

**KONSELING INDIVIDU DENGAN
PENDEKATAN BEHAVIORAL DALAM
MENANGANI PERILAKU MALADAPTIF
SISWA DI MADRASAH ALIYAH AL-
KHAIRIYAH KRAWANGSARI NATAR
LAMPUNG SELATAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-
syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu dakwah dan
Ilmu Komunikasi

Oleh

**ITA RAHMAWATI
NPM : 1941040070**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU
KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H/2023 M**

**KONSELING INDIVIDU DENGAN
PENDEKATAN BEHAVIORAL DALAM
MENANGANI PERILAKU MALADAPTIF
SISWA DI MADRASAH ALIYAH AL-
KHAIRIYAH KRAWANGSARI NATAR
LAMPUNG SELATAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu dakwah dan Ilmu Komunikasi

Oleh

ITA RAHMAWATI

NPM : 1941040070

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Pembimbing I : Prof. Dr. H.M Bahri Ghazali, MA.

Pembimbing II : Umi Aisyah, M.Pd.I



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU
KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H/2023 M**

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi adanya siswa kelas XI berperilaku maladaptif disekolah seperti tidak hadir tanpa keterangan, membolos membawa handphone, tidak mengerjakan tugas, ribut atau tertidur dikelas dan berkata kasar. Perilaku tersebut tentu dapat menimbulkan dampak buruk bagi siswa karena sangat berkaitan dengan keberhasilan belajarnya, maka konselor mengadakan penanganan melalui layanan konseling. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tentang pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behaviorial dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung selatan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif, dengan jenis penelitian lapangan (*Field Research*). Metode pengumpulan data yang digunakan berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sumber data dari penelitian ini yaitu 1 konselor, 1 wali kelas XI dan 5 siswa kelas XI berperilaku maladaptif yang dipilih dengan *purposive sampling*, jadi keseluruhan sumber data berjumlah 7 orang. Teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini yaitu pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behaviorial dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan melalui beberapa tahapan, diawali asesmen dan menetapkan tujuan, kemudian tahapan di ruang konseling yaitu: Pertama persiapan. Kedua *rapport*. Ketiga pendekatan masalah dengan mempersilahkan klien menceritakan masalahnya. Keempat pengungkapan faktor penyebab melakukan maladaptif. Kelima diagnostik, konselor mengungkapkan kembali masalah dan faktor penyebabnya. Keenam prognosa yaitu mendiskusikan rencana pemberian bantuan. Ketujuh *treatment* teknik kontrak perilaku, dengan memilih perilaku klien yang akan diubah, menentukan data awal perilaku, menentukan jenis penguatan yang diterapkan dan menuliskan kontrak. Dilanjutkan dengan evaluasi dan mengakhiri konseling. Kesimpulan penelitian ini bahwa konseling individu dengan pendekatan behaviorial telah dilaksanakan dengan baik namun belum maksimal, karena terdapat tahapan yang sesuai dan tidak sesuai dengan teori, dan hasil setelah diberikan konseling masih terdapat siswa yang melakukan perilaku maladaptif.

Kata Kunci: Konseling Individu Pendekatan Behaviorial, dan Maladaptif.

ABSTRACT

This research is motivated by the existence of class XI students behaving maladaptively at school such as absent without information, skipping class, carrying cellphones, not doing assignments, making noise or falling asleep in class and saying rude words. This behavior can certainly have a negative impact on students because it is closely related to their learning success, so the counselor conducts treatment through counseling services. This study aims to describe the implementation of individual counseling with a behavioral approach in handling maladaptive behavior of class XI students at MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar South Lampung.

This research is descriptive qualitative research, with the type of field research (Field Research). The data collection methods used are interviews, observation, and documentation. The data sources of this study were 1 counselor, 1 homeroom teacher class XI and 5 students of class XI behaving maladaptively who were selected by purposive sampling, so the total number of data sources was 7 people. The data analysis techniques used are data reduction, data presentation and conclusion drawing.

The results of this study are the implementation of individual counseling with a behavioral approach in dealing with maladaptive behavior of class XI students at MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar South Lampung through several stages, starting with assessment and setting goals, then the stages in the counseling room, namely: First preparation. Second rapport. Third approach to the problem by inviting the client to tell his problem. Fourth, disclosing the factors that cause maladaptive behavior. Fifth diagnostics, the counselor re-discloses the problem and the factors that cause it. Sixth prognosis, namely discussing plan for providing assistance. Seventh treatment of behavior contract techniques, by selecting client behavior to be changed, determining the initial data on behavior, determining the type of reinforcement applied and writing a contract. Followed by evaluation and ending counseling. The conclusion of this study is that individual counseling with a behavioral approach has been carried out well but not optimally, because there are stages that are in accordance and not in accordance with the theory, and after being given counseling there are still students who do maladaptive behavior.

Keywords: Individual Counseling, Behavioral Approach, and Maladaptive.

HALAMAN PERNYATAAN

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ita Rahmawati
NPM : 1941040070
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian-bagian yang telah dirujuk dan disebut 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.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, 25 Agustus 2023
Penulis



Ita Rahmawati
Npm. 1941040070



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG**

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung 35131. (0721) 704030

PERSETUJUAN

**Judul : Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral
Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di
Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar
Lampung Selatan**

Nama : Ita Rahmawati

NPM : 1941040070

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Telah dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqasyah
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. H.M. Bahri Ghazali, MA

Umi Aisyah, M.Pd.I

NIP. 195611231985031002

NIP. 198909012018012003

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG**

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung 35131, (0721) 704030

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan”**. Disusun oleh : **Ita Rahmawati, NPM : 1941040070**, Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam**, telah diujikan dalam sidang Munaqasyah pada hari/tanggal : **Kamis, 30 November 2023**, Pukul : **09:30-11:00 WIB**, di Gedung Dekanat Lt.3 Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

TIM PENGUJI

Ketua Sidang : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd (.....) 

Sekretaris : Risna Rogamelia, M.Pd (.....) 

Penguji I : Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I (.....) 

Penguji II : Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA (.....) 

Penguji Pendamping : Umi Aisyah, M.Pd.I (.....) 

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag
NIP. 196511011995031001 

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.”

(QS. Ar-Rad [13]:11).¹



¹ Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Surabaya: CV Penerbit Fajar Mulya), 250.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbi'l'alamin, saya mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan untuk orang-orang yang sangat berjasa dan selalu memotivasi, yaitu kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta Bapak Nur Rohman dan Ibu Nur Asiah yang telah sabar membesarkan, mendidik dan membimbingku. Terimakasih atas segala hal yang telah diberikan. Terimakasih atas cinta, kasih sayang dan nasihat yang selalu diberikan kepadaku, terimakasih atas untaian do'a dan motivasi yang tiada henti diberikan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan penulis dapat menyelesaikan pendidikan S1 di UIN Raden Intan Lampung. Terimakasih telah mengusahakan yang terbaik untuk mencapai keberhasilanku. Semoga bapak dan ibu senantiasa diberikan kesehatan, rahmat dan rezeki yang melimpah oleh Allah SWT. Semoga karya ini menjadi salah satu wujud bakti dan ungkapan rasa terimakasih yang tak terhingga.
2. Kakak kandungku tersayang Habib Sofian dan adik tercintaku Farhan Alpiansyah yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepadaku serta selalu mendoakan yang terbaik untukku, terimakasih atas segala kasih sayang yang telah diberikan.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Ita Rahmawati, dilahirkan di Cisarua pada tanggal 13 Juni 2001. Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Nur Rohman dan Ibu Nur Asiah. Penulis bertempat tinggal di Dusun Cisarua Desa Muara Putih Kecamatan Natar Kabupaten Lampung selatan.

Pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh penulis dimulai dari jenjang pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 3 Merak Batin tahun dari 2007-2013. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 3 Natar dari tahun 2013-2016. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan ketingkat Sekolah Menengah Atas di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung selatan dari tahun 2016-2019.

Pada tahun 2019, penulis terdaftar sebagai mahasiswi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung melalui jalur SPAN-PTKIN dan mendapatkan beasiswa BIDIKMISI. Pada tahun 2022 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata Daring (KKN-DR) di Desa Merak Batin Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. Dan pada tahun 2022 penulis juga melaksanakan kegiatan PKL (Penguatan Kompetensi Lapangan)/ Magang di Rumah Terapi dan Belajar Aulia Rahman Bandar Lampung.

Selama menjadi mahasiswa, aktif mengikuti berbagai kegiatan, Organisasi Asosiasi Mahasiswa Penerima Bidikmisi (AMPIBI) dari tahun 2019-2023 dan Unit Kegiatan Mahasiswa PIK-R Sahabat UIN Raden Intan Lampung dari tahun 2020-2022 untuk menambah wawasan yang ada diluar jam mata kuliah.

Bandar Lampung, 25 Agustus 2023

Ita Rahmawati
Npm. 1941040070

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tak lupa shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: “Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan”.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mencapai Gelar Sarjana (S.Sos) dalam Ilmu Sosial, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Penulis menyadari sepenuhnya skripsi ini tidaklah dapat selesai begitu saja tanpa adanya bimbingan, arahan, dan motivasi yang telah diberikan. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Rasa hormat dan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Mubasit, S.Ag, M.M selaku wadek 1 Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
3. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
4. Bapak Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA selaku pembimbing I sekaligus pembimbing akademik, dan Ibu Umi Aisyah, M.Pd.I selaku pembimbing II, yang telah menyediakan waktu dan sabar membimbing penulis dengan memberikan arahan, masukan dan

motivasi yang membangun sehingga skripsi penulis ini dapat terselesaikan dengan baik.

5. Bapak ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah mendidik dan memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis sampai penulis dapat menyelesaikan masa studi.
6. Bapak Supriyadi M.Pd.I selaku kepala MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan yang telah memberikan izin penelitian, konselor dan siswa yang telah memberikan informasi kepada penulis.
7. Teman-teman BKI A angkatan 2019, terkhusus sahabatku tersayang Eni, Fina dan Qoyim yang telah banyak memberikan kenangan indah yang tak terlupakan, selalu memberikan *support* dan saran dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
8. Almaterku tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung sebagai instansi yang telah memberikan kesempatan penulis untuk belajar.
9. Dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, saya ucapkan terimakasih banyak atas dukungan yang diberikan.

Penulis berharap semoga Allah SWT membalas semua amal kebaikan serta keikhlasan semua pihak yang telah sangat membantu menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca serta dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya yang sejenis.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, 25 Agustus 2023

Ita Rahmawati
Npm. 1941040070

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
PERSETUJUAN.....	v
PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang	4
C. Fokus Penelitian	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	11
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	11
H. Metode Penelitian.....	15
I. Sistematika Pembahasan.....	23
BAB II KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIORAL DAN PERILAKU MALADAPTIF	
A. Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral.....	25
1. Pengertian Konseling Individu Pendekatan Behavioral	25
2. Tujuan Konseling Individu Pendekatan Behavioral	27
3. Teknik Konseling Individu Pendekatan Behavioral	28
4. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral.....	31
B. Perilaku Maladaptif	34
1. Pengertian Perilaku Maladaptif	34
2. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Maladaptif	36

3. Bentuk-bentuk Perilaku Maladaptif	38
4. Ciri-Ciri individu dengan Perilaku Maladaptif	39
5. Dampak Perilaku Maladaptif	40
6. Menangani Perilaku Maladaptif Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral	41

BAB III GAMBARAN UMUM MA AL-KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN DAN KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIORAL DALAM MENANGANI PERILAKU MALADAPTIF SISWA

A. Profil MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan 43

1. Sejarah Berdirinya MA Al-Khairiyah	43
2. Visi Misi dan Tujuan MA Al-Khairiyah	44
3. Struktur Kepengurusan MA Al-Khairiyah	45
4. Data Guru MA Al-Khairiyah	46
5. Data Siswa MA Al-Khairiyah	48
6. Sarana dan Prasarana MA Al-Khairiyah	49
7. Tahapan Pelayanan BK MA Al-Khairiyah.....	50
8. Program Pelayanan BK di MA Al-Khairiyah	51
9. Data Kasus Yang Ditangani Di MA Al-Khairiyah	53

B. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Kelas XI Di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan 54

1. Gambaran Perilaku Maladaptif Siswa Kelas XI Di MA Al-Khairiyah	54
2. Proses Pelaksanaan Konseling Individu Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Kelas XI Di MA Al-Khairiyah	57

BAB IV ANALISIS KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN BEHAVIORAL DALAM MENANGANI PERILAKU MALADAPTIF SISWA DI MA AL-KHAIRIYAH KRAWANGSARI NATAR LAMPUNG SELATAN

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	84
B. Saran.....	85

DAFTAR PUSTAKA 86

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 Data Guru Pengajar Di MA Al-Khairiyah Natar	46
Tabel 2 Data Siswa Di MA Al-Khairiyah Natar	48
Tabel 3 Sarana dan Prasarana Di MA Al-Khairiyah Natar	49
Tabel 4 Data Kasus Yang Ditangani MA Al-Khairiyah Natar	53
Tabel 5 Perilaku Maladaptif Siswa Kelas XI di MA Al-Khairiyah ...	55



DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Struktur Kepengurusan Di MA Al-Khairiyah Natar	45
Bagan 2 Tahapan Pelayanan BK MA Al-Khairiyah Natar	50



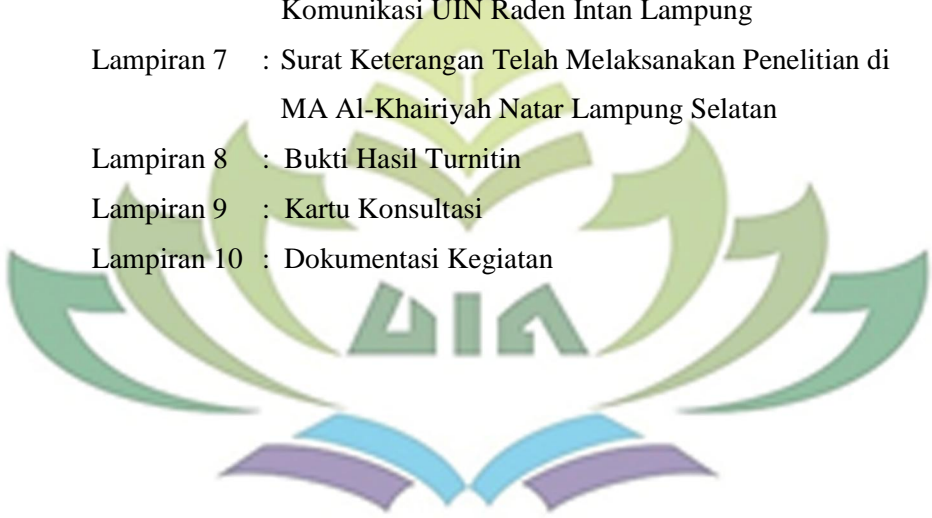
DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 : Wawancara dengan Konselor Bapak Muhammad Arifin, S.Pd
- Gambar 2 : Wawancara dengan Wali Kelas XI Ibu Yuni Wiarti Ningsih.S.Pd
- Gambar 3 : Wawancara dengan siswa MIF
- Gambar 4 : Wawancara dengan siswa A
- Gambar 5 : Wawancara dengan siswa ADP
- Gambar 6 : Wawancara dengan siswa F
- Gambar 7 : Wawancara dengan siswa MMP
- Gambar 8 : Pelaksanaan Konseling Individu di Ruang Konseling MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan
- Gambar 9 : Ruang Konseling di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Pedoman Wawancara
- Lampiran 2 : Pedoman Observasi
- Lampiran 3 : Pedoman Dokumentasi
- Lampiran 4 : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Tentang Penetapan Judul Skripsi
- Lampiran 5 : Surat Keterangan Perubahan Judul Skripsi
- Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian dari Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung
- Lampiran 7 : Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan
- Lampiran 8 : Bukti Hasil Turnitin
- Lampiran 9 : Kartu Konsultasi
- Lampiran 10 : Dokumentasi Kegiatan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul skripsi ini adalah “Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan”. Agar tidak terjadi kesalahfahaman pada penelitian ini, penulis terlebih dahulu akan menguraikan beberapa istilah pokok sehingga pembaca dapat memahami yang dibahas dalam skripsi ini. Adapun istilah-istilah pokok tersebut yaitu:

Konseling individu merupakan suatu layanan pemberian bantuan atau pelayanan khusus dilakukan secara tatap muka dalam hubungan pribadi atau langsung antara konselor dan klien. Konselor mengupayakan pengentasan masalah yang dialami klien dengan berusaha semaksimal mungkin melalui kekuatan yang klien miliki. Konseling individu dipandang sebagai bantuan utama dalam upaya mengatasi masalah yang dihadapi klien.¹

Konseling individu adalah hubungan pribadi yang terjalin antara klien dengan konselor yang mempunyai keahlian khusus dalam memberikan situasi dan bimbingan belajar kepada klien sebagai individu yang normal. Konselor membantu klien dalam memahami dirinya, keadaan yang sedang dihadapi dan masa depan klien sehingga klien dapat mengembangkan potensinya untuk mencapai kebahagiaan dalam kehidupan pribadi dan sosial. Klien juga dapat belajar cara mengatasi masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.²

Berdasarkan pengertian diatas yang dimaksud konseling individu dalam penelitian ini adalah suatu layanan pemberian bantuan dan arahan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada klien secara langsung atau tatap muka untuk mencapai tujuan

¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling, cet ke 3*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), 288.

² Syamsu Yusuf, *Konseling Individual: Konsep Dasar dan Pendekatan*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), 49.

konseling, baik dalam pengembangan pribadi ataupun dalam memecahkan masalah klien. Pada penelitian ini konseling individu diberikan kepada siswa kelas XI yang berperilaku maladaptif di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Natar dengan tujuan untuk menangani atau mengatasi perilaku tersebut, agar setelah diberikan konseling ini siswa lebih dapat menyesuaikan dirinya dilingkungan sekolah dan mengembangkan potensi yang dimiliki tanpa ada hambatan dan gangguan apapun.

Pendekatan behavioral merupakan salah satu pendekatan konseling yang menaruh perhatian terhadap upaya perubahan perilaku. Pendekatan behavioral adalah pendekatan konseling yang dapat menangani masalah perilaku dimulai dari kegagalan individu belajar merespon secara adaptif hingga mengatasi gejala yang neurotik.³ Pendekatan behavioral juga diartikan sebagai proses menghapus atau menghilangkan hasil belajar yang salah dengan memberikan pengalaman belajar baru yang di dalamnya mengandung respon-respon layak yang belum pernah dipelajari. Konselor akan membantu klien belajar bagaimana bertindak secara sesuai dan membantu klien mengubah perilakunya, terutama menghilangkan perilaku maladaptif dan merubahnya menjadi perilaku yang lebih adaptif.⁴

Berdasarkan pengertian diatas, yang dimaksud pendekatan behavioral pada penelitian ini adalah suatu pendekatan konseling yang diberikan bersama dengan konseling individu oleh konselor kepada siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah yang menaruh perhatian terhadap perubahan perilaku. Konselor akan membantu siswa mengubah perilaku maladaptif yang diperoleh melalui hasil belajar menjadi perilaku yang lebih adaptif.

Perilaku maladaptif adalah perilaku buruk yang ditampilkan oleh individu, yang memiliki konsekuensi membahayakan bagi individu yang bersangkutan dan lingkungan sosialnya, hal itu dikarenakan ketidakmampuan individu dalam menanggapi atau

³ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2017), 90.

⁴ Seto Mulyadi, dkk, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Gunadarma, 2015), 39.

merespon stimulus yang terjadi.⁵ Perilaku maladaptif diartikan juga sebagai perilaku keliru yang diperoleh melalui hasil belajar yang dapat diubah kembali melalui proses belajar. Perilaku maladaptif ini berhubungan dengan dirinya maupun oranglain. Individu tersebut tidak memperlmasalahkan meskipun perilakunya diketahui orang lain, namun orang disekitarnya akan merasakan pengaruh yang cukup mengganggu akibat perilaku tersebut. Contohnya destruktif, hiperaktivitas, agresif, dan lainnya.⁶

Berdasarkan pengertian diatas, perilaku maladaptif dalam penelitian ini adalah perilaku individu yang tidak sesuai atau menyimpang, yaitu perilaku melanggar tata tertib atau peraturan sekolah yang dapat menghambat dirinya dalam belajar dan mengembangkan potensi. Beberapa perilaku maladaptif yang dilakukan siswa di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah diantaranya: tidak hadir tanpa keterangan, membolos, terlambat masuk kelas, tidak berpakaian rapi, sulit diatur, mengobrol dan tertidur dikelas, tidak mengerjakan tugas, membawa handphone serta menolak sholat berjama'ah dengan berbagai alasan.

Siswa merupakan mereka yang ikut dalam suatu program pendidikan di sekolah atau jenjang pendidikan tertentu.⁷ Menurut Mustari yang dikutip dalam Rifa'i, siswa adalah seseorang yang mendapat bimbingan belajar sesuai dengan minat, bakat dan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka dapat berkembang optimal serta mendapat kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan pendidiknya.⁸ Berdasarkan hal tersebut, siswa pada penelitian ini adalah remaja kelas XI yang sedang belajar dan mendapatkan pelayanan pendidikan di suatu lembaga, khususnya di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah.

⁵ Mayaut G.F dan Istanto, "Model Penanganan Perilaku Maladaptif Anak Berbasis Panti", *Insani* 8, no 2, (2021) 72-89, diakses dari <https://jurnal.widuri.ac.id/index.php/insani/article/view/90>.

⁶ Asri, D. Novarianing dan Suharni, *Modifikasi Perilaku Teori dan Penerapannya*, (Madiun: UNIPMA Press, 2021), 1-2.

⁷ Muhammad Rifa'i, *Manajemen Peserta Didik*, (Medan: CV Widya Puspita, 2018), 2.

⁸ Ibid.,

Madrasah Aliyah Al-Khairiyah adalah lembaga pendidikan yang setara dengan sekolah menengah atas lainnya. Madrasah Aliyah Al-Khairiyah merupakan sekolah islam berkomitmen memberikan pendidikan bagi para generasi muda, tidak hanya mendidik jasmani dan rohaninya saja dengan keilmuan, namun dilengkapi juga dengan pembentukan akhlak siswa agar lebih baik. Madrasah Aliyah Al-Khairiyah beralamat di Dusun Jepang Desa Krawangsari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan, lebih tepatnya terletak di Jl. Raya Krawangsari No.123, Natar Lampung Selatan, 35362.

Berdasarkan pengertian istilah pokok diatas, maka yang dimaksud dengan judul “Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung selatan”. adalah cara atau langkah konselor melaksanakan konseling individu menggunakan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI Madrasah Aliyah Al-Khairiyah seperti, membolos, tidak mengerjakan tugas, tidak hadir tanpa keterangan, ribut atau tidur di dalam kelas dan membawa handphone, yang mana konseling ini mengacu pada perubahan perilaku siswa menjadi lebih adaptif sehingga siswa dapat menjadi pribadi yang beriman, bertakwa, berakhlak baik, mandiri, bertanggung jawab dan mengembangkan potensinya secara maksimal.

B. Latar Belakang

Salah satu periode dalam rentan kehidupan manusia adalah masa remaja. Masa ini adalah bagian yang signifikan dalam siklus perkembangan individu. Masa remaja sebagai masa transisi yang dimulai dari satu tahap ke tahap selanjutnya yang banyak mengalami perubahan pada fisik, mental, sosial, emosional, moral, kepribadian dan pola perilaku.⁹ Dengan banyaknya perubahan yang terjadi tentu remaja sangat rentan mengalami permasalahan. Orangtua, guru dan masyarakat perlu memahami

⁹ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019), 71.

permasalahan yang dialami remaja sehingga dapat membantu menemukan solusi untuk menjalani masa remaja secara efektif.

Masa remaja berkisar antara 12 sampai 21 tahun yang dikenal sebagai masa pencarian jati diri dan memiliki sejumlah tugas perkembangan, yaitu: 1) menerima fisik dan berbagai karakteristik yang dimiliki, 2) mencapai kemandirian emosional dari figur yang memiliki otoritas, 3) menumbuhkan kemampuan berkomunikasi interpersonal dan belajar cara bergaul dengan oranglain, 4) menemukan manusia sebagai teladan yang dijadikan sebagai identitas, 5) menerima dan percaya terhadap kemampuan diri sendiri, 6) mampu memperkuat pengendalian diri atas dasar standar nilai, prinsip dan falsafah hidup, 7) mampu meninggalkan tanggapan dan melakukan penyesuaian terhadap perilaku yang masih kekanak-kanakan.¹⁰

Berbagai tugas perkembangan pada masa remaja tersebut memerlukan layanan pendidikan yang dapat membantu dalam memenuhi tugas dan kebutuhan mereka. Remaja atau siswa merupakan komponen manusiawi terpenting dalam proses pendidikan yang biasanya menjadi pokok persoalan dan perhatian ketika berada disekolah, sehingga konselor dituntut agar dapat memahami berbagai gejala masalah remaja yang sering muncul dan cara untuk mengatasinya. Kehadiran remaja di sekolah juga merupakan perluasan proses sosialisasi terhadap lingkungan baru. Selama tidak ada hambatan dan pertentangan, selama itu pula remaja tidak akan kesulitan melakukan penyesuaian diri. Terdapat tahapan proses penyesuaian diri yang harus dilalui oleh remaja diantaranya: 1) remaja dituntut untuk tidak menimbulkan kerugian dalam bentuk apa pun dan lebih menghargai hak milik orang lain, 2) remaja di didik agar patuh dan taat pada aturan dan bisa menyesuaikan diri pada norma kelompok, 3) remaja dituntut agar dewasa saat berinteraksi sosial dengan memperhatikan asas saling memberi dan menerima, 4) remaja juga dituntut dapat

¹⁰ Ibid., 72.

memahami orang lain. Tahapan ini berlangsung mulai dari proses sederhana meningkat pada proses yang lebih kompleks.¹¹

Selama proses penyesuaian diri, remaja yang berhasil melalui tahapan proses penyesuaian diri dengan baik, ia akan berperilaku baik sesuai norma yang berlaku dan diterima oleh lingkungannya. Namun pada kenyataannya, sekarang ini banyak remaja yang kesulitan bahkan gagal dalam menyesuaikan diri, sehingga remaja berperilaku tidak baik atau bahkan menyimpang dari aturan dan norma. Perilaku itulah yang dinamakan perilaku maladaptif yang dapat menghambat perkembangan individu itu sendiri. Perilaku maladaptif adalah keadaan individu yang tidak berhasil atau tidak dapat menyesuaikan diri secara memadai dengan lingkungan sosialnya, dengan kata lain individu mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri. Sebagai contoh yaitu individu yang meremehkan, mencela dan menghina individu lain, maka individu tersebut tidak mampu untuk memenuhi suatu tuntutan dalam lingkungan yang berupa norma dan hukum yang berlaku hingga memberikan dampak negatif seperti dibenci dan diasingkan oleh teman-temannya.¹²

Mudjiran menyebutkan perilaku maladaptif yang dapat terjadi pada remaja atau siswa seperti membolos, tidak suka bergaul, berbohong kepada guru dan oranglain, berkelahi dan mengganggu teman, merusak fasilitas sekolah, mencuri, suka curi perhatian, melawan guru dan personil sekolah lainnya, serta ugal-ugalan dijalanan yang membahayakan diri bahkan individu lain.¹³ Pada umumnya faktor penyebab perilaku maladaptif tersebut adalah adanya identitas diri yang negatif, kontrol diri rendah, faktor usia, perbedaan jenis kelamin, prestasi yang rendah, harapan terhadap pendidikan, pengaruh dari lingkungan teman,

¹¹ Laela F. Noer, *Bimbingan Konseling Keluarga dan Remaja*, (Surabaya: UINSA Pres, 2017), 163.

¹² Kartika S. Dewi, *Kesehatan Mental*, (Semarang: CV Lestari Media Kreatif, 2012), 28.

¹³ Mudjiran, *Perkembangan Peserta Didik*, (Padang: Universitas Negeri Padang, 2007), 139.

kualitas lingkungan sekitar, kurangnya pengawasan, dukungan dan penerapan kedisiplinan dari orangtua.¹⁴

Bapak Arifin selaku konselor mengatakan jika perilaku maladaptif siswa yang dilakukan di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah seperti terlambat masuk sekolah dan masuk kelas, tidak masuk sekolah tanpa keterangan, membolos, sulit diatur, duduk di rak sepatu, tidak berpakaian rapi, tertidur di kelas, serta ada yang menolak sholat berjamaah dengan berbagai alasan.¹⁵ Perilaku maladaptif yang terjadi dilingkungan sekolah seringkali sulit bahkan tidak bisa dihindarkan, sehingga permasalahan ini tidak bisa dibiarkan begitu saja, disinilah perlu adanya bantuan dari pihak sekolah melalui program layanan konseling dalam membantu siswa mencapai tugas perkembangan dan mengatasi masalah. Layanan ini sebagai bagian penting yang berkontribusi terhadap keberhasilan program pendidikan disekolah, hal ini berarti bahwa program pendidikan tidak akan optimal tanpa adanya dukungan dari program bimbingan konseling yang dilaksanakan disekolah. Salah satu layanan yang terdapat dalam program tersebut adalah konseling individu.

Konseling individu adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung tatap muka dengan konselor dalam rangka pengentasan masalah pribadi yang dialami klien. Konseling individu ini merupakan layanan yang paling utama dalam pengentasan masalah klien dengan teknik tertentu, dalam prosesnya terdapat tahapan yang mesti dilakukan yaitu mulai dari tahap pengantaran, penjelajahan masalah, penafsiran, intervensi dan pengevaluasian.¹⁶ Menurut Willis, proses konseling individu adalah relasi atau hubungan yang terjadi antara konselor dengan klien dalam mengupayakan tercapainya tujuan. Tanggungjawab konselor yaitu mendorong

¹⁴ Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih, *Adolescence Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2003), 522.

¹⁵ Muhammad Arifin (Konselor), di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan, *Wawancara*, tanggal 19 Januari 2023.

¹⁶ Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Pekanbaru: Mutiara Pesisir Sumatra, 2014), 124.

klien mengembangkan potensi agar klien mampu bekerja secara efektif dan mandiri. Tujuan lainnya adalah agar klien dapat mencapai kehidupan yang produktif dan bermanfaat bagi keluarganya dan masyarakat sekitar serta meningkatkan iman dan taqwa klien agar menjadi manusia yang seimbang dalam perkembangan intelektual, sosial-emosional, moral dan religius.¹⁷ Konseling individu ini digunakan konselor untuk menangani permasalahan mengenai perilaku maladaptif siswa kelas XI lakukan di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah dengan menggunakan salah satu pendekatan konseling yaitu behaviorial.

Konseling individu dengan pendekatan behaviorial dianggap efektif dalam upaya menangani perilaku maladaptif yang dilakukan siswa disekolah. Melalui konseling ini diharapkan masalah yang dialami siswa dapat teratasi dan akhirnya siswa dapat mengembangkan potensi yang dimiliki. Tujuan konseling disesuaikan pada masalah siswa itu sendiri yang secara umum tujuannya adalah merubah perilaku individu yang maladaptif karena mereka tidak bisa beradaptasi atau menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Dengan demikian berarti konseling ini memang penting untuk dilakukan, karena jika perilaku tersebut tidak ditangani maka individu yang bersangkutan akan merasakan dampak yang merugikan, seperti tidak disukai oleh oranglain, dapat dijauhi oleh orang-orang terdekatnya dan jika perilaku tersebut dilakukan seorang siswa maka ia akan mendapat tegoran atau dihukum oleh pihak sekolah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti dilapangan mengenai pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behaviorial dalam upaya menangani perilaku maladaptif siswa di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah, peneliti mendapatkan informasi melalui observasi, dokumentasi dan wawancara langsung dengan informan serta dari data pendukung lainnya bahwa siswa kelas XI memiliki perilaku maladaptif seperti tidak masuk sekolah tanpa keterangan, membolos, merokok, berkata kasar atau tidak sopan,

¹⁷ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 159.

tidak mengerjakan tugas, duduk dirak sepatu, ribut bahkan tertidur saat pelajaran berlangsung. Perilaku-perilaku tersebut biasanya disebabkan karena siswa tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan dan peraturan-peraturan sekolah. Konselor telah berupaya mencegah dan mengatasi perilaku tersebut dengan mengadakan program bimbingan konseling seperti menggunakan layanan klasikal yang memberikan informasi mengenai cara penyesuaian diri, permasalahan remaja dan cara penanganannya, namun hal itu belum berhasil sehingga konselor mengadakan penanganan perilaku dengan konseling individu.

Peneliti melihat bahwa benar dilokasi tersebut konselor menggunakan konseling individu dengan pendekatan behavioral sebagai upaya menangani perilaku maladaptif siswa. Namun faktanya, konseling individu tersebut juga belum memberikan hasil yang maksimal, karena setelah konseling diberikan masih terlihat beberapa siswa yang kembali melakukan perilaku maladaptif. Penjelasan ini dibuktikan dengan wawancara peneliti sebelumnya dengan Ibu Yuni selaku wali kelas XI Madrasah Aliyah Al-Khairiyah, beliau mengatakan bahwa setelah diberikan konseling individu masih saja terdapat siswa yang melakukan perilaku maladaptif kembali seperti membolos, alfa, duduk di rak sepatu, dan ribut di dalam kelas.¹⁸ Sehingga jelas diketahui bahwa layanan konseling tersebut belum memberikan hasil maksimal, peneliti juga mendapat informasi bahwa konseling individu dengan pendekatan behavioral di MA Al-Khairiyah ini belum pernah diteliti sebelumnya dan termasuk layanan yang belum lama digunakan konselor dalam upaya menangani perilaku siswanya, dengan demikian peneliti merasa jika penelitian ini perlu untuk dilakukan.

Berdasarkan dengan penjelasan hal-hal diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk lebih jauh menggali dan meneliti informasi mengenai konseling individu menggunakan pendekatan konseling behavioral yang dilaksanakan konselor sebagai langkah dalam

¹⁸ Yuni Wiarti Ningsih (Wali Kelas XI) di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan, *Wawancara*, tanggal 19 Januari 2023.

upaya pengentasan atau penanganan perilaku maladaptif yang dilakukan siswa di MA Al-Khairiyah yang dituangkan kedalam suatu karya ilmiah berbentuk skripsi yang berjudul “Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung selatan”.

C. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang diuraikan di atas, maka peneliti akan membahas dan memfokuskan penelitian dilapangan, yaitu pada pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar, Lampung Selatan. Agar tidak menyimpang dan fokus dari sasaran pokok penelitian, maka peneliti membatasi sub fokus penelitian pada proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam upaya menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian mengenai latar belakang masalah yang dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan?”

E. Tujuan Penelitian

Suatu penelitian pasti memiliki arah dan tujuan yang ditargetkan. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu untuk menjadi salah satu pengetahuan dalam menambah wawasan dan memberikan masukan positif mengenai cara penanganan perilaku maladaptif siswa melalui layanan konseling individu menggunakan pendekatan behaviorial.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, dapat melatih pola pikir, memperluas wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan penelitian.
- b. Bagi Fakultas, dapat menambah khazanah penelitian bagi fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi dan menjadi sumber referensi bagi penelitian yang sejenis.
- c. Bagi Madrasah Aliyah Al-Khairiyah, dapat memberi gambaran pelaksanaan konseling individu menggunakan pendekatan behaviorial dalam menangani perilaku maladaptif siswa.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian terdahulu pada skripsi ini digunakan sebagai bahan acuan dan pertimbangan untuk menghindari adanya anggapan yang menyatakan kesamaan penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan penulis. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Skripsi Ismaturrehmi, mahasiswa dari jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh berjudul “Upaya Guru BK dalam Mengatasi Perilaku Maladaptif Siswa SMA N 8 Banda Aceh”. Tujuan penelitian untuk mengetahui perilaku maladaptif dan upaya guru BK mengatasi perilaku maladaptif siswa di SMAN 8 Banda Aceh. Jenis penelitiannya adalah penelitian kualitatif deskriptif.

Teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Kemudian hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terkait masalah perilaku maladaptif yang terjadi di SMA N 8 Banda Aceh diantaranya seperti terlambat masuk ke sekolah, alfa, berpakaian tidak sopan, dan melawan guru, dan upaya yang dilakukan oleh guru BK untuk mengatasi siswa yang berperilaku maladaptif di SMAN 8 yaitu dengan memberikan siswa peringatan, menggunakan layanan konseling individu dan bimbingan kelompok.¹⁹

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan, yaitu fokus meneliti perilaku maladaptif. Adapun perbedaannya terletak pada objek yang diteliti. Penelitian terdahulu meneliti upaya guru, sedangkan penelitian yang dilakukan penulis meneliti konseling individu dengan pendekatan behavioral.

2. Skripsi Yuliani, mahasiswa dari jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang berjudul “Bimbingan dan Konseling Islam Melalui *Islamic storytelling* Terhadap Perilaku Maladaptif Anak di Madrasah Ibtidaiyah Ma’arif Tumenggungan Wonosobo Jawa Tengah”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses dan hasil pelaksanaan bimbingan konseling Islam melalui *Islamic storytelling* pada upaya menangani perilaku maladaptif anak MI Ma’arif. Jenis penelitiannya adalah penelitian lapangan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pelaksanaan bimbingan *Islamic storytelling* pada anak yang berperilaku maladaptif dilakukan dengan tahapan identifikasi masalah, kemudian diagnosis, prognosis, terapi, dan terakhir adalah evaluasi dan *follow up*. Keberhasilan dalam bimbingan konseling ini dibuktikan dengan adanya

¹⁹ Ismaturrahmi, “Upaya Guru BK dalam Mengatasi Perilaku Maladaptif Siswa SMAN 8 Banda Aceh”, (Skripsi: UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2019).

anak yang menunjukkan penurunan pada perilaku maladaptif dan telah menunjukkan perubahan perilakunya menjadi jauh lebih baik.²⁰

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan, yaitu sama-sama fokus meneliti perilaku maladaptif. Adapun perbedaannya ada pada objek yang diteliti. Penelitian terdahulu meneliti bimbingan dan konseling Islam melalui *Islamic storytelling*, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis meneliti konseling individu dengan pendekatan behavioral.

3. Skripsi Adjeng Aprina Larasati, Mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjudul “Konseling Individu Dengan Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Mengatasi *Inferiority Feelings* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses konseling individu dengan *cognitive restructuring* dalam mengatasi *Inferiority felings* mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Jenis penelitiannya kualitatif menggunakan analisa deskriptif komparatif. Teknik mengumpulkan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada tahapan proses konseling, konselor memberikan sebuah *treatment* dalam pemberian teknik *cognitive restructuring* dan mendapatkan hasil akhir yaitu terdapat perubahan yang ditunjukkan konseli, dimana konseli mulai dapat mengubah pikiran negatifnya menjadi pikiran yang lebih positif dan konseli juga merasa mulai dapat menangani perasaan inferioritasnya.²¹

²⁰ Yuliani “*Bimbingan dan konseling Islam melalui Islamic Storytelling Terhadap Perilaku Maladaptif Anak di Madrasah Ibtidaiyah Ma’arif Tumenggungan, Wonosobo, Jawa Tengah*”, (Skripsi: UIN Raden Intan Lampung, 2022).

²¹ Adjeng Aprina Larasati, “*Konseling Individu dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mengatasi Inferiority Feelings Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya*”, (Skripsi: UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021).

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan, yaitu keduanya sama-sama meneliti konseling individu. Adapun perbedaannya terletak pada fokus penelitian. Penelitian terdahulu fokus terhadap *Inferiority Feelings*, sedangkan penelitian yang dilakukan penulis fokus terhadap perilaku maladaptif.

4. Jurnal yang ditulis oleh Ach Zayul Mustain dan Harwanti Noviandari, berjudul “Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas X SMA N 1 Tegaldlimo”. Tujuan penelitiannya untuk mengetahui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dan teknik *self management* dalam mengatasi perilaku membolos siswa kelas X. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre eksperiment* yang berdesain *one group pre test* dan *post test design*. Teknik pengumpulan datanya menggunakan metode kuesioner dengan inventori tentang perilaku membolos. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa kelas X sebelum diberikan *treatment* masuk ke dalam kategori tinggi, namun setelah diberikan *treatment* perilaku tersebut mengalami penurunan, maka kesimpulannya adalah setelah konseling individual dilakukan dengan menggunakan pendekatan behavior dan teknik *self management* kepada siswa kelas X yang melakukan perilaku membolos hasilnya adalah terdapat perubahan pada siswa, dimana siswa telah mengalami penurunan pada perilaku membolos.²²

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan, yaitu meneliti konseling individu dengan pendekatan behavioral. Adapun perbedaannya ada pada fokus penelitian. Penelitian terdahulu fokus terhadap perilaku membolos, sedangkan penelitian yang dilakukan penulis fokus terhadap perilaku maladaptif.

²² Ach Zayul Mustain dan Harwanti Noviandari “Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tegaldlimo”, Sosioedukasi: Jurnal ilmiah ilmu pendidikan dan sosial. 8, no 2 (2019), 134-147.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian yaitu cara ilmiah yang digunakan sebagai langkah memperoleh informasi dan data untuk tujuan tertentu. Cara ini dicirikan pada teknik yang dapat dijangkau dengan pemikiran manusia (rasional), cara yang digunakan dapat dilihat dan diamati indera manusia (empiris), dan prosesnya dilakukan dengan langkah tertentu yang sifatnya logis (sistematis).²³

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*Field Research*). Dalam Moleong dijelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk berbagai fenomena yang terjadi pada subjek penelitian seperti cara berperilaku, persepsi, motivasi, aktivitas dan lain-lain. Dilakukan dengan cara yang holistik dan menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada konteks khusus yang memanfaatkan berbagai metode ilmiah.²⁴

Penelitian ini dilakukan peneliti untuk melihat dan mengetahui proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behaviorial dalam upaya menangani perilaku maladaptif yang dilakukan siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif, yang artinya adalah sebuah penelitian yang ditujukan untuk menggambarkan dan mendeskripsikan suatu objek atau fenomena yang ada, baik itu fenomena yang alami atau buatan manusia, misalnya sifat atau sikap kelompok, situasi dan kondisi dengan hubungan yang ada, perbedaan fenomena yang satu

²³ Nur Koiri, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Semarang: SEAP, 2018), 1.

²⁴ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2017), 6.

dengan fenomena lainnya. Ciri yang dimiliki oleh sifat penelitian ini adalah data yang akan dideskripsikan berupa uraian kata-kata.

Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang sifatnya deskriptif karena peneliti menganggap bahwa permasalahan terkait pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behaviorial dalam penanganan perilaku maladaptif siswa di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah yang akan diteliti kompleks dan penuh makna sehingga tidak dapat dijangar dengan metode penelitian kuantitatif.

2. Sumber Data Penelitian

Sumber data merupakan komponen yang menjadi sasaran utama dalam sebuah penelitian untuk mendapatkan berbagai informasi dan data pasti yang dibutuhkan peneliti. Sumber data penelitian ini terbagi dua, yaitu:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang langsung bersumber dari informan yang memiliki informasi dan mengetahui secara jelas terhadap masalah apa yang sedang diteliti. Dalam Moleong, Lofland menjelaskan jika sumber data utama ialah berupa kata atau ucapan lisan dan tindakan dari suatu penelitian. Hal ini dikategorikan sebagai sumber data primer dari catatan tertulis, rekaman atau pengambilan foto yang didapatkan melalui wawancara atau pengamatan dari gabungan hasil mendengar, melihat dan bertanya.²⁵ Untuk memperoleh data, peneliti menggunakan *purposive sampling* dengan memilih beberapa individu yang tepat dijadikan sebagai informan. Adapun kriteria yang menjadi sumber data primer pada penelitian ini yaitu:

- 1) Siswa yang berperilaku maladaptif di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

²⁵ Ibid., 157.

- 2) Siswa yang duduk di kelas XI Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.
- 3) Siswa yang diberi layanan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

Jumlah siswa kelas XI adalah 26 orang, dengan berdasarkan pada kriteria yang telah disebutkan diatas, maka peneliti mendapatkan sumber data primer pada penelitian ini adalah 5 siswa yang berperilaku maladaptif, 1 konselor Madrasah Aliyah Al-Khairiyah, dan 1 guru sebagai wali kelas XI. Sehingga jumlah keseluruhan sumber data primer dalam penelitian ini adalah 7 orang.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah sumber data tidak langsung namun dapat memberikan data tambahan mendukung, misalnya sumber dari buku, majalah ilmiah, arsip, ataupun lewat dokumen baik dokumen pribadi atau dokumen resmi yang dapat memberikan informasi tentang objek yang diteliti.²⁶ Adapun sumber data sekunder pada penelitian ini yaitu data-data MA Al-Khairiyah mulai dari sejarah, visi misi, data siswa, sarana prasarana, dan sebagainya.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yaitu strategi atau cara yang digunakan untuk memperoleh, mencari dan mengumpulkan informasi langsung dari informan. Terdapat beberapa teknik yang digunakan oleh peneliti yaitu:

a. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah suatu teknik yang dilakukan untuk mencatat berbagai gejala yang diteliti. Sukmadinata menjelaskan observasi sebagai suatu teknik

²⁶ Ibid., 159.

pengumpulan data dengan melakukan pengamatan pada kegiatan yang sedang berlangsung. Terdapat dua cara dalam melakukan observasi yaitu partisipan dan non partisipan. Observasi partisipan yaitu peneliti mengambil bagian atau ikut dalam kegiatan yang sedang berlangsung. Kemudian observasi non partisipan dimana peneliti tidak ambil bagian atau ikut serta dalam kegiatan yang sedang berlangsung, karena tugasnya hanya mengamati kegiatan.²⁷

Pada penelitian ini, observasi yang digunakan peneliti adalah nonpartisipan, karena peneliti tidak ikut serta dan tidak terlibat langsung dalam pelaksanaan kegiatannya, melainkan peneliti hanya menjadi seorang pengamat independen untuk mencari dan mengumpulkan data langsung dari objek penelitian.

Peneliti menggunakan teknik observasi ini karena peneliti ingin mengetahui jelas dan menggali informasi yang sifatnya nyata, peneliti mencatat informasi dengan memperhatikan langsung objek penelitian di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah. Kegiatan observasi yang dilakukan fokus pada proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu percakapan atau tanya jawab secara langsung yang memiliki maksud tertentu. Wawancara ini dilakukan oleh dua pihak, yaitu orang yang memberikan pertanyaan (*interviewer*) dan orang yang memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan (*interviewee*). Tujuan wawancara untuk mengumpulkan informasi mengenai individu, peristiwa, dan kegiatan.²⁸

²⁷ Hardani, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu, 2020), 123-125.

²⁸ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 186.

Teknik wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara tak terstruktur, yaitu wawancara yang tidak menggunakan pedoman wawancara namun peneliti sudah mempersiapkan beberapa pertanyaan. Wawancara jenis ini dilakukan dalam suasana yang lebih bebas dengan responden terpilih yang mengetahui jelas informasi yang diperlukan oleh peneliti.

Alasan peneliti menggunakan teknik wawancara tak terstruktur yaitu agar suasana saat wawancara berlangsung harmonis, hangat dan tidak monoton, sehingga responden tetap merasa nyaman saat diberikan pertanyaan. Teknik ini digunakan peneliti untuk mengambil informasi dan data-data mengenai konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani siswa yang memiliki perilaku maladaptif di lingkungan Madrasah Aliyah Al-Khairiyah. Dalam penelitian ini informan yang diwawancarai adalah konselor, wali kelas, dan siswa berperilaku maladaptif.

c. Dokumentasi

Dokumentasi berasal dari kata dokumen yang artinya adalah barang yang penting. Dokumentasi adalah teknik yang digunakan untuk mengumpulkan suatu data dengan menyimpan dan mencatat berbagai informasi yang telah ada sebelumnya seperti catatan, transkrip, buku, makalah, notulen, dan sebagainya. Dokumentasi ini digunakan untuk mendapatkan kejadian yang nyata tentang keadaan sosial dan berbagai faktor yang mendukung disekitar subjek.

Menurut Moleong dokumentasi ini dapat dibedakan menjadi dua, yaitu dokumen yang pribadi dan resmi. Dokumen pribadi ini dapat berupa catatan yang tertulis mengenai suatu tindakan, pengalaman dan kepercayaan yang mencakup buku harian, surat pribadi, otobiografi. kemudian dokumen resmi berupa memo, pengumuman, surat keputusan dan intruksi.²⁹ Teknik dokumentasi ini

²⁹ Ibid., 217-219.

digunakan peneliti untuk memperoleh informasi dan data-data Madrasah Aliyah Al-Khairiyah mulai dari sejarah, profil, visi misi, struktur kepengurusan, data siswa dan guru, sarana prasarana, tahapan pelayanan serta program pelayanan Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah cara untuk mengumpulkan data dengan sistematis, teknik ini memudahkan para peneliti dalam mengambil keputusan. Analisis data pada penelitian kualitatif dilakukan pada saat peneliti mengumpulkan data dan setelah pengumpulan data itu selesai dilakukan dalam periode atau jangka waktu tertentu. Analisis data pada penelitian ini dilakukan menggunakan kualitatif model interaktif yang berlangsung secara terus-menerus hingga data yang dibutuhkan terpenuhi dan data yang diperoleh jelas dan benar.³⁰ Teknik ini dikemukakan Miles dan Huberman yang terdapat dalam Sugiyono yang terdiri dari tahapan:

a. Reduksi data

Reduksi data adalah langkah untuk merangkum, menyimpulkan, menyeleksi serta memfokuskan pada hal-hal pokok, kemudian dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas sehingga mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencari bila diperlukan. Dengan reduksi data, maka data yang didapatkan lebih jelas sehingga dapat memberi kemudahan peneliti dalam pengumpulan data lebih lanjut jika diperlukan. Data yang diperoleh melalui teknik observasi dan wawancara ialah termasuk data yang masih kompleks sehingga harus disajikan secara lebih sederhana tetapi tetap utuh.

³⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), 246.

Berbagai data yang diperoleh peneliti saat penelitian difokuskan terhadap proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam upaya menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan, agar data yang diperoleh jelas dan tidak memasukkan data-data lain yang tidak termasuk pada pembahasan.

b. Penyajian Data

Penyajian data merupakan suatu kegiatan menyusun informasi atau data temuan penelitian yang memberikan peluang kepada peneliti untuk menarik kesimpulan dan mengambil tindakan yang mengarah pada tercapainya tujuan penelitian. Pada penelitian kualitatif penyajian data ini dalam bentuk tabel, uraian singkat, grafik, *flowchart*. namun yang lebih sering digunakan yaitu berupa teks yang sifatnya naratif.³¹ Data yang disajikan dalam penelitian ini dalam bentuk teks narasi yang sebelumnya datanya telah dikumpulkan dan dikelompokkan menurut kategorinya. Strukturnya dimulai dari langkah awal ketika peneliti menuju lapangan hingga peneliti mengakhiri penelitian.

c. Penarikan kesimpulan dan verifikasi

Pada langkah ini, kesimpulan awal yang dikemukakan sifatnya masih sementara dan dapat berubah jika tidak ada bukti kuat yang mendukung proses pengumpulan data pada tahap selanjutnya. Meskipun demikian, jika kesimpulan awal tersebut didukung bukti yang valid maka kesimpulan tersebut adalah kesimpulan kredibel. Berdasarkan hal itu maka kesimpulan pada penelitian kualitatif nantinya bisa menjawab rumusan masalah yang ditentukan sejak awal atau mungkin juga belum, karena pada penelitian kualitatif masalah dan rumusan masalah sifatnya masih sementara, dapat berubah dan berkembang saat peneliti di lapangan.³²

³¹ Ibid., 249.

³² Ibid., 252.

5. Teknik Keabsahan Data

Dalam menetapkan keabsahan suatu data tentu saja diperlukan beberapa prosedur sebagai langkah pemeriksaan. Triangulasi adalah suatu metode untuk memeriksa keabsahan data dengan menggunakan sesuatu yang berbeda. Terdapat beberapa cara dalam melakukan triangulasi, yaitu:

- a. Triangulasi dengan sumber, yaitu melihat kembali dan membandingkan informasi yang diperoleh melalui alat dan waktu yang berbeda, dengan: 1) membandingkan data temuan hasil wawancara dan observasi, 2) membandingkan apa yang diungkapkan secara terbuka dan apa yang diungkapkan secara tertutup, 3) membandingkan yang dikatakan saat penelitian dengan yang dikatakan terus menerus, 4) membandingkan suatu keadaan dengan cara pandang yang beragam, 5) membandingkan hasil temuan wawancara dengan hal-hal yang berada pada isi suatu dokumen yang saling berkaitan.
- b. Triangulasi dengan metode atau teknik, dilakukan dengan pemeriksaan tingkat kepercayaan terhadap temuan hasil penelitian dilapangan dari teknik pengumpulan data dan pemeriksaan tingkat kepercayaan pada beberapa sumber informasi menggunakan metode serupa.
- c. Triangulasi dengan penyidik, dilakukan dengan cara memanfaatkan peneliti atau pengamat lain untuk melihat tingkat keandalan data. Mereka membantu mengurangi kesalahan dalam memilih informasi.
- d. Triangulasi dengan teori, dilakukan dengan menyusun pola, hubungan, dan penjelasan yang muncul dari analisis untuk mendapat penjelasan pembanding, biasanya mengarah pada penelitian yang lain. Jika peneliti gagal mencari data untuk menjelaskan informasi yang diperoleh, justru peneliti tersebut benar-benar mendapat bukti jika tingkat kepercayaan hasil penelitiannya sudah tinggi.

Triangulasi adalah cara terbaik untuk menghilangkan adanya perbedaan-perbedaan dalam suatu studi dan tinjauan saat mengumpulkan data. Dengan triangulasi, peneliti dapat melihat kembali temuan mereka.³³ Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi dengan sumber dan metode seperti yang telah dijelaskan diatas untuk membandingkan dan mengevaluasi kembali data yang diperoleh dilapangan dengan membandingkannya dengan sumber dan teknik pengumpulan data yang berbeda, misalnya membandingkan data temuan hasil wawancara dengan hasil observasi.

I. Sistematika Pembahasan

Untuk memberikan kemudahan bagi para pembaca dalam mengkaji dan memahami isi keseluruhan penelitian, maka peneliti menguraikan tentang sistematika pembahasan yaitu:

Bagian awal terdiri dari: Halaman judul, abstrak, halaman pernyataan, persetujuan, motto, persembahan, riwayat hidup, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar bagan, daftar gambar, lampiran. Kemudian pada bagian isi terdapat lima bab yang terdiri dari beberapa sub bab yaitu sebagai berikut:

Bab I adalah pendahuluan. Bab ini membahas penegasan judul, latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II adalah landasan teori. Bab ini membahas dua sub bab teori, yaitu pertama sub bab konseling individu terdiri dari pengertian konseling individu dengan pendekatan behaviorial, tujuan konseling individu dengan pendekatan behaviorial, teknik konseling individu dengan pendekatan behaviorial, dan proses konseling individu dengan pendekatan behaviorial. Selanjutnya sub bab kedua yaitu pengertian perilaku maladaptif, faktor-faktor penyebab perilaku maladaptif, bentuk perilaku maladaptif, ciri-ciri individu dengan maladaptif, dampak perilaku maladaptif dan

³³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 330-332.

menangani perilaku maladaptif siswa melalui konseling individu dengan pendekatan behavioral.

Bab III adalah gambaran umum lokasi penelitian, bab ini membahas mengenai gambaran umum Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan yang terdiri dari sub bab profil Madrasah Aliyah Al-Khairiyah meliputi sejarah, visi misi, tujuan, struktur kepengurusan, data guru, data siswa, sarana prasarana, tahap pelayanan, program pelayanan dan data kasus yang ditangani MA Al-Khairiyah. Kemudian sub bab mengenai konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan yang meliputi: gambaran perilaku maladaptif siswa kelas XI MA Al-Khairiyah dan proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI di MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

Bab IV adalah analisis data. Bab ini membahas analisis hasil temuan penelitian yang diperoleh peneliti sesuai fakta dan terarah, yaitu analisis konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan.

Bab V adalah penutup. Bab ini adalah bagian untuk mengakhiri penelitian yang telah dibuat, yang berisi kesimpulan secara keseluruhan dari pembahasan hasil penelitian dan berisi rekomendasi atau saran penelitian.

BAB II

KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIORAL DAN PERILAKU MALADAPTIF

A. **Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral**

1. **Pengertian Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral**

Kata konseling (*counseling*) berasal dari kata *counsel* diambil dari bahasa Latin yaitu *counselium*, artinya “bersama” atau “bicara bersama”. Pengertian “berbicara bersama-sama” dalam hal ini adalah pembicaraan konselor (*counselor*) dengan seseorang atau beberapa klien (*counselee*). Konseling secara singkat adalah suatu proses yang melibatkan konselor untuk membantu klien dalam mencapai pemahaman diri (*self-understanding*), membuat keputusan dan pemecahan masalah.¹

Konseling individu merupakan pemberian bantuan secara individu dan secara langsung berkomunikasi. Pemberian bantuan ini bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata) dilaksanakan dengan wawancara antara konselor dengan klien. Masalah yang dipecahkan adalah masalah yang bersifat pribadi.² Menurut Sofyan Willis konseling individu mempunyai makna spesifik, yaitu pertemuan konselor dengan konseli secara individu, dimana terjadi hubungan konseling bernuansa *rapport* dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta agar klien dapat mengantisipasi masalah yang dihadapinya.³

Konseling individu adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi antara konselor dan klien, ditujukan pada individu normal yang menghadapi kesukaran dalam masalah pendidikan, pekerjaan dan sosial, mereka tidak

¹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2017), 3.

² Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 69.

³ Sofyan S. Wilis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 159.

dapat memilih dan memutuskan pilihannya sendiri. Konselor berusaha untuk meningkatkan cara berpikir, berperasaan, dan berperilaku klien.⁴

Pendekatan behavioral adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Pendekatan ini menyertakan penerapan sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif. Pendekatan ini berpengaruh besar dalam menangani kasus-kasus dalam dunia pendidikan, khususnya masalah belajar dan tingkah laku. Behavioral sebagai gerakan modifikasi perilaku pada taraf yang bisa didefinisikan secara operasional, diamati dan diukur. Pendekatan ini memiliki beberapa karakteristik/ciri khas tertentu yaitu: a) pemusatan perhatian pada tingkah laku yang tampak dan spesifik, b) kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*, c) perumusan prosedur *treatment* yang spesifik sesuai dengan masalah, dan d) penaksiran objektif atas hasil-hasil konseling.⁵

Pendekatan behavioral merupakan suatu teori yang mempelajari tingkah laku manusia. Behavioral memiliki asumsi bahwa tingkah laku manusia sepenuhnya ditentukan oleh aturan-aturan, bisa diramalkan dan ditentukan. Seorang individu terlibat dalam tingkah laku tertentu karena mereka telah mempelajarinya melalui pengalaman yang terdahulu dan menghubungkan tingkah laku tersebut dengan hadiah. Pendekatan ini mengutamakan pengamatan tingkah laku dalam mempelajari individu bukan mengamati bagian dalam tubuh atau mencermati penilaian oranglain.⁶

⁴ Henni S. Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep Teori dan Aplikasinya*, (Medan: LPPPI, 2019), 138.

⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2019), 193-196.

⁶ Suriati, dkk, *Teori dan Teknik Bimbingan Konseling*, (Sinjai: CV Latinulu, 2020), 58-59.

Gantina menjelaskan bahwa pendekatan behavioral menekankan pada dimensi kognitif individu dan menawarkan berbagai metode yang berorientasi pada tindakan (*action oriented*) untuk membantu mengambil langkah yang jelas dalam mengubah tingkah laku. Selain itu, manusia dipandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilakunya maupun mempengaruhi perilaku orang lain.⁷

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli yang telah dikemukakan diatas dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan pendekatan behavioral adalah suatu layanan bimbingan konseling yang berdasarkan pada suatu teknik konseling yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli dalam memecahkan masalah yang dialami, merubah perilaku yang menyimpang kearah yang lebih adaptif atau lebih baik dalam berperilaku dan mempelajari tingkah laku baru dengan menerapkan berbagai macam teknik dan prosedur yang berorientasi pada tindakan.

2. Tujuan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral

Tujuan konseling individu dengan pendekatan behavioral pada dasarnya mengubah tingkah laku klien yang salah penyesuaian menjadi tingkah laku yang tepat penyesuaian. Latipun menjelaskan tujuan konseling dirumuskan secara spesifik, cermat dan jelas, serta dapat dicapai dengan prosedur tertentu. Konseling behavioral ini bertujuan untuk mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simtomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku yang membuat ketidakpuasan dalam jangka panjang atau mengalami konflik dengan kehidupan sosial. Secara khusus, tujuan konseling ini mengubah perilaku salah penyesuaian dengan cara memperkuat perilaku diharapkan, meniadakan

⁷ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2014), 141.

perilaku tidak diharapkan, dan membantu menemukan cara-cara berperilaku yang tepat.⁸

Tujuan umum konseling behavioral menurut Gerald Corey adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. Tujuan konseling yang spesifik menurutnya adalah: a) membantu klien menjadi lebih asertif dan mengekspresikan pemikiran-pemikiran dan hasrat-hasratnya dalam situasi yang membangkitkan tingkah laku asertif, b) membantu klien dalam menghapus ketakutan-ketakutan yang tidak realistis yang menghambat dirinya dari keterlibatan dalam peristiwa-peristiwa sosial, dan c) membantu klien menghilangkan konflik batin yang menghambat klien dari pembuatan putusan yang penting bagi kehidupannya.⁹

Lebih lanjut Sofyan Willis menjelaskan bahwa tujuan konseling behavioral adalah membantu klien membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari adanya respon-respon yang baru yang lebih sehat. Kemudian konseling ini juga bertujuan memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku diinginkan.¹⁰

3. Teknik Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral

Dalam kegiatan konseling individu dengan pendekatan behavioral, teknik yang dirasa kurang baik dieliminasi dan diganti dengan teknik baru, kemudian disesuaikan dengan kebutuhan klien guna tercapainya tujuan konseling. Berikut beberapa teknik yang terdapat dalam pendekatan behavioral:

- a. Desensitisasi sistematis, yaitu teknik yang dikembangkan oleh Wolpe yang mengatakan bahwa semua perilaku *neurotic* adalah ekspresi dari kecemasan. Teknik ini bermaksud mengajar klien memberikan respon yang tidak

⁸ Latipun, *Psikologi Konseling*, 96-97.

⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, 199-201.

¹⁰ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, 70.

konsisten dengan kecemasan yang dialami. Klien diajar untuk menghubungkan keadaan yang santai dengan membayangkan pengalaman mencemaskan. Situasi yang dihadirkan disusun secara sistematis dari yang kurang mencemaskan hingga yang paling mencemaskan.

- b. Latihan perilaku asertif, yaitu teknik yang menitikberatkan pada kasus individu yang mengalami kesulitan dalam menyatakan perasaan yang sesuai. Sebagai contoh ia ingin marah, tetapi tetap berespon manis. Dalam teknik ini konselor berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam menyatakan perasaan yang tidak sesuai dan mengatasi kesulitan terhadap orang lain. Pelaksanaan teknik ini ialah dengan *role playing* (bermain peran). Konselor misalnya berperan sebagai atasan yang galak dan klien berperan sebagai bawahannya.
- c. Pengkondisian aversi, yaitu teknik yang dilakukan dengan tujuan menghukum perilaku yang negatif dan memperkuat perilaku positif. Hukuman bisa berupa kejutan listrik atau memberi ramuan yang dapat membuat orang muntah. Secara sederhana anak yang suka marah dihukum dengan membiarkannya, perilaku *maladjustive* dihukum dengan diberi kejutan listrik misalnya anak suka berkata bohong. Perilaku homoseksual dihukum dengan memberi film yang disenangnya lalu diberi kejutan listrik.
- d. *Home-work*, yaitu suatu teknik latihan rumah bagi klien yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap situasi tertentu. Caranya ialah dengan memberi tugas rumah untuk satu minggu, misalnya tugas klien adalah tidak menjawab ketika dimarahi oleh ibunya.¹¹
- e. Pembentukan perilaku model, yaitu teknik yang digunakan untuk membentuk perilaku baru klien dan memperkuat perilaku yang sudah terbentuk. Konselor menunjukkan kepada klien tentang perilaku-perilaku model yang hendak

¹¹ Ibid., 71-74.

dicontoh, baik dengan model audio, model fisik, atau model hidup. Perilaku yang berhasil dicontoh memperoleh ganjaran dari konselor berupa pujian.

- f. Kontrak perilaku, yaitu persetujuan antara konselor dan klien untuk mengubah perilaku tertentu pada klien. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada klien. Dalam teknik ini ganjaran positif teradap perilaku yang dibentuk lebih penting daripada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil.¹² Kontrak perilaku juga diartikan sebagai suatu teknik konseling yang mengatur kondisi konseli untuk menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak konselor dan konseli.¹³

Manfaat teknik kontrak perilaku adalah membantu individu meningkatkan perilaku yang adaptif dan menekan perilaku maladaptif, membantu individu meningkatkan kedisiplinan dalam berperilaku, dan memberi pengetahuan kepada individu tentang pengubahan perilakunya sendiri serta membantu individu dalam upaya meningkatkan kepercayaan dirinya. Dalam kontrak perilaku terdapat beberapa prinsip dasar yang terdapat didalamnya. Adapun prinsip dasar menurut Gantina, adalah:

- 1) Kontrak disertai dengan penguatan.
- 2) *Reinforcement* diberikan dengan segera.
- 3) Kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara konseli dan konselor.
- 4) Kontrak harus fair.
- 5) Kontrak harus jelas (target tingkah laku, frekuensi, lama kontrak).
- 6) Kontrak dilaksanakan terintegrasi dengan program sekolah.¹⁴

¹² Latipun, *Psikologi Konseling*, 102.

¹³ Gantina Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, 172.

¹⁴ *Ibid.*,

Langkah-langkah yang harus dilakukan saat konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam pembuatan kontrak perilaku menurut Gantina adalah sebagai berikut:

- 1) Pilih tingkah laku yang akan diubah.
- 2) Tentukan data awal tingkah laku yang akan diubah.
- 3) Tentukan jenis penguatan yang akan di terapkan.
- 4) Berikan *reinforcement* setiap kali tingkah laku yang diinginkan ditampilkan sesuai jadwal kontrak.
- 5) Beri penguatan setiap tingkah laku yang ditampilkan menetap.¹⁵

4. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling yang dibangun berjalan dengan baik. Setiap tahapan konseling membutuhkan keterampilan khusus yang bervariasi sehingga keterlibatan antara konselor dan klien dalam proses konseling yang dimulai sejak awal akan sangat bermakna dan berguna. Tahapan pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral yaitu sebagai berikut:

a. Melakukan Asesmen (*assesment*)

Tahap ini bertujuan untuk menetapkan apa yang dilakukan oleh konseli pada saat ini. Asesmen dilakukan untuk aktivitas nyata, perasaan dan pikiran konseli. Pada tahap ini terdapat informasi yang perlu digali antara lain analisis tingkah laku bermasalah yang dialami konseli pada saat ini, analisis peristiwa yang mengawali tingkah laku, analisis motivasional, analisis tingkatan kontrol diri konseli terhadap tingkah laku bermasalah (*self control*), analisis hubungan sosial, dan analisis lingkungan fisik-sosial budaya.¹⁶

¹⁵ Ibid., 173.

¹⁶ Ibid., 158.

b. Menetapkan Tujuan (*Goal setting*)

Konselor dan konseli menetapkan tujuan konseling sesuai pada kesepakatan bersama berdasarkan informasi yang telah disusun dan dianalisis. Tujuan diciptakan sebagai tolak ukur keberhasilan proses konseling. Tujuan konseling harus dapat dipahami, jelas, dan konkret yang disepakati antara konselor dan konseli. Proses konseling dihentikan apabila tujuan sudah tercapai. *Goal setting* disusun atas tiga langkah, yaitu:

- a. Membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan.
- b. Memperhatikan tujuan berdasarkan kemungkinan hambatan-situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan dapat diukur.
- c. Memecahkan tujuan ke dalam sub-tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan.¹⁷

c. Implementasi Teknik (*technique implementation*)

Setelah tujuan konseling dirumuskan, konselor dan konseli mencatatkan strategi belajar yang terbaik untuk membantu konseli mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan. Konselor dan konseli mengimplementasikan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli (*excessive* atau *deficit*).¹⁸ Adapun tahapannya sebagai berikut:

- 1) Persiapan, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan, perlengkapan, pemahaman klien dan waktu.
- 2) *Rapport*, yaitu menjalin hubungan pribadi yang baik antara konselor dan klien sejak permulaan, proses, sampai konseling berakhir, yang ditandai dengan

¹⁷ Ibid., 159.

¹⁸ Ibid., 160.

adanya rasa aman, bebas, hangat, saling percaya dan saling menghargai.

- 3) Pendekatan masalah, yaitu konselor memberikan motivasi kepada klien agar bersedia menceritakan persoalan yang dihadapi dengan bebas dan terbuka.
- 4) Pengungkapan, konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan inti masalah klien dengan mendalam dan mengadakan kesepakatan dalam menentukan masalah inti dan masalah sampingan. Sehingga klien dapat memahami dirinya dan mengadakan perubahan atas sikapnya.
- 5) Diagnostik, langkah untuk menetapkan latar belakang atau faktor penyebab masalah yang dihadapi klien.
- 6) Prognosa, yaitu langkah konselor dan klien menyusun rencana-rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah klien.
- 7) *Treatment*, yaitu realisasi dari prognosa. Atas dasar kesepakatan konselor dengan klien dalam menangani masalah yang dihadapi, klien melaksanakan tindakan untuk mengatasi masalah dan konselor memberikan motivasi agar klien dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai kemampuan yang dimilikinya.
- 8) Evaluasi dan tindak lanjut, yaitu langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektifitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai klien, konselor melakukan tindak lanjut secara lebih cepat, dapat berupa meneruskan suatu cara yang sedang ditempuh karena telah cocok maupun perlu dengan cara lain yang diperkirakan lebih tepat.¹⁹

¹⁹ Dewa K, Sukardi dan Desek P.E Nila Kusumawati, *Proses Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 63.

d. Evaluasi dan Mengakhiri Konseling (*Evaluation Termination*)

Evaluasi konseling merupakan proses yang berkesinambungan. Evaluasi dibuat atas dasar apa yang konseli perbuat. Tingkah laku konseli digunakan sebagai dasar mengevaluasi efektivitas konselor dan efektivitas teknik tertentu yang digunakan. Terminasi lebih dari sekedar mengakhiri konseling, terminasi dilakukan dengan menguji apa yang konseli lakukan terakhir, mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan konseli tambahan, membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari saat konseling ke dalam tingkah laku konseli, serta untuk memantau secara terus-menerus tingkah laku konseli.²⁰

Menurut Sofyan Willis keberhasilan konseling yang dilakukan memiliki beberapa indikator. Adapun indikator-indikator keberhasilan konseling yang dimaksud adalah: 1) menurunnya kecemasan yang dialami klien, 2) mempunyai rencana hidup yang praktis, pragmatis dan berguna, 3) harus ada perjanjian kapan rencananya dilaksanakan sehingga pada pertemuan berikutnya konselor dapat mengecek hasil pelaksanaan rencananya.²¹

B. Perilaku Maladaptif

1. Pengertian Perilaku Maladaptif

Perilaku maladaptif merupakan suatu hasil dari proses sosialisasi yang tidak sempurna. Perilaku maladaptif ialah tindakan yang secara sadar dilakukan pelakunya meskipun tahu bahwa yang dilakukan adalah hal yang keliru. Perilaku maladaptif adalah perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai kesusilaan atau kepatutan, sudut pandang kemanusiaan (agama), secara individu, maupun sebagai makhluk sosial.²²

²⁰ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*. 160.

²¹ Sofyan S. Wilis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, 54.

²² Astri S. Risnaedi, *Konsep Penanggulangan Perilaku Menyimpang Siswa*, (Jawa Barat: Adab, 2021), 4.

Suatu perilaku individu dapat dikatakan maladaptif apabila perilaku tersebut dapat mengakibatkan kerugian bagi dirinya sendiri dan orang lain. Perilaku maladaptif cenderung mengakibatkan terjadinya pelanggaran-pelanggaran terhadap norma, aturan, bahkan hukum. Menurut Cohen yang dikutip dalam Sulaiman menjelaskan bahwa perilaku maladaptif adalah setiap perilaku individu yang tidak berhasil dalam menyesuaikan diri dengan kehendak-kehendak masyarakat atau kelompok tertentu yang ada dalam masyarakat. Perilaku yang ditunjukkan ialah perilaku yang mengabaikan norma dan terjadi jika individu tidak mematuhi peraturan yang ada.²³

Perilaku maladaptif dapat juga disebut dengan perilaku bermasalah. Perilaku bermasalah masih dianggap wajar jika hal ini terjadi pada remaja. yang masih dalam batas ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan sebagai akibat perubahan fisik dan psikis. Seperti yang dijelaskan Mighwar bahwa perilaku maladaptif adalah perilaku remaja yang masih merupakan akibat dari adanya berbagai perubahan fisik dan psikis dalam pertumbuhan dan perkembangan, tetapi telah menunjukkan tanda yang mengarah pada penyimpangan yang cenderung merugikan diri sendiri dan lingkungannya. Perilaku ini juga merupakan pengembangan negatif dari berbagai masalah wajar sebelumnya yang semakin menguat akibat kurang mampu menyesuaikan diri dengan pertumbuhan dan perkembangannya, adanya berbagai tekanan lingkungan dari orangtua, teman sebaya dan masyarakat.²⁴

Pada suatu konsep penyesuaian diri dijelaskan bahwa salah satu kebutuhan dasar manusia adalah ketergantungan pada pihak lain karena setiap orang memerlukan pihak lain sebagai bagian dari dirinya yang merupakan makhluk sosial (masyarakat). Sesama anggota masyarakat tentu diperlukan adanya kemampuan menyesuaikan diri antara satu dengan

²³ Umar Sulaiman, *Perilaku Menyimpang Remaja dalam Perspektif Sosiologi*, (Gowa: Alauddin University Press, 2020), 57-58.

²⁴ Mohammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), 190.

yang lain agar kebersamaan berjalan dengan baik dan lancar sehingga kesehatan secara maksimal dapat diwujudkan. Kesehatan pada jiwa memberikan indikasi terwujudnya kemampuan menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat dan lingkungannya, terutama pada Allah SWT.²⁵

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dijelaskan diatas dapat penulis simpulkan bahwa perilaku maladaptif adalah perilaku bermasalah yang dilakukan oleh individu, dimana perilaku tersebut dilakukan diluar kondisi yang seharusnya atau bertentangan dengan nilai, norma dan aturan yang berlaku. Perilaku maladaptif terjadi karena individu yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan sosial, norma-norma maupun aturan-aturan yang ada di masyarakat. Perilaku maladaptif yang dilakukan tentu dapat merugikan dirinya dan orang lain.

2. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Maladaptif

Banyak faktor atau kondisi yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku maladaptif, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari luar diri individu. Adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab perilaku maladaptif yang berasal dari dalam diri individu meliputi: potensi kecerdasan yang rendah, memiliki masalah yang kompleks dan tidak dapat ditanggulangi diri, mengalami kesalahan beradaptasi di lingkungan tempat tinggal, dan tidak menemukan figur tepat untuk dijadikan pedoman dalam berkehidupan sehari-hari.

Kemudian faktor dari luar diri individu diantaranya:

- a. Lingkungan keluarga yang meliputi: kekacauan kehidupan keluarga (*broken home*), kurangnya pengawasan dan kesalahan cara orang tua dalam mendidik, serta individu tidak mendapat perlakuan yang sesuai dalam keluarga.

²⁵ M. Bahri Ghazali, *Kesehatan Mental I*, (Bandar Lampung: Herakindo, 2016), 72.

- b. Lingkungan sekolah yang meliputi: longgarnya disiplin sekolah, kesalahan dalam sistem pendidikan sekolah, perlakuan guru tidak adil terhadap siswa, kecenderungan sekolah memandang kontribusi orang tua dan perlakuan otoriter yang diterapkan guru-guru sekolah.
- c. Lingkungan masyarakat meliputi: kurangnya partisipasi masyarakat dalam menanggulangi perilaku menyimpang remaja, kemajuan teknologi informasi pesat menyebabkan kebablasan informasi bagi remaja, banyak masyarakat yang mencontohkan perbuatan dilarang dan kriminal, serta merusak moral dalam komplek tempat tinggal.²⁶

Terdapat pendapat lain yang mengemukakan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu, diantaranya: 1) frustrasi, yaitu proses yang menyebabkan orang merasa akan adanya hambatan-hambatan terhadap terpenuhinya kebutuhan-kebutuhannya, 2) konflik (pertentangan batin), yaitu sesuatu yang berlawanan atau bertentangan satu sama lain dan tidak mungkin dipenuhi dalam satu waktu, 3) kecemasan, yaitu emosi yang bercampur terjadi ketika orang merasa frustrasi dan memiliki pertentangan batin.²⁷

Menurut Graham yang dikutip dalam Risnaedi penyebab perilaku maladaptif terbagi menjadi dua, yaitu faktor pribadi dalam diri individu yang merupakan bawaan dari lahir yaitu faktor bakat yang dapat mempengaruhi temperamen dan ketidakmampuan seseorang dalam menyesuaikan diri, dan kedua yaitu dari faktor lingkungan seperti pergaulan dengan teman, kemiskinan, lingkungan di sekolah dan pengasuhan dalam keluarga.²⁸

²⁶ Umar Sulaiman, *Perilaku Menyimpang Remaja dalam Perspektif Sosiologi*, 126-127.

²⁷ M. Bahri Ghazali, *Kesehatan Mental I*, 72-74.

²⁸ Astri S. Risnaedi, *Konsep Penanggulangan Perilaku Menyimpang Siswa*, 3.

3. Bentuk-bentuk Perilaku Maladaptif

Perilaku maladaptif terdiri dari dua sifat yaitu agresif dan pasif. Perilaku maladaptif agresif adalah bentuk-bentuk tingkah laku sosial yang menyimpang dan cenderung merusak, misalnya merampas hak milik orang lain dan seks bebas. Gejala umum yang tampak antara lain: menyakiti hati orang lain, berkelahi, membuat kegaduhan di masyarakat atau sekolah, menghina, melanggar aturan, berbohong dan sering memerintah. Perilaku maladaptif pasif atau pengunduran diri adalah perilaku yang menunjukkan kecenderungan putus asa dan merasa tidak aman sehingga menarik diri dari aktivitas dan takut memperlihatkan usahanya. Gejalanya pada remaja yaitu lebih senang menyendiri atau mengasingkan diri, apatis pada aktivitas masyarakat atau sekolah, mudah tersinggung, khawatir pada diri sendiri, suka melamun dan kebingungan.²⁹

Kemudian terdapat bentuk-bentuk perilaku maladaptif siswa yang menyimpang dari tata tertib sekolah antara lain: terlambat datang ke sekolah, tidak masuk sekolah tanpa keterangan, membolos, memakai pakaian tidak sesuai tata tertib, merokok di lingkungan sekolah, melakukan tindakan *bullying*, keluar kelas saat pelajaran berlangsung dan melawan kepada guru. Selain perilaku tersebut, terdapat juga perilaku yang menyimpang dari norma yang ada di masyarakat seperti: perkelahian antar siswa atau tawuran antar pelajar, berbicara tidak sopan kepada orang lebih tua, melakukan perbuatan yang tidak baik atau senonoh, minum-minuman kerasa atau obat-obatan terlarang, dan sebagainya.³⁰

Gantina menjelaskan bahwa perilaku maladaptif atau tingkah laku bermasalah terbagi menjadi dua yaitu: a) Tingkah laku yang berlebihan (*excessive*), misalnya merokok, terlalu banyak main games, dan sering memberi komentar di kelas, b) tingkah laku yang kurang (*deficit*), yaitu terlambat masuk

²⁹ Mohammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, 192.

³⁰ Astri S. Risnaedi, *Konsepsi Penanggulangan Perilaku Menyimpang Siswa*, 3-4.

sekolah, tidak mengerjakan tugas dan membolos sekolah.³¹ Kemudian Sofyan Willis juga menyebutkan bahwa bentuk-bentuk perilaku maladaptif siswa, yaitu:

- a. Kasus ringan, seperti membolos, malas, kesulitan belajar studi tertentu, bertengkar, berkelahi dengan teman satu sekolah, merokok, minum minuman keras tahap awal, berpacaran dan mencuri kelas ringan.
- b. Kasus sedang, seperti gangguan emosional, berpacaran dengan perbuatan yang menyimpang, berkelahi antar sekolah, kesulitan belajar karena gangguan keluarga, minum minuman keras tahap pertengahan, mencuri kelas sedang, melakukan gangguan sosial dan asusila.
- c. Kasus berat, seperti gangguan emosional berat (neurosis), kecanduan alkohol dan narkoba, pelaku kriminalitas, siswi yang hamil, percobaan bunuh diri, perkelahian dengan senjata tajam.³²

4. Ciri-Ciri individu dengan Perilaku Maladaptif

Pada umumnya individu cukup mampu untuk mengatasi persoalan-persoalan yang terjadi dalam hidupnya, meskipun terdapat peristiwa yang cukup berat sehingga membutuhkan waktu lebih lama untuk melakukan penyesuaian. Terdapat individu yang membutuhkan pendampingan berupa saran, nasehat, atau petunjuk untuk memecahkan persoalan yang dialaminya. Keluarga dan teman biasanya menjadi sumber pendukung utama, namun ada sebagian individu lain yang kesulitan melakukan penyesuaian dan tidak bisa dibantu hanya dengan nasehat dan dukungan bahkan ketidakmampuan tersebut justru dapat menyebabkan relasi yang dimilikinya semakin rusak sehingga sumber dukungan semakin berkurang dan akhirnya habis. Individu tersebut dikatakan gagal dalam melakukan penyesuaian diri.

³¹ Gantina Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, 157.

³² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, 31.

Siswanto menyebutkan beberapa gejala yang bisa diamati pada individu yang mengalami kesulitan dan gagal melakukan penyesuaian diri, gejala-gejala tersebut yaitu:

- a. Perilaku yang “aneh, eksentrik” karena menyimpang dari norma atau standar nasional yang berlaku di lingkungan masyarakat. Biasanya menampakkan tindakan yang tidak umum, bahkan mengancam orang sekitarnya sehingga mereka mengalami ketakutan dan tidak percaya pada individu bersangkutan. Perilaku ini tidak bisa diprediksi.
- b. Individu tampak mengalami kesulitan, gangguan, dan ketidakmampuan dalam melakukan penyesuaian diri secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Ini tampak pada prestasi yang tidak optimal, tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki. Misalnya pelajar mendapatkan banyak angka merah di raport padahal kemampuan intelektualnya baik.
- c. Individu mengalami distress subjektif yang sering atau kronis. Masalah umum bagi kebanyakan orang menjadi masalah luar biasa baginya. Misalnya, individu takut menjalin relasi dengan orang lain padahal orang umumnya tidak terlalu bermasalah menjalin hubungan.³³

5. Dampak Perilaku Maladaptif

Dampak yang ditimbulkan apabila individu tidak mampu dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan adalah munculnya perilaku maladaptif. Dan dampak dari perilaku maladaptif yang dilakukan oleh individu diantaranya individu akan kesulitan dalam bergaul, seperti kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Kemudian minder, dan terakhir adalah tertutup, dimana jika individu sudah menjadi orang yang minder, maka ia cenderung akan menutup diri atau tertutup terhadap orang lain. Selain itu dampak lain yang akan diterima oleh individu seperti dikucilkan oleh orang-orang

³³ Siswanto, *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, (Yogyakarta: ANDI, 2007), 70.

yang ada dilingkungan sekitarnya, karena lingkungannya mengganggu orang tersebut menyimpang dari aturan yang ada dalam masyarakat dimana individu itu tinggal.³⁴

Kemudian perilaku maladaptif yang dilakukan oleh siswa disekolah memberikan beberapa dampak, diantaranya berupa terhambatnya proses belajar, tidak bisa berkonsentrasi, mengganggu siswa lain, diberikan sanksi oleh pihak sekolah, orangtua dipanggil, nilai siswa jelek, nilai raport dibawah minimum, tidak naik kelas bahkan dikeluarkan dari sekolah.³⁵

6. Menangani Perilaku Maladaptif Siswa Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral

Konseling diselenggarakan untuk membantu klien mengenali perilakunya yang salah dalam melakukan penyesuaian, jika klien tidak menyadari adanya perilaku yang salah penyesuaian itu maka klien akan kesulitan dalam melakukan perubahan-perubahan menuju ke keadaan yang lebih baik. Dengan adanya konseling individu, konselor membantu klien mengerti apa yang sedang terjadi pada dirinya dan bagaimana klien harus keluar dari masalahnya, akhirnya klien harus secara sukarela mengubah perilakunya untuk mendapatkan cara kehidupan yang lebih baik.³⁶

Syamsul Munir Amin membentuk langkah-langkah positif yang dapat diambil untuk mencegah munculnya perilaku maladaptif pada remaja melalui tindakan-tindakan sebagai berikut: a) pendidikan normal dalam program *work study*, program ini dilancarkan untuk mendorong peserta didik dalam berkarya, b) *community planning*, yaitu perencanaan masyarakat dalam hubungan dengan kegiatan remaja dalam bentuk organisasi kegiatan sekolah, perkumpulan olah raga, kesenian dan lainnya, c) mendirikan perkumpulan remaja atau

³⁴ Supriyo. *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. (Semarang: Nieuw Setapak, 2008), 94.

³⁵ Agus Supriyanto, *Pedoman Bagi Konselor Sekolah*, (Yogyakarta: K-Media, 2016), 2.

³⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, 32.

biro konsultasi dengan tujuan menyadarkan atau mendidik agar mereka mampu menyelesaikan problem yang dihadapi, dan d) kerjasama antara konselor dengan pihak terkait yang ada disekolah, dengan mengadakan diskusi tentang problem yang terjadi pada peserta didik dalam rangka pencegahan dan penyelesaian. Sedangkan upaya dalam penanganan perilaku maladaptif yang terjadi pada siswa dapat dilakukan melalui konseling individu dengan cara-cara sebagai berikut:

- a. Mengadakan pendekatan dengan siswa bersangkutan untuk selanjutnya mengadakan dialog dan wawancara dengan pendekatan konseling individu.
- b. Mempolakan rencana program pencegahan dilingkungan sekolah melalui kegiatan diskusi dengan siswa disamping penyaluran emosi.
- c. Menghindarkan siswa dari unsur-unsur yang dapat merusak moral.
- d. Apabila siswa melanggar peraturan maka konselor dapat memberikan arahan dan nasehat yang berarti untuk masa depannya.³⁷

³⁷ Syamsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islami*, (Jakarta: Amzah, 2010), 377-379.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dilapangan dan dari hasil analisis mengenai pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung selatan, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa pelaksanaan konseling tersebut dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

Sebelum melaksanakan konseling konselor terlebih dahulu melakukan asesmen untuk mendapatkan informasi valid dari berbagai pihak, kemudian konselor menetapkan tujuan konseling yang disepakati oleh wali kelas dan kepala sekolah. Adapun tahapan yang dilakukan konselor dan klien diruang konseling yaitu: pertama adalah persiapan, yaitu konselor mempersiapkan diri, tempat dan perlengkapan konseling. Kedua, konselor membangun *rapport* dengan keterampilan *attending*. Ketiga yaitu pendekatan masalah, konselor mempersilahkan klien bercerita masalahnya secara bebas dan terbuka. Keempat pengungkapan, yaitu klien mengungkapkan faktor penyebab melakukan perilaku maladaptif. Kelima diagnostik yaitu konselor mengungkapkan kembali masalah dan faktor penyebab perilaku maladaptif. Keenam prognosa yaitu konselor dan klien mendiskusikan rencana pemberian bantuan. Tahapan ketujuh adalah *treatment* yaitu konselor dan klien menerapkan teknik kontrak perilaku.

Pada tahapan *treatment* hal yang dilakukan yaitu memilih tingkah laku klien yang akan diubah, menentukan data awal tingkah laku yang akan diubah, menentukan jenis penguatan yang diterapkan, dan klien menuliskan kontrak perilaku. Selanjutnya konselor melakukan evaluasi segera dan merencanakan evaluasi jangka pendek. Pada bagian akhir konselor menyimpulkan hasil konseling dan menutup jalannya proses konseling.

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral yang dilaksanakan di MA Al-Khairiyah sudah berjalan dengan baik namun belum maksimal, karena dalam konseling tersebut terdapat tahapan yang sesuai dan tidak sesuai dengan teori pada Bab II. Sehingga setelah pelaksanaan konseling itu selesai dilakukan, hasil yang didapatkan tidak maksimal dimana masih terdapat siswa yang melakukan perilaku maladaptif kembali disekolah.

B. Saran

Setelah mengadakan pemaparan dan mengambil kesimpulan, pada bagian ini penulis akan menyampaikan beberapa saran terhadap pihak-pihak terkait dengan penelitian ini, diantaranya:

1. Bagi kepala madrasah, diharapkan dapat bekerjasama lebih baik lagi dengan konselor dalam upaya menangani perilaku maladaptif siswa dengan mendukung program bimbingan konseling disekolah dan melengkapi sarana prasarana BK, sehingga program konseling dapat berjalan maksimal.
2. Bagi wali kelas, diharapkan dapat memberikan motivasi dan perhatian yang cukup pada siswa sehingga mereka dapat melakukan penyesuaian yang tepat disekolah dan tidak kembali melakukan perilaku maladaptif.
3. Bagi konselor, diharapkan dapat terus membantu siswa dalam menangani perilaku maladaptif dan membentuk perilaku siswa yang sesuai dan diharapkan oleh orangtua dan guru.
4. Bagi siswa, diharapkan dapat melakukan perubahan pada perilakunya terkhusus lebih dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah.
5. Bagi peneliti lain, diharapkan menggunakan pendekatan yang berbeda dari penelitian ini sehingga kedepannya lebih banyak yang dapat dijadikan sebagai referensi dalam menangani perilaku maladaptif siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Buku

- Agus Supriyanto, *Pedoman Bagi Konselor Sekolah*, Yogyakarta: K-Media, 2016.
- Asri D. Novarianing dan Suharni, *Modifikasi Perilaku Teori dan Penerapannya*, Madiun: UNIPMA Press, 2021.
- Astri S. Risnaedi, *Konsep Penanggulangan Perilaku Menyimpang Siswa*, Jawa Barat: Adab, 2021.
- Dewa K, Sukardi dan Desek P.E Nila Kusumawati, *Proses Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Gantina Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks, 2011.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, Bandung: PT Refika Aditama, 2019.
- Hardani, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu, 2020.
- Henni S. Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep Teori dan Aplikasinya*, Medan: LPPPI, 2019.
- Kartika S. Dewi, *Kesehatan Mental*, Semarang: CV. Lestari Mediakreatif, 2012.
- Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, Surabaya: CV Penerbit Fajar Mulya.
- Laela F. Noer, *Bimbingan Konseling Keluarga dan Remaja*, Surabaya: UINSA Press, 2017.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press, 2017.
- Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2017.
- M. Bahri Ghazali, *Kesehatan Mental I*, Bandar Lampung: Herakindo, 2016.

- Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, Cirebon: Nurjati Press, 2015.
- Mohammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, Bandung: Pustaka Setia, 2006.
- Mudjiran, *Perkembangan Peserta Didik*, Padang: Universitas Negeri Padang, 2007.
- Muhammad Rifa'i, *Manajemen Peserta Didik*, Medan: CV Widya Puspita, 2018.
- Nur Koiri, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Semarang: SEAP, 2018.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling*, cet 3, Jakarta: Rineka Cipta, 2015.
- Sarwono, Sarlito W. *Psikologi Remaja*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Seto Mulyadi, Muhammad Fakhurrozi dan Diana Rohayati, *Psikologi Konseling*, Jakarta: Gunadarma, 2015.
- Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih, *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga, 2003.
- Siswanto, *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, Yogyakarta: ANDI, 2007.
- Sofyan S. Wilis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2017.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2015.
- Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Pekanbaru: Mutiara Pesisir Sumatra, 2014.
- Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*, Semarang: Nieuw Setapak, 2008.
- Suryadi R. Ahmad, *Ilmu Pendidikan Islam*, Yogyakarta: Deepublish, 2018.

Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan*, Bandung: Refika Aditama, 2016.

_____, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019.

Syamsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islami*, Jakarta: Amzah, 2010.

Umar Sulaiman, *Perilaku Menyimpang Remaja dalam Perspektif Sosiologi*, Gowa: Alaudin University Press, 2020.

Sumber Ilmiah

Ach Zayul Mstain dan Harwanti Noviandari “*Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tegaldimo*”, *Sosioedukasi: Jurnal ilmiah ilmu pendidikan dan sosial* 8, no 2 (2019), 134-147.

Adjeng Aprina Larasati, “*Konseling Individu dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mengatasi Inferiority Feelings Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya*”, (Skripsi: UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021).

Ismaturrahmi, “*Upaya Guru BK dalam Mengatasi Perilaku Maladaptif Siswa SMAN 8 Banda Aceh*”, (Skripsi: UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2019).

Mayaut G. Flores dan Istanto, “*Model Penanganan Perilaku Maladaptif Anak Berbasis Panti*”, *INSANI* 8, no 2, (2021): 72-89, <https://jurnal.widuri.ac.id/index.php/insani/article/view/90>.

Yuliani “*Bimbingan dan konseling Islam melalui Islamic Storytelling Terhadap Perilaku Maladaptif Anak di Madrasah Ibtidaiyah Maarif Tumenggungan, Wonosobo, Jawa Tengah*”, (Skripsi: UIN Raden Intan Lampung, 2022).

Sumber Wawancara

A, “Siswa yang Melakukan Perilaku Maladaptif”.

ADP, “Siswa yang Melakukan Perilaku Maladaptif”.

F, “Siswa yang Melakukan Perilaku Maladaptif”.

MIF, “Siswa yang Melakukan Perilaku Maladaptif”.

MMP, “Siswa yang Melakukan Perilaku Maladaptif”.

Muhammad Arifin, “Guru Bimbingan Konseling MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan”.

Yuni Wiarti Ningsih, “Wali Kelas XI MA Al-Khairiyah Krawangsari Natar Lampung Selatan”.

