyebab Peserta Didik Membolos

Perilaku membolos pada dasarnya dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Prayitno ada beberapa faktor yang mempengaruhi peserta didik untuk membolos antara lain yaitu: (a) tidak senang dengan sikap dan perilaku guru; (b) merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru; (c) merasa dibedakan oleh guru; (d) merasa dipojokkan oleh guru; (e) proses

---

<sup>39</sup> Mahmudah, *Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavioral*

<sup>40</sup> Mahmudah, *Opcit..*

belajar mengajar membosankan; (f) merasa gagal dalam belajar; (g) kurang berminat terhadap pelajaran; (h) terpengaruh oleh teman yang suka membolos; (i) takut masuk karena tidak membuat tugas; (j) tidak membayar kewajiban (SPP) tepat pada waktunya.<sup>41</sup>

Perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik pada dasarnya tidak hanya dilatar belakangi karena faktor sekolah saja tetapi ada faktor lain yang juga menjadi penyebab perilaku membolos. Menurut Supriyo ada kemungkinan-kemungkinan penyebab dan latar belakang timbulnya kasus ini, antara lain: (a) orang tua kurang memperhatikan anak-anaknya; (b) orang tua terlalu memanjakan anaknya; (c) orang tua terlalu buas terhadap anaknya; (d) pengaruh teman; (e) pengaruh mass media (film, wanita.); (f) anak yang belum sadar tentang kegunaan sekolah; (g) anak yang belum ada tanggung jawab terhadap studinya.<sup>42</sup>

Dari kedua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya ada tiga faktor utama yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Faktor tersebut adalah faktor pribadi, faktor keluarga dan faktor sekolah.

## **6. Dampak Negatif Perilaku Membolos**

Perilaku membolos apabila tidak segera di atasi maka dapat menimbulkan banyak dampak negatif. Supriyo menyatakan bahwa apabila orang tua tidak mengetahui dapat berakibat anak berkelompok dengan teman yang senasib dan membutuhkan kelompok/ group yang menjurus ke hal-hal yang negatif (gang), peminum, ganja, obat-obat keras, dan lain- lain. Dan akibat yang paling fatal adalah anak akan mengalami gangguan dalam perkembangannya dalam usaha untuk

---

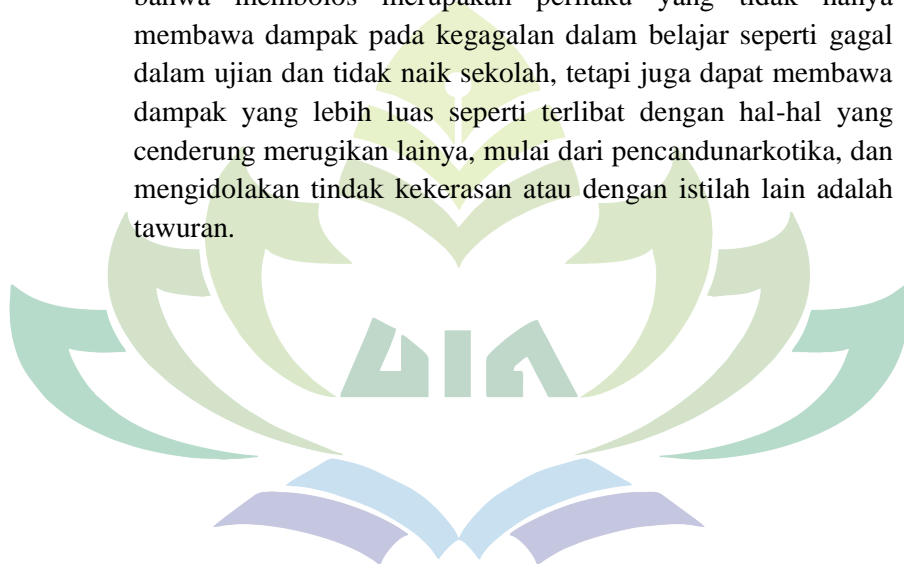
<sup>41</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta: Rieneka cipta, 2004) h.61

<sup>42</sup> Suprviyo, *Studi Kasus Bimbingan Konseling* (Semarang: CV. Nieuw Setapak, 2008) h.112

menemukan identitas dirinya (manusia yang bertanggung jawab).<sup>43</sup>

Sementara menurut Prayitno perilaku membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif antara lain yaitu: (a) minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang; (b) gagal dalam ujian; (c) hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki; (d) tidak naik kelas; (e) penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya; (f) dikeluarkan dari sekolah.<sup>44</sup>

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 pencandunarkotika, dan mengidolakan tindak kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran.



---

<sup>43</sup> Supriyo, *Opcit...*,

<sup>44</sup> Prayitno, *Layanan Konseling Perorangan* (Padang : Universitas Negeri Padang Press, 2004) h.62



## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Pendekatan dan Praktik*, Bina aksara Jakarta 2007
- Astuti Indri, *Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individual Studi Kasus Pada Siswa kelas XI SMA Budaya Bandar Lampung* [diakses pada :23 november 2018 pada pukul 21:08 wib]
- Creswell. Jhon, *Penelitian Kualitatif dan desain Penelitian Deskriptif :Memilih diantara Lima Pendekatan*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta 2015
- Data Survey Pra Penelitian dengan Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Budaya Bandar Lampung
- Dewi Ovila priska, *Penerapan konseling kelompok dengan teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa di SMK Kawung 1 Surabaya*. [Http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bkunesa/article/view17012/20987](http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bkunesa/article/view17012/20987) [diakses pada 07 desember 2018 pada pukul berapa 16-27 WIB]
- Handoko Aris, *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Konseling Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa X TKJ SMK Bina Nusantara Unggahan* diakses Pada tanggal 23 november 2018 jam 20.04
- Kartono Kartini, *Bimbingan Bagi Anak dan Remaja Yang Bermasalah* (Jakarta: Rajawali Press) 2003.
- Latipan, *Psikologi Konseling* (Malang: UPT.UMM) 2008
- Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (PT Remaja Rosda karya, Bandung) 2012.
- Mahmudah, *Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavioral*. [diakses Pada tanggal 24 November 2018 Jam 22:02]

Mardalis, *Metode Penelitian Sebagai Pendekatan Proposal*, (Bumi Aksara: Jakarta) 2004

Noor Juliansyah, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*, (Kencana Prenada Media Group: Jakarta) 2011

Nursalim.Mochamad, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata, 2013)

Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta. Rieneka Cipta, 2004)

Rohidi, Tjetjep Rohendi, *Metodelogi Penelitian Seni*, (Semarang: Cipta Prima Nusantara, 2011)

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuntitatif, Kualitatif dan R&D*, (Alfabeta, Bandung 2016)

Widoyoko. EkoPutro, *Penilaian Hasil Pembelajaran Disekolah*. (Yogyakarta :Pustaka Pelajar, 2014)

