

Implementasi Konseling *Behavioral* terhadap Permasalahan Perilaku Peserta Didik di Sekolah Menengah Atas

Implementation of Behavioral Counseling for Students' Behavioral Problems in Senior High School

Tamara Avrelia Damayant^{1*}, Farah Dilla Nur Jihan², Sabina Ezra Arzettisyah³

^{1,2,3}Prodi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya

Jl. Lidah Wetan, Lidah Wetan, Kec. Lakarsantri, Surabaya, Jawa Timur 60213, Indonesia

Email Koresponding: tamara.21035@mhs.unesa.ac.id*

Keywords:

Behavioral Counseling;
Implementation

DOI:

[10.30595/jssh.v7i2.15954](https://doi.org/10.30595/jssh.v7i2.15954)

Abstract. *The purpose of this article is to implement behavioral counseling for behavioral problems of high school students. This juvenile delinquency is generally carried out by students who are in high school. Where this juvenile delinquency is often carried out by students, namely their frequent smoking, drinking alcoholic beverages, and drugs. The deviant things they do are generally often done for reasons of wanting to try or imitate their peers. Most of them already know and understand that this is very bad for the future, but the influence of the environment greatly influences these students to commit juvenile delinquency. The application in overcoming this counseling must use the right techniques and strategies in dealing with these problems. Behavioral counseling itself is considered quite effective in dealing with the problem of juvenile delinquency. Basically, this behavioral counseling itself can help to change the behavior of students who are in a state of juvenile delinquency. This juvenile delinquency should also not be ignored and underestimated, because it can affect the behavior and thinking of students in the future.*

Abstrak. Tujuan dari artikel ini yaitu untuk implementasi konseling *behavioral* terhadap permasalahan perilaku peserta didik SMA. Kenakalan remaja ini pada umumnya dilakukan oleh peserta didik yang berada di sekolah menengah atas. Yang dimana kenakalan remaja ini seringkali dilakukan oleh peserta didik, yaitu seringnya mereka merokok, minum minuman yang beralkohol, hingga narkoba. Hal menyimpang yang mereka lakukan ini umumnya sering dilakukan karena alasan ingin mencoba-coba atau meniru teman sebayanya. Kebanyakan dari mereka sudah tau dan mengerti jika hal tersebut sangat berdampak buruk untuk kedepannya akan tetapi pengaruh lingkungan sangat mempengaruhi peserta didik tersebut untuk melakukan kenakalan remaja. Penerapan dalam mengatasi konseling ini harus menggunakan teknik maupun strategi yang tepat dalam menangani permasalahan tersebut. Konseling *behavioral* ini sendiri dinilai cukup efektif dalam menangani permasalahan kenakalan remaja. Pada dasarnya, konseling *behavioral* ini sendiri dapat membantu untuk merubah perilaku peserta didik yang sedang dalam kondisi kenakalan remaja. Kenakalan remaja ini juga tidak boleh dihiraukan dan dianggap sebelah mata, karena hal tersebut dapat mempengaruhi Perilaku serta pemikiran peserta didik kedepannya.

Kata kunci: *Konseling Behavioral; Implementasi*

PENDAHULUAN

Menurut Cavan (dalam Damayanti & Setiawati, 2013) menyebutkan bahwa *"When children and young people fail to fulfill obligations placed on them by the environment in which they live, this is referred to as juvenile delinquency"*. Akar penyebab kenakalan anak dan remaja adalah karena masyarakat tempat mereka tinggal tidak menghargai mereka. Tingkah laku anak yang menyimpang dari kelas merupakan salah satu contoh kenakalan remaja di sekolah. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat siswa di setiap sekolah yang berperilaku seperti itu.

Bagi anak SMA, perilaku membolos bukanlah hal yang baru, setidaknya bagi mereka yang telah menyelesaikan pendidikannya, karena egoisme sudah ada sejak lama. Ketiadaan merupakan jawaban atas kebosanan yang sering dirasakan anak-anak dengan kurikulum di sekolah. Fenomena ini jelas berdampak buruk bagi sekolah secara keseluruhan. Selain di kota-kota besar yang sering absen, absensi juga sering terjadi di pedesaan. Ini terjadi di kota-kota besar, tetapi tidak hanya di pusat kota; juga terjadi di pinggiran kota. Siswa yang membolos sering melakukannya di beberapa sekolah, dengan masing-masing situasi ini disebabkan oleh keadaan internal dan eksternal anak itu sendiri. Hal itu terlihat dari kejadian siswa SMA yang pingsan saat razia Satpol PP setelah ketahuan membolos. Seorang anak laki-laki asal Sukoharjo yang sedang membolos sekolah bersama banyak temannya di tempat wisata Umbul Cokro, Klaten, terjebak dalam penyerangan yang juga

dilakukan saat bolos sekolah (nasional.kompas.com, 2012).

Perilaku yang dapat diamati, diukur, dipahami, dan diantisipasi adalah apa yang dibutuhkan oleh konseling perilaku. Bentuk terapi perilaku ini lebih menekankan pada modifikasi perilaku dan perilaku saat ini dibandingkan dengan perilaku sebelumnya. Damayanti & Setiawati (2013) menyatakan bahwa gangguan perilaku dilihat oleh konselor sebagai bentuk pembelajaran. Oleh karena itu, masalah perilaku yang tidak menguntungkan dapat berubah menjadi lebih baik dalam keadaan yang menguntungkan. Menurut pengertian tentang perilaku, karena perilaku merupakan produk pembelajaran, maka dapat dimanipulasi dengan membangun lingkungan belajar yang menyenangkan. Intinya, konseling adalah proses struktural atau kesempatan belajar yang mendukung orang dalam mengubah perilaku mereka untuk mengatasi masalah.

Dalam konseling perilaku, gangguan perilaku yang ditunjukkan klien diperlakukan sebagai kebiasaan yang diajarkan karena dapat diubah dengan mengubah keadaan positif yang direncanakan, yang akan mengubah perilaku menyimpang klien menjadi positif. Jika konselor dan klien sama-sama aktif dalam pelaksanaannya, maka proses konseling kognitif dapat berjalan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Selain itu, faktor kunci dalam keefektifan konsultasi adalah penggunaan dan pemilihan teknik yang tepat. Pendapat yang ditunjukkan oleh Krumbolts dan Thores (Muslih dkk, 2017) bahwa tidak ada satu strategi pun yang

secara ketat dianut untuk semua kasus dalam konseling; sebaliknya, ada berbagai teknik yang harus disesuaikan dengan kebutuhan spesifik klien. Alternatif untuk mengubah perilaku klien sebagai tujuan konseling. Teknik kesepakatan perilaku adalah salah satu teknik terapi kognitif. Sesuai dengan kontrak antara siswa dan guru bimbingan konseling, strategi ini digunakan untuk mengontrol apakah siswa cocok atau tidak untuk menampilkan perilaku yang diinginkan.

METODE

Metode studi literatur digunakan dalam penelitian ini. Gagasan atau teori baru dikembangkan dengan menggunakan temuan tinjauan literatur. Informasi yang digunakan adalah data sekunder, termasuk artikel penelitian yang telah dipublikasikan di jurnal (*scholar*). Adapun tujuan dibuatnya artikel ilmiah ini adalah untuk mengetahui dan memahami terkait "Implementasi Konseling *Behavioral* terhadap Permasalahan Perilaku Peserta Didik di Sekolah/ SMA".

Pada pembahasan ini dilakukan suatu pengkajian terkait konsep maupun pemikiran yang digunakan terhadap literatur yang ada, terutama pada artikel-artikel yang sudah dipublikasikan pada jurnal ilmiah. Kajian ini berfungsi sekali sebagai bahan acuan ataupun bahan dasar agar dapat memahami serta mengetahui mengenai konsep, teori, dan pemikiran yang dapat menjadi bahan dasar studi pembahasan. Sehingga dengan metode ini dapat membantu penulis dalam menyelesaikan permasalahan yang akan dibahas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kenakalan remaja merupakan suatu peristiwa yang banyak dilakukan oleh para remaja, salah satunya merupakan peserta didik di sekolah menengah atas. Siswa SMA ini pada umumnya berusia antara 16-19 tahun, bisa dilihat bahwa umur ini termasuk umur remaja. Hal ini juga banyak sekali kasus bahwa banyak peserta didik yang melakukan hal yang menyimpang, seperti kebiasaan merokok hingga kasus kriminal. Permasalahan seperti ini tentu saja berhubungan dengan perilaku yang ada pada peserta didik tersebut. Banyak remaja yang masih belum bisa mengenali dampak apa yang akan terjadi pada diri mereka jika dikaitkan dengan kasus tersebut. Menurut Maulana & Nugroho (2019), fenomena ini dilakukan oleh para remaja yang dimana hal ini berkaitan dengan perilaku mereka yang menyimpang dalam kasus di sekolah maupun di masyarakat. Hal ini dilakukan karena biasanya mereka hanya ingin mencoba-coba ataupun didapat karena pengaruh dari orang-orang disekitarnya.

Permasalahan yang umum dilakukan oleh peserta didik di sekolah, yaitu seperti tidak bisa menghormati guru mereka, tidak disiplin dalam melakukan kewajibannya, seringkali terlihat menjadi pengganggu di kelas maupun di sekolah. Menurut Wiladantika, Dharsana, & Suranata (2014) peserta didik ini cenderung menunjukkan perilaku yang agresif di dalam lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat. Agresif sendiri merupakan suatu perilaku yang dimana individu tersebut gemar sekali melakukan serangan terhadap orang lain dan menunjukkan sikap permusuhan terhadap orang lain.

Pada perilaku yang menyimpang ini tentu saja banyak remaja yang melakukan hal yang menyimpang dari norma. Mengakibatkan banyak remaja yang melakukan kenakalan remaja yang menjadi kebiasaan yang buruk. Indayani, dkk (2014) berpendapat bahwa tidak sedikit pula remaja yang menunjukkan sikap mereka yang anti sosial hingga asusila karena kebiasaan buruk mereka ini kurang ditangani dengan baik. Adapun beberapa kemungkinan yang dapat ditinjau, yaitu banyak sekali peserta didik yang mendapatkan pengaruh dari lingkungan yang negatif maupun adanya pengaruh dari orang tua mereka.

Seperti banyak kejadian peserta didik melakukan kenakalan remaja tersebut karena kurangnya perhatian dari orangtuanya. Hal ini menyebabkan perilaku anak tersebut tidak dapat dikontrol dan sudah melewati batas. Ada juga pengaruh lain dari lingkungan sekitarnya ataupun dengan orangtuanya mereka, yaitu pengaruh dari media. Media disini yang dimaksud, yaitu program televisi maupun dari media sosial yang mereka gunakan. Tidak sedikit juga mereka sering meniru dan ingin mencoba hal yang baru namun tentu saja hal tersebut sangat berdampak negatif bagi dirinya maupun dengan lingkungan sekitarnya.

Tidak sedikit pula dampak negatif yang akan dirasakan oleh para peserta didik untuk kedepannya. Hal ini sebagai guru BK (Bimbingan Konseling) tidak dapat membiarkan hal tersebut terjadi terhadap peserta didik terus menerus, sebagai guru BK akan mengupayakan berbagai cara untuk menangani permasalahan tersebut. Proses

belajar maupun proses pembelajaran bagi peserta didik terhadap perilaku peserta didik tersebut juga membutuhkan peran yang senantiasa mendukung peserta didik tersebut, seperti peran aktif dari orang tua peserta didik tersebut, lingkungan disekitar individu tersebut, dan adanya kerjasama yang signifikan antar guru di sekolah agar dapat menciptakan serta membantu peserta didik dalam proses perubahannya (Indayani et al., 2014).

Nasir (2018) mengemukakan bahwa dalam permasalahan perilaku yang dilakukan oleh peserta didik tersebut, yaitu hal yang dilakukan sebagai konselor maupun guru BK adalah menggunakan konseling *behavioral* atau konseling perilaku. Konseling *behavioral* yang dimaksud merupakan konseling yang bersifat menekankan suatu perhatian kepada perilaku yang ditimbulkan. Menurut Muratama (2018) dalam konseling *behavioral* sendiri cenderung mengatasi masalah yang berhubungan dengan perilaku dan mengetahui bagaimana caranya agar dapat mengatasi masalah mengenai perilakunya terhadap pikirannya tersebut.

Konseling *behavioral* sendiri merupakan suatu teknik yang dimana memandang suatu tingkah laku suatu individu yang dimana tingkah laku tersebut dapat dipelajari. Pada proses ini diharapkan para peserta didik dapat membentuk serta mematangkan kembali perilakunya serta tanggung jawab guna untuk membentuk kembali perilaku yang dimiliki oleh peserta didik tersebut. Pada hal ini peran konselor dalam proses konseling ini juga perlu diperhatikan. Seperti, konselor haruslah mencoba untuk memahami peserta didik tersebut tanpa

memandang rendah dan memberikan kritik atas perilakunya agar peserta didik tersebut dapat merasa nyaman dan bisa terbuka dalam menceritakan masalahnya kepada konselor.

Arifah & Anggraini (2018) mengemukakan bahwa dalam tujuan dari konseling *behavioral* ini adalah untuk membimbing serta membantu individu tersebut dalam menggapai suatu kondisi yang ada pada kehidupan tanpa mengalami ataupun menimbulkan suatu konflik dan hambatan yang disebabkan oleh suatu perilaku yang dapat menyebabkan suatu ketidakpuasandalam diri dengan jangka yang panjang. Jika kenakalan remaja ini dibiarkan terus menerus akan menimbulkan dampak yang negatif dalam diri individu dan tentu saja hal tersebut akan merugikan dirinya serta orang-orang yang disekitarnya.

Permasalahan dari kenakalan remaja yang dilakukan oleh peserta didik yang ada di SMA ini, tentu saja harus diberikan penanganan yang tepat agar tidak salah dan lebih sesuai dengan kondisi yang dialami oleh permasalahan peserta didik tersebut. Kondisi kenakalan remaja yang dialami oleh peserta didik ini jangan dihiraukan dan dianggap sebelah mata. Karena permasalahan serta kondisi seperti inilah yang dapat mengubah karakter serta pemikiran peserta didik untuk kedepannya. Sebagai guru BK maupun konselor pasti akan mencari cara agar dapat merubah perilaku peserta didik tersebut. Sehingga, layanan konseling *behavioral* ini cocok dilakukan serta sesuai dengan permasalahan yang dimiliki oleh peserta didik karena layanan ini bertujuan untuk merubah tingkah laku atau perilaku

peserta didik tersebut agar lebih adaptif (Haslindah dkk, 2021).

SIMPULAN

Kenakalan remaja merupakan suatu peristiwa yang banyak dilakukan oleh para remaja, salah satunya peserta didik di sekolah menengah atas. Banyak sekali kasus peserta didik yang melakukan kenakalan remaja, seperti tidak sopan ke orang yang lebih tua, tidak disiplin, kebiasaan merokok hingga kasus kriminal. Hal ini tentu berkaitan dengan perilaku peserta didik. Yang banyak disebabkan karena kurang perhatian dari orang tua, pengaruh lingkungan yang negatif atau pengaruh dari program media sosial yang tidak baik. Kenakalan remaja ini tidak boleh diremehkan atau dipandang sebelah mata karena akan berdampak pada perilaku peserta didik menjadi tidak dapat dikontrol dan sudah melewati batas yang akan merugikan dirinya sendiri dan orang disekitarnya. Maka dari itu, guru BK mengupayakan berbagai cara untuk menanganikenakalan remaja ini.

Melalui proses pembelajaran bagi peserta didik terhadap perilakunya dengan bekerjasama melibatkan orang tua serta lingkungan sekitar untuk mendukung peserta didik tersebut agar dapat membantu peserta didik dalam proses perubahannya. Pemasalahan kenakalan remaja ini cocok ditangani dengan konseling *behavioral* atau konseling perilaku, yang tujuannya membimbing serta membantu peserta didik menggapai suatu kondisi yang ada pada kehidupan tanpa mengalami ataupun menimbulkan suatu konflik dan hambatan yang disebabkan oleh suatu perilaku yang dapat menyebabkan suatu ketidakpuasan dalam

diri dengan jangka yang panjang. Pada proses ini diharapkan para peserta didik dapat membentuk serta mematangkan kembali perilakunya serta tanggung jawab guna untuk membentuk kembali perilaku yang dimiliki oleh peserta didik tersebut. Peran konselor dalam proses konseling ini adalah harus mencoba untuk memahami peserta didik tanpa memandang rendah dan memberikan kritik atas perilakunya agar peserta didik tersebut dapat merasa nyaman dan bisa terbuka dalam menceritakan masalahnya kepada konselor.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, Ismailia Muwaffaqoh, & Angraini, Widyastuti. (2018). *Konseling Behavioral Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Anak Usia Dini. Jurnal Al-Isyraq*, 1(2).
- Damayanti, Feny Annisa, & Setiawati, Denok. (2013). Studi tentang perilaku membolos pada siswa sma swasta di surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 03(01), 454-461. Retrieved from www.surabaya.go.id
- Haslindah, H. (Haslindah), Passalowongi, A. J. (Andi), & Passalowongi, J. (Jamal). (2021). Pendekatan *Konseling Behavioral* dalam Penanganan Remaja Bermasalah. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(2).
- Indayani, Anggi, Sedanayasa, Gede, Nengah, Ni, & Antari, Madri. (2014). *Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X . 1 Sma Negeri 1 Sawan*. (1).
- Maulana, Muhammad Arief, & Nugroho, Panggih Wahyu. (2019). Mengurangi Kenakalan Remaja Menggunakan *Konseling Behavioral* pada Peserta Didik di SMA. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 6(1).
<https://doi.org/10.24042/kons.v6i1.4059>
- Nasional.kompas.com. (2012). *Ketahuan Membolos, Seorang Siswi Pingsan*. Kompas.com - 26/09/2012, 02:00
<https://nasional.kompas.com/read/2012/09/26/02000522/Ketahuan.Membolos..Seorang.Siswi.Pingsan>. Penulis : Kontributor Surakarta, M Wismabrata
- Muratama, Muhammad Satriadi. (2018). *Layanan Konseling Behavioral Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Dan Tanggung Jawab Belajar Siswa di Sekolah. Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 5(1).
<https://doi.org/10.29407/nor.v5i1.11793>
- Muslih, Yuyun Nuriyah, Wibowo, Mungin Eddy, & Purwanto, Eddy. (2017). *Konseling Behavioral menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dengan Students' Logbook untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa. Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 34-43.
- Nasir, Amin. (2018). *Konseling Behavioral: Solusi Alternatif Mengatasi Bullying Anak Di Sekolah. Konseling Edukasi "Journal of Guidance and Counseling"*, 2(1).
<https://doi.org/10.21043/konseling.v2i2.4466>

Wiladantika, Kadek Pigura, Dharsana, I.
Ketut, & Suranata, Kadek. (2014).
Penerapan Konseling *Behavioral*
Dengan Teknik Modeling Untuk
Meminimalisir Perilaku Agresif
Siswa Kelas Xi Bahasa Sma Negeri 2

Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan
Konseling Undiksa*, 2(1).