

TEKNIK BEHAVIOR DALAM MENANGANI PERILAKU INDISCIPLINER SISWA PADA KORBAN PERCERAIAN DI SMP DIPONEGORO SLEMAN YOGYAKARTA

Muchamad Agus Slamet Wahyudi

Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: m.agusslametwahyudi@gmail.com

Abstract: *This study examined behavioral approach in dealing with students' indiscipline behavior at SMP Diponegoro Depok Sleman Yogyakarta whose family background of divorce. Qualitative descriptive method was applied to reveal the above phenomenon and the data were collected by observation and in-depth interview. It revealed that there were three main steps in applying this behavior approach. Firstly, assessment was essentially conducted in advance to investigate the underlying factors which cause indiscipline to happen. The second step was a goal setting; discussing with students about the consequences that might be faced when they engage in undisciplined behavior. At this stage, the researcher along with the students had succeeded in devising a plan to solve the problem. The last stage was that carrying out the research to assess students followed by counseling contract, relaxation, modeling, reward and punishment, encouragement, time-out, home assignment and ending with the evaluation phase. The results found that behavioral technique was one of effective approaches in guidance and counseling to handle maladaptive on adaptive behavior, and this approach was very appropriate to handle undisciplined students in school.*

ملخص : درس هذا البحث عميقا عن المدخل السلوكي في معالجة ظاهرة «اللا انضباط» لدى طلاب المدرسة المتوسطة العامة ديفونيجورو ديفوك سيليمان يوغياكرتا بخلفية فراق الوالدين. ولكشف هذه الظاهرة، استخدم هذا البحث منهج البحث الوصفي الكيفي. وجمعت البيانات عن طريق الملاحظة والمقابلة الشخصية. وحصل الباحث على نتائج البحث، وهي ثمة ثلاث خطوات رئيسية في تطبيق المدخل السلوكي، وهي أولا : التقييم، وهو عملية أولية للكشف عن خلفية سلوك «اللا انضباط» ، ثانيا : إثبات الأهداف، وهو المناقشة مع الطلاب عن الهمجية الذي يواجهها الطلاب إذا مارسوا سلوك «اللا انضباط» . في هذه المرحلة استطاع الباحث مع الطلاب وضع خطة لحل المشاكل. ثالثا : إن تطبيق هذا البحث من البداية، هو إجراء التقييم تجاه الطلاب ثم عقد المشورة، والاسترخاء، والتصميم، التكريم والعقاب، والتقوية، ونفذ الوقت، والواجب المنزلي، وفي الأخير التقويم. بهذا يكون الأسلوب السلوكي أحد المداخل في التوعية والإرشاد لمعالجة عدم قدرة الطالب على التكيف، وهذا الأسلوب ناجح ومناسب لعلاج سلوك اللاانضباط الواقع عند الطلاب في المدرسة.

Keywords: Behavior, indiscipliner, siswa, perceraian.

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan suatu tempat, di mana banyak elemen yang di dalamnya guru dan siswa adalah dua unsur yang sangat berkesinambungan. Dua komponen ini harus dijadikan satu wadah secara utuh agar terciptanya suatu proses *transfer of knowledge*. Dibutuhkan satu sistem yang komprehensif agar tercipta suasana sekolah yang kondusif. Wajar apabila dalam sekolah mempunyai seribu aturan yang dikhususkan agar tercapai kegiatan yang kondusif. Misalnya mengenai kedisiplinan siswa, ada satu peraturan khusus yang berguna sebagai pedoman peraturan. Biasanya aturan tersebut berupa tata tertib sekolah. Apabila siswa tidak menaati peraturan, maka akan terkena sanksi.

Siswa yang melanggar tata tertib disebut siswa tidak disiplin, sedangkan disiplin sendiri mempunyai arti menaati tata tertib, ketaatan pada peraturan.¹ Sedangkan disiplin pada siswa adalah suatu keadaan tertib dan teratur yang dimiliki oleh peserta didik di sekolah, tanpa ada pelanggaran-pelanggaran yang merugikan baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap peserta didik sendiri dan terhadap sekolah secara keseluruhan.²

Perilaku tidak disiplin siswa terbentuk dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor lingkungan, keluarga dan sekolah. Penelitian ini mengkaji secara mendalam terhadap siswa yang tidak disiplin yang dilatar belakangi dari orang tua yang bercerai. Hal ini didasarkan pada kenyataan dengan melihat kondisi siswa yang harus membagi dua fokus pada orang tua mereka sendiri, yang mana layaknya orang tua saling melengkapi untuk kasih sayang seorang ayah maupun ibu, namun mereka hanya mendapatkan kasih sayang dari salah satu orang tua mereka saja, entah itu hanya bapak, maupun ibu saja. Proses ini tentunya sangat menghambat, bahkan mengganggu proses pendidikan yang didapatkan siswa. Dukungan moril maupun materil seharusnya tercurahkan semua, namun mereka hanya mendapatkan satu dukungan saja. Ditambah kegiatan orang tua yang *single parent* harus siap bekerja ekstra, yaitu selain mendidik anak, orang tua juga harus mencari nafkah sendiri untuk mencukupi dia dan anak-anaknya. Hal inilah yang memicu anak, sering terabaikan, bilamana terlalu fokus bekerja, maka akan perhatian untuk anak berkurang.

Perceraian sendiri mempunyai arti putusnya pernikahan. Dalam istilah hukum Islam adalah *thalaq*, artinya melepaskan atau menyinggalkan.³ Kenakalan

¹ M. Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, (Surabaya: Arkola, 1994), 115.

² M. Musrofi, *Melesatkan Prestasi Akademik Siswa, Cara Praktis Meningkatkan Prestasi Akademik Siswa Tanpa Kekerasan Dan Tanpa Harus Menambah Jam Belajar*, (Yogyakarta: PT Pustaka Intan Madani, 2010), 3.

³ Boedi Abdullah and Beni Ahmad Saebani, *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013), 58.

remaja yang disebabkan karena *broken home* maupun *quasi broken home* dapat diatasi dengan cara-cara tertentu. Dalam *broken home* cara mengatasi agar anak tidak menjadi *delinquent* ialah orang tua yang bertanggung jawab memelihara anaknya hendaklah mampu memberikan kasih sayang sepenuhnya sehingga anak tersebut merasa seolah-olah tidak pernah kehilangan ayah dan ibunya. Di samping itu keperluan anak secara jasmaniah (makan, minum, pakaian dan sarana-sarana lainnya) harus dipenuhi pula sebagaimana layaknya sehingga anak tersebut terhindar dari perbuatan yang melawan hukum, misalnya pencurian, penggelapan, penipuan, dan delik-delik lain di luar KUH Pidana, misalnya penyalahgunaan obat-obat terlarang seperti narkotika.⁴

Dampak perceraian yang dikemukakan saudari Isna Nur Khoeriyah dalam skripsi yang berjudul “Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kondisi Mental dan Motivasi Belajar PAI (Studi Kasus 3 Siswa Kelas VIII MTs Wahid Hasyim Yogyakarta)” menemukan bahwa dampak dari bercerai adalah anak menjadi malas, brutal dan melakukan tindakan yang tidak diinginkan.⁵ Oleh sebab itu, perlu ada tindakan penanganan layanan bimbingan dan konseling untuk menangani siswa yang mengalami ketidakdisiplinan karena sebagai korban perceraian orang tua mereka sendiri. Anak yang orang tuanya bercerai otomatis kasih sayangnya berkurang, maka dia terpicu untuk mencari kasih sayang dari kegiatan yang lain, yang tanpa ia sadari itu biasanya mengarah kepada hal-hal yang negatif. Hanya perhatian yang intensif dari orang tua ke anak, agar anak bisa berkembang secara optimal. Tidak mengarah pada kasih sayang yang negatif. Oleh karena itu, perlu adanya penanganan khusus dalam perubahan tingkah laku.

Temuan mengejutkan di Kabupaten Sleman bahwa angka perceraian sangatlah meningkat. Seperti pernyataan Humas Pengadilan Agama Sleman Marwoto dari Republika.co.id, bahwa angka perceraian di Kabupaten Sleman meningkat dari tahun ke tahun, tercatat pada 2014 kasus perceraian yang masuk ke PA Sleman berjumlah 1.389 kejadian. Angka tersebut terdiri dari cerai talak sebanyak 402 dan cerai gugat 987 kasus. Sementara pada 2015 jumlahnya meningkat menjadi 1.509 kasus. Angka tersebut terdiri dari cerai talak 464 dan cerai gugat 1.045 kasus. Sedangkan pada 2016 dari Januari hingga Februari kasus cerai yang masuk berjumlah 170 perkara. Sebanyak 59 merupakan cerai talak,

⁴ Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1995), 126.

⁵ Isna Nur Khoeriyah, “Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kondisi Mental dan Motivasi Belajar PAI (STUDI KASUS 3 SISWA KELAS VIII MTs. WAHID HASYIM YOGYAKARTA)”, (*Skripsi*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, n.d.).

dan sisanya cerai gugat. Marwoto menyampaikan, hal ini tentu mengkhawatirkan kelangsungan rumah tangga.⁶

Ada beberapa siswa yang tidak disiplin atau melanggar, akan tetapi ketidakdisiplinan mereka bukan tanpa sebab, ada yang disebabkan dari diri sendiri, misalnya malas, susah diatur, ada pula faktor dari luar, misalnya latar belakang dari keluarga *broken home* atau orang tua yang bercerai, ada pula orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya dan masih banyak lagi.⁷ Ibu Septian Laili atau yang sering disebut Bu Iin yang statusnya sebagai Guru BK, memaparkan bahwa ada sekitar lima anak yang mengalami Indisipliner atau kurang disiplin dalam menjalani rutinitas kegiatan belajar mengajar. Kelimanya adalah AZ, AR, SP, IP, AF, sering sekali melanggar peraturan kedisiplinan.⁸

Hasil penelitian di atas, menunjukkan bahwa kelima anak ini sering terkena sanksi baik dari guru BK, guru mata pelajaran, bahkan kesiswaan. Sanksi ini bukan tanpa sebab, melainkan ada latar belakang bahwa siswa yang bersangkutan melanggar tata tertib sekolah. Tidak jarang mereka di waktu jam pertama masuk sering telat dengan alasan kesianggan, ada pula yang sering di kantin pada jam pelajaran berlangsung, bahkan ada pula yang merokok di kantin, serta pelanggaran ketertiban lainnya seperti bolos waktu shalat dhuha maupun dzuhur. Ibu Iin mengungkapkan bahwa dari kelima anak tersebut, setiap minggunya pasti mengalami hukuman akibat ketidakdisiplinan yang mereka perbuat.

Temuan lain yang membuat saya terkejut adalah ketika Guru BK (Bu Iin) di sela-sela wawancara mengatakan bahwa mereka yang sering terkena sanksi mempunyai faktor yang dominan, sehingga membuat siswa mempunyai perilaku *maladaptif* dalam sekolah. Adapun salah satu faktor itu adalah hancurnya rumah tangga orang tua mereka, dengan bahasa lain orang tua mereka bercerai. Oleh sebab itu, pihak guru BK selalu memberikan penanganan khusus kepada kelima siswa yang sering mengalami ketidakdisiplinan dalam belajar.

Diantara siswa, sekolah, rumah (orang tua), ketiganya sangatlah berkaitan. Ketika rumah merupakan pembelajaran menerapkan hidup dalam keseharian, sedangkan sekolah merupakan rumah kedua untuk pembelajaran teori, maka diperlukan satu kondisi yang nyaman antara rumah dan sekolah. Hal ini harus terpenuhi agar terwujudnya kenyamanan belajar yang komprehensif. Bila di sekolah diajarkan untuk sekolah, maka seyogyanya pada waktu di rumah, tugas orang tua mengaplikasikan apa yang telah diajarkan di sekolahnya.

⁶ "Duh, "Angka Perceraian di Sleman Meningkat" *Republika Online*, n.d., Diakses tanggal 16 Maret 2016.

⁷ Wawancara dengan guru BK SMP Diponegoro Depok, Agustus 2016.

⁸ Data BK SMP Diponegoro Depok. Diambil tanggal, 27 Agustus 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab tiga pertanyaan yaitu, (1) Bagaimana teknik *assesement* terhadap perilaku indisipliner anak korban perceraian? (2) Bagaimana cara menentukan *goal setting* dalam proses konseling? (3) Bagaimana teknik implementasi konseling terhadap perilaku indisipliner anak korban perceraian?. Dari tiga pertanyaan tersebut, maka penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan teknik behavior dalam menangani perilaku indisipliner anak korban perceraian secara implementatif sehingga diperoleh model konseling yang solutif.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), karena penulis terjun langsung ke lapangan, terlibat dengan masyarakat setempat.⁹ Sedangkan sifat penelitian ini adalah deskriptif-kualitatif, yang mana metode penelitiannya berusaha mengungkap fakta suatu kejadian, objek, aktivitas, proses dan manusia secara “apa adanya” pada waktu sekarang atau jangka waktu yang masih memungkinkan dalam ingatan responden.¹⁰ Maka penulis di sini akan mendiskripsikan keadaan atau gambaran-gambaran fakta-fakta yang terkait tentang kondisi siswa yang tidak disiplin di SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta. Adapun objek tertuju adalah guru BK dalam menangani kasus siswa yang tidak disiplin akibat orang tua mereka yang bercerai. Adapun kelima siswa tersebut saya tulis hanya sebatas inisial yaitu: AZ, AR, SP, IP, AF, agar melindungi privasi masing-masing siswa.

KAJIAN TEORI

Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu media untuk memberikan layanan perbaikan diri. Istilah ini sudah tidak asing bagi kalangan generasi saat ini, alias generasi tahun dua ribuan. Secara eksplisit istilah ini merupakan dua sejoli yang tidak bisa dipisahkan. Arah tujuan bimbingan dan konseling merupakan sejalan dengan tujuan Islam yaitu untuk kemaslahatan.¹¹ Seperti penuturan Aunur Rahim Faqih dalam bukunya Abdul Choliq Dahlan, bahwa

⁹ J. R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Kegunaannya*, (Jakarta: Grasindo, 2010), 9.

¹⁰ Andi Prastowo, *Memahami Metode-Metode Penelitian: Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), 203.

¹¹ Abdul Choliq Dahlan, *Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan Pendekatannya)*, (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009), 1.

bimbingan dan konseling Islami merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.¹²

Teknik Behavior

Behavior merupakan salah satu pendekatan layanan bimbingan dan konseling yang berakar pada berbagai teori belajar. Penerapan prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif.¹³

Penggunaan pendekatan behavior terbukti efektif untuk mengurangi masalah siswa di sekolah. Seperti hasil karya ilmiah skripsi Indah Widuri Amalia yang berjudul “Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Pendekatan Konseling Behavior Teknik Behavior Contract pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 13 Semarang”, yang mengatakan bahwa hasil penggunaan teknik behavior mampu mengurangi perilaku prokrastinasi siswa atau dengan bahasa lain siswa yang sulit mengerjakan sesuatu sesuai batas yang telah ditentukan, atau menunda-nunda pekerjaan mengalami penurunan dari yang sedang menjadi rendah, atau dengan angka sekitar 5%.¹⁴

Pada skripsi lain juga penggunaan teknik behavior sangatlah efektif dalam menangani tiga siswa yang membolos di sekolah, terbukti dengan adanya pemahaman siswa mengenai pentingnya sekolah serta mampu menolak ajakan teman untuk membolos sekolah.¹⁵

Dalam jurnal paradigma, behavioristik merupakan salah satu pendekatan teoritis dan praktis mengenai model perubahan perilaku konseli dalam proses konseling dan psikoterapi. Pendekatan behavioristik yang memiliki ciri khas pada makna belajar, *conditioning* yang dirangkai dengan *reinforcement* menjadi pola efektif dalam mengubah perilaku konseli. Pandangan deterministik behavioristik merupakan elemen yang tidak dapat dihilangkan. Pendekatan behavioristik menekankan pentingnya lingkungan dalam proses pembentukan perilaku. Pendekatan ini bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku salah suai, tidak sekedar mengganti simptom yang dimanifestasikan dalam tingkah laku tertentu. Dengan pendekatan behavior, diharapkan konseli memiliki tingkah laku baru

¹² Abdul Choliq Dahlan, *Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan Pendekatannya)*, 1

¹³ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Eresco, 1988), 196.

¹⁴ Indah Widuri Amalia, “Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Pendekatan Konseling Behavior Teknik Behavior Contract Pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 13 Semarang”, (*Skripsi*, Universitas Negeri Semarang, n.d.).

¹⁵ Wanda Esa Adi Wibowo, “Upaya Mengatasi Perilaku Membolos Sekolah Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Behavior Teknik Kontrak Perilaku (Penanganan Kasus Pada Siswa SMP Negeri 4 Rembang)”, (*Skripsi*, Universitas Negeri Semarang, n.d.).

yang terbentuk melalui proses *conditioning*, hilangnya *simptom* dan mampu merespon terhadap stimulus yang dihadapi tanpa menimbulkan masalah baru.¹⁶

Behavior merupakan salah satu teknik guna merubah tingkah laku yang lebih adaptif.¹⁷ Pendekatan ini dirasa lebih efektif untuk menangani kasus-kasus dalam dunia pendidikan, khususnya *maladaptif*. Berfokus pada modifikasi tingkah laku menjadi ciri yang sangat menonjol dalam teknik behavior. Teknik ini berkembang mulai tahun 1950-an hingga sekarang, teknik behavior masih relevan untuk diterapkan.

Penting untuk diketahui bahwa behavior ini merupakan aspek gerakan memodifikasi tingkah laku pada taraf yang masih bisa didefinisikan secara operasional, diamati dan diukur.¹⁸ Manusia mempunyai potensi positif dan negatif yang bisa jadi terbentuk karena faktor lingkungan sosial budaya.

Adapun ciri behavior dapat dilihat dari :

- a. Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak.
- b. Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*.
- c. Perumusan prosedur *treatment* yang spesifik sesuai dengan masalah.
- d. Penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi.¹⁹

Arah dari behavior dasarnya adalah mengarah pada perolehan tingkah laku baru yang lebih adaptif, sehingga dapat menghapus tingkah laku yang maladaptif.²⁰ Serta tingkah laku dapat diasosiasikan dengan tingkah laku yang nampak, dan berpusat pada *here and now*. Semua tingkah laku dapat dipelajari baik yang adaptif maupun yang maladaptif. Belajar merupakan cara efektif mengubah tingkah laku maladaptif.²¹

Adapun macam-macam teknik behavior antara lain:

- a. Desensititasi sistematis

Ini merupakan salah satu teknik paling luas dalam behavior. Desensititasi sistematis digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif dengan menyertakan pemunculan tingkah laku yang hendak dihapuskan. Hal ini klien diarahkan untuk menampilkan suatu respon yang tidak konsisten dengan kecemasan. Wolpe dalam bukunya Corey membagi prosedur desensitisasi menjadi

¹⁶ Sigit Sanyata, "Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling," *Jurnal Paradigma* Vol. 14 No. VII (Juli, 2012), 10–11.

¹⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 196.

¹⁸ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 197.

¹⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 199.

²⁰ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 200.

²¹ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI Press, 2005), 28.

tiga: *pertama*, analisis tingkah laku atas stimulus-stimulus yang bisa membangkitkan kecemasan dalam suatu wilayah tertentu seperti penolakan, rasa iri. *Kedua*, latihan relaksasi. *Ketiga*, membuat keadaan klien santai dengan mata tertutup.²²

b. Asertif

Klien belajar untuk membedakan tingkah laku agresif, pasif dan asertif. Tujuannya agar klien belajar bertingkah laku asertif.²³

c. Aversi

Teknik ini untuk meredakan gangguan behavior yang spesifik. Agar tingkah laku sesuai yang diinginkan, maka stimulannya adalah berupa hukuman-hukuman.²⁴

d. Skedul penguatan

Memperkuat tingkah laku yang muncul. Setelah perilaku terbentuk, maka penguatan dikurangi.²⁵

e. *Shapping*

Tingkah laku yang dipelajari secara bertahap dengan pendekatan suksesif. Untuk itu konselor membagi secara terinci supaya klien dapat belajar dengan detail dan terinci.²⁶

f. Teknik Relaksasi

Teknik yang digunakan untuk membantu konseli mengurangi ketegangan fisik dan mental dengan latihan pelepasan ototototnya dan pembayangan situasi yang menyenangkan saat pelepasan ototototnya sehingga tercapai kondisi rileks baik fisik dan mentalnya.

g. Teknik *Flooding*

Teknik yang digunakan konselor untuk membantu konseli mengatasi kecemasan dan ketakutan terhadap sesuatu hal dengan cara menghadapkan konseli tersebut dengan situasi yang menimbulkan kecemasan tersebut secara berulang-ulang sehingga berkurang kecemasannya terhadap situasi tersebut.

h. *Reinforcement Technique*

Teknik yang digunakan konselor untuk membantu meningkatkan perilaku yang dikehendaki dengan cara memberikan penguatan terhadap perilaku tersebut.

²² Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 212–220.

²³ Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, 30.

²⁴ Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 219.

²⁵ Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, 30.

²⁶ Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, 30.

- i. *Modelling*
Teknik untuk memfasilitasi perubahan tingkah laku konseli dengan menggunakan model.
- j. *Cognitive Restructuring*
Teknik yang menekankan pengubahan pola pikiran, penalaran, sikap konseli yang tidak rasional menjadi rasional dan logis.
- k. *Self Management*
Teknik yang dirancang untuk membantu konseli mengendalikan dan mengubah perilaku sendiri melalui pantau diri, kendali diri, dan ganjar diri.
- l. *Behavioral Rehearsal*
Teknik penggunaan pengulangan atau latihan dengan tujuan agar konseli belajar keterampilan antar pribadi yang efektif atau perilaku yang layak.
- m. Kontrak
Suatu kesepakatan tertulis atau lisan antara konselor dan konseli sebagai teknik untuk memfasilitasi pencapaian tujuan konseling.
- n. Pekerjaan Rumah
Teknik yang digunakan dengan cara memberikan tugas/aktivitas yang dirancang agar dilakukan konseli antara pertemuan konseling seperti mencoba perilaku baru, meniru perilaku tertentu, atau membaca bahan bacaan yang relevan dengan masalah yang dihadapinya.
- o. *Extinction* (Penghapusan)
Extinction (Penghapusan) adalah menghentikan *reinforcement* pada tingkah laku yang sebelumnya diberi *reinforcement*.
- p. *Punishment* (Hukuman)
Hukuman (*Punishment*) merupakan intervensi *operantconditioning* yang digunakan konselor untuk mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan.
- q. *Timeout*
Timeout merupakan teknik menyisihkan peluang individu untuk mendapatkan penguatan positif.²⁷

Ada beberapa rangkaian behavioristik dalam konseling, ABC (*Antecedent-Behavior-Consequence*). *Antecedent* adalah kejadian-kejadian yang mendahului

²⁷ Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, 30.

behavior, sedangkan *consequence* adalah efek yang mengikuti atau berlangsung setelah behavior.²⁸

Tidak Disiplin

Tidak disiplin merupakan lawan kata dari disiplin, disiplin sendiri didefinisikan oleh Ariesandi adalah proses melatih pikiran dan karakter anak secara bertahap sehingga menjadi seseorang yang memiliki kontrol diri dan berguna bagi masyarakat.²⁹ Adapun cara penegakan disiplin melalui peningkatan motivasi, pendidikan dan latihan, kepemimpinan dan penegakan aturan.³⁰

Adapun indikator kedisiplinan peserta didik adalah sebagai berikut:

- a. Masuk sekolah tepat waktu pada jam yang telah ditentukan oleh peraturan di sekolah.
- b. Mengakhiri kegiatan belajar dan pulang sesuai jadwal yang ditentukan.
- c. Menggunakan kelengkapan seragam sekolah sesuai peraturan.
- d. Menjaga kerapian dan kebersihan pakaian sesuai dengan peraturan sekolah.
- e. Apabila berhalangan hadir ke sekolah (tidak masuk sekolah), maka harus menyertakan surat pemberitahuan ke sekolah.³¹
- f. Mengikuti keseluruhan proses pembelajaran dengan baik dan aktif.
- g. Mengikuti dan melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler yang ditentukan di sekolah.
- h. Mengerjakan tugas yang diberikan guru.
- i. Melaksanakan tugas piket kelas sesuai jadwal yang ditentukan.
- j. Mengatur waktu belajar.³²

Dari indikator di atas, cukup mudah untuk mengkategorikan ketidaksiplinan. Cukup siswa melanggar salah satu dari poin indikator tersebut, maka siswa dapat dikatakan tidak disiplin.

Perceraian

Dalam keluarga pasti menginginkan yang terbaik untuk kehidupan dan kelangsungan mobilitas keluarga. Namun, terkadang ada juga kemungkinan yang itu biasanya di luar dugaan kita, seperti halnya perceraian. Perceraian yang

²⁸ W. S. Wingkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: Gramedia, 1997), 399.

²⁹ Ariesandi, *Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia, Tips dan Terpuji Melejitkan Potensi Optimal Anak*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008), 230–231.

³⁰ M. Furqon Hidayatullah, *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*, (Surakarta: Yuma Pressindo, 2010), 45–49.

³¹ Agus Wibowo, *Pendidikan Karakter, Strategi Membangun Karakter Bangsa Berperadaban*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), 85–86.

³² Sulistyorini, *Menejemen Pendidikan Islam Konsep, Strategi dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Teras, 2009), 109.

mengandung arti putusnya sebuah tali pernikahan. Dalam istilah hukum Islam disebut *thalaq*, artinya melepaskan atau meninggalkan.³³

Sangat bisa dipastikan apabila anak yang seharusnya perlu pendampingan dari kedua orang tua, namun hal itu terbelah menjadi hanya satu orang tua, akan menjadikan dampak tersendiri bagi kondisi anak. Sedangkan umumnya seorang anak ada kedua orang tuanya.

Perceraian sendiri mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan jiwa dan pendidikan anak, terutama anak usia sekolah dasar dan remaja. Diantaranya dapat menyebabkan anak bersikap pendiam dan rendah diri, nakal yang berlebihan, prestasi belajar rendah dan merasa kehilangan. Pada umumnya anak-anak yang keluarganya bercerai ikut bersama ibunya, dan semua biaya hidupnya yang seharusnya menjadi tanggung jawab bapak tetapi menjadi tanggung jawab si ibu.³⁴

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Teknik Behavior dalam Menangani Siswa Indisipliner

Assessment

Masalah yang dihadapi siswa adalah siswa tidak disiplin dalam kegiatan sehari-hari di sekolah. Dimulai sering datang terlambat, meninggalkan pelajaran tanpa izin dengan pergi ke kantin sekolah, terlebih setelah ke kantin mereka merokok. Ketidaksiplinan yang ditunjukkan lagi seperti sering mengeluarkan baju dan tidak shalat dhuha.

Setelah dilakukan konseling, terdapat temuan bahwa siswa melakukan semua itu karena faktor kejenuhan dari rumah. Latar belakang siswa yang orang tuanya bercerai, sehingga siswa hanya *single parent* yaitu diasuh oleh ibu, sedangkan ibu bekerja untuk memenuhi kehidupan sehari-hari.

Dengan kegiatan si ibu yang bekerja *full time* membuat kondisi fisik sang ibu menjadi lelah, ketika sang ibu lelah dan si anak melakukan kesalahan sedikit saja, maka membuat si ibu cepat marah, melampiaskan kekesalannya baik dengan kata-kata keras, maupun fisik.

Hal ini yang dirasakan anak di rumah tidak nyaman. Ketika di rumah tidak nyaman hanya dengan luapan kemarahan dan ditambah kegiatan sekolah yang sangat kompleks, maka anak menjadi jenuh.

³³ Abdullah and Saebani, *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim*, 58.

³⁴ M. Yusuf MY, "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak," *Jurnal Al-Bayan* Vol. 20 No. 29 (Juni 2014).

Pemaparan anak ketika ketahuan merokok, pernyataan yang sangat mencengangkan adalah merokok merupakan luapan kejenuhan dalam hidupnya. Secara eksplisit si anak hanya ingin diperhatikan lebih mendalam. Lebih-lebih rasa kasih sayang orang tua kepada anak.

Perlu digaris bawahi bahwa hubungan anak dengan ibu secara material finansial sangatlah tercukupi untuk sang anak.

Goal Setting

Proses selanjutnya penyusunan tujuan konseling, dimulai dari mendiskusikan konsekuensi sang anak bila masih terus tidak disiplin maka akan membuat anak semakin terpuruk dalam pembelajaran. Selanjutnya mulai menyadarkan anak bahwa perilaku yang dilakukan itu adalah perilaku maladaptif, dan hal yang diinginkan anak sebenarnya apa.

Menggali hambatan-hambatan anak mengenai perilaku maladaptif dengan koordinasi dengan orang tua. Selanjutnya membuat *planning* dalam menanggulangi ketidaksiplinanannya, dimulai dari hal-hal yang terkecil seperti datang tepat waktu, belajar fokus di kelas dan lain-lain.

Technique Implementation

Ketika *assesment* sudah dilakukan, setelah itu *goal setting*, maka tahap selanjutnya adalah teknik implementasi. Implementasi teknik yang pertama adalah adalah behavior kontrak, semacam kesepakatan tertulis antar konselor dan klien, agar siap menjalani proses konseling sampai terapi behavior. Dalam bentuk hitam di atas putih, yang berguna bagi klien apabila di luar hal diinginkan bisa teratasi, ditambah untuk selalu mengingat ada pegangan baik guru BK maupun klien fokus pada permasalahan. Kontrak ini dimaksudkan bila mana ada *reward* dan *punishment* bisa berjalan tanpa ada paksaan, melainkan sesuai kesepakatan kontrak. Tidak hanya itu bila konseling melanggar ada tindakan yang mengekang. Perlunya kontrak karena proses tidak sesekali saja, namun dibutuhkan satu bulan bahkan lebih untuk melihat perubahan perilaku.

Penggunaan teknik dimulai dari membuat anak serileks mungkin. Dari mulai disuruh menghela nafas, dilanjutkan mengeluarkan nafas, ditambah disuruh memejamkan mata dengan posisi duduk yang sangat nyaman, dengan menginstruksikan membayangkan apa yang dirasakan klien, dan membayangkan klien mendapatkan sesuatu yang menarik baginya.

Selanjutnya *modelling*. Penggunaan teknik *modeling* ini diwujudkan dengan memberikan model keteladanan akhlak Rasulullah (Nabi Muhammad) dan kedisiplinan dan kegigihan Rasulullah. Kenapa menggunakan model Rasulullah atau Nabi Muhammad karena dirasa sesuai dengan sendi-sendi Islam. Rasulullah juga mempunyai perilaku yang sangat sempurna dalam hal sifat kebaikan. Dari

mulai menghargai waktu dan cara berpakaian, bertutur kata dan bersikap. Serta konsep ini sejalan dengan pahala dan dosa, serta surga dan neraka. Dimulai dengan penugasan kepada anak dengan membaca buku tentang kepribadian akhlak Rasulullah, setelah selesai membaca, anak disuruh menuliskan poin penting yang didapat setelah ia membaca. Hal ini dimaksudkan selain mengubah tingkah laku, anak juga bisa latihan membaca, serta memahami isi dari buku.

Reward apabila konseli dapat menjalankan tugasnya, berupa sanksi penghapusan point pelanggaran siswa sebesar 2 point dan penghapusan hukuman tidak shalat sunnah 2 rakaat. Sedangkan *punishment* berupa point pelanggaran sebanyak 5 point, shalat sunnah 8 rakaat dan hafalan surat-surat pendek Juz Amma. Bahkan akan ada *reward* berupa membelikan makanan di kantin (di traktir). Tujuan dari *reward* berupa shalat dan hafalan Juz Amma adalah meletakkan sendi-sendi nafas Islami dan melatih pribadi siswa untuk giat mengerjakan kewajibannya sebagai seorang muslim yang taat.

Alur dari *modeling* dimulai dari memaparkan dari sebuah cerita tentang perilaku Rasulullah, yang selalu menjalankan shalat tepat waktu. Contoh itu di kontekstkan dengan kegiatan berangkat sekolah harus tepat waktu bahkan datang lebih awal.

Modelling tahap kedua dengan memberikan video/film tentang perjuangan Rasulullah ketika kecil, video ini diambil dari laman media sosial yaitu youtube. Asumsinya mampu belajar dari keteladanan Rasulullah ketika masih kecil. Hal ini dirasa sangat tepat, karena masa kecil Rasulullah mampu mandiri meskipun tanpa kedua orang tua. Berarti mendorong siswa agar tidak kecil hati, dengan analogi Rasulullah dengan atau tanpa orang tua saja bisa sukses, seharusnya siswa juga bisa seperti Rasulullah. Adapun mekanismenya adalah ketika anak sudah diperlihatkan film yang terkait tentang keteladanan Rasulullah, maka klien juga mencatat pesan apa atau inti dari film yang dilihat, dengan begitu anak tidak hanya melihat namun merekam hasil yang ia lihat dengan tulisan.

Setelah langkah *modelling* diperlihatkan, maka siswa akan dilihat dari kegiatan berangkat sekolah pagi, apakah masih sering terlambat atau tidak. Sekali lagi pemantauannya menggunakan *form table* jam ketepatan waktu, setiap datang ke sekolah dicatat waktunya.

Tidak perlu berlebihan, cukup memberikan sebuah *form table* kebaikan, yang indikatornya terkait pelanggaran yang pernah dilakukan namun tidak dilakukan lagi. Apabila siswa mampu menjalankan tugas dan tidak melanggar, maka akan diberi hadiah, berupa pengurangan hukuman. Dengan kata lain siswa mencatat kebaikan yang telah dilakukan.

Tabel 1. Contoh Tabel Kebaikan

No.	Indikator	Ya	Tidak
1.	Hari ini tidak terlambat	✓	
2.	Shalat dhuha	✓	
3.	Shalat dzuhur	✓	

Kedua dengan hukuman, hal ini sejalan dengan *reward* dan *punishment* di *modelling*, bila disiplin mendapat *reward*, maka bila melanggar mendapat *punishment*. Hal ini digunakan agar ada konsekuensi dalam setiap perbuatan. Adapun hukuman hampir sama metode *punishment*nya adalah hafalan surat pendek dan melakukan shalat sunnah. Serta ditambah akan membayar uang seribu rupiah bila melanggar tiga kali berturut-turut. Hal ini dimaksudkan, agar uang yang didapat sebagai hukuman nantinya bila mendapat *reward* bisa digunakan.

Teknik ini akan dibuatkan tabel khusus untuk melihat indikator keberhasilan, dan dicatat secara terus menerus. Sebenarnya penekanan lebih banyak dengan *modelling* akhlak Rasulullah, agar siswa selain meneladani akhlak, juga dapat mencontoh spiritual Islam lebih mendalam.

Teknik selanjutnya adalah teknik pekerjaan rumah, hal ini dimaksudkan agar siswa mempunyai kegiatan yaitu belajar di rumah, sehingga konseli mempunyai kesibukan belajar dan tidak dialihkan kepada kegiatan negatifnya, seperti merokok dan nongkrong dengan teman-temannya di malam hari. Tentunya teknik ini melalui *home visit* terlebih dahulu, agar mengetahui seluk beluk kondisi orang tua sekarang, juga pemberitahuan terhadap orang tua terhadap hal apa saja yang akan dilakukan kedepan dalam proses perubahan tingkah laku.

Indikatornya sederhana, setiap hari siswa mencatat hal apa saja yang dibaca meskipun sedikit, waktu yang ditentukan belajar di rumah satu minggu pertama cukup 15 menit perhari. Harapan dengan membaca dan menulisnya, maka siswa mempunyai kesibukan belajarnya. Selain itu setiap hari ada dua surat pendek yang dihafalkan. Hal mengapa menggunakan hanya 15 menit, karena ekspektasinya mengarah kepada konsistensi belajar, bila 15 menit perhari berhasil, maka ditingkatkan menjadi 30 menit perhari belajarnya, namun bila kondisi masih belum menunjukkan progres, maka minggu berikutnya masih tetap 15 menit sampai dia bisa konsisten. Namun bila sehari tidak belajar atau menulis hasil belajarnya, maka akan terkena sanksi shalat sunnah 8 rakaat.

Reinsforment dalam teknik ini adalah bila mana klien sukses menjalankan tugasnya, maka akan mendapatkan bintang satu, bintang ini nantinya bisa untuk

menambah nilai mata pelajaran akhlak. Selain itu pula penguatan akan diberikan dalam bentuk pujian seperti “kamu bisa, kamu hebat, kamu baik”. Terlebih dalam setiap kegiatan jika klien berhasil menjalankan, maka akan mendapatkan buku dan bolpoin bila mencapai waktu satu minggu.

Time-out dalam teknik ini akan dilakukan apabila konseli membolos sekolah di jam pelajaran, gambarannya jika siswa ketahuan membolos pada jam pelajaran efektif, maka konsekuensinya adalah membersihkan kamar mandi, dan itu dilakukan hingga perilakunya membolos dapat berhenti.

Di sesi terakhir akan ada *Evaluation-Termination*. Hal ini bertujuan agar perkembangan perilaku klien dapat direview. Dengan begitu perilaku yang telah ditunjukkan dapat dipantau secara berkala setiap seminggu sekali. Pilihan rencana kedua melakukan teknik pembanjiran, di mana klien apabila membolos akan diberikan hak sepuasnya agar membolos. Hal ini ditujukan membuat klien bosan. Selanjutnya guna menanggulangi perilaku merokok, klien diajak di satu ruangan untuk merokok dengan menyediakan beberapa puluh batang rokok dan nantinya klien disuruh merokok sebanyak mungkin hingga klien merasa jenuh terhadap rokok.

Evaluasi ini dilakukan tentunya memudahkan pemantauan dan sentralisasi dalam penanganan untuk *follow up* lebih dalam. Tabel yang telah disepakati di atas dengan indikator perilaku yang positif, tentunya membuat arah tujuan tentang penghapusan perilaku maladaptif lebih terlihat. Bila masih belum menunjukkan hasil yang signifikan, bisa dikonsultasikan ke psikolog anak atau alih tangan kasus kepada yang lebih detail.

PENUTUP

Behavior merupakan salah satu pendekatan bimbingan dan konseling yang berpusat pada tingkah laku. Tidak disiplin merupakan salah satu perilaku maladaptif yang ada di sekolah. Perilaku siswa yang tidak disiplin perlu diubah menjadi perilaku disiplin yang lebih adaptif.

Dari proses awal membuat kontrak hingga evaluasi, kecenderungan pola perubahan tingkah laku masih sangat dinamis, hal ini terlihat ketika dua minggu dari kontak behavior, siswa masih mencuri kesempatan untuk merokok bahkan masih menunjukkan perilaku membolos. Hal ini diakui guru BK, bahwa teknik behavior apabila diterapkan bagi siswa yang terbiasa tidak disiplin, maka akan membuat anak seperti dikekang dalam satu wadah peraturan. Namun apabila tidak ada pengeangan, kondisi anak bisa semakin terpuruk dalam ketidakdisiplinan.

Teknik behavior ini mampu menekan ketidakdisiplinan anak dengan ditunjukkannya anak mampu mengikuti shalat berjamaah dan tidak datang

terlambat. Hal ini karena orang tua juga ikut membantu dalam mengkondisikan anak sebelum berangkat sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Boedi, and Beni Ahmad Saebani, *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim*, Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013.
- Al Barry, M. Dahlan, *Kamus Ilmiah Populer*, Surabaya: Arkola, 1994.
- Amalia, Indah Widuri, "Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Pendekatan Konseling Behavior Teknik Behavior Contract Pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 13 Semarang", *Skripsi*, Universitas Negeri Semarang, n.d.
- Ariesandi, *Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia, Tips dan Terpuji Melejitkan Potensi Optimal Anak*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008.
- Corey, Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Eresco, 1988.
- Dahlan, Abdul Choliq, *Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan Pendekatannya)*, Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- "Duh, Angka Perceraian Di Sleman Meningkat", *Republika Online*, n.d. Diakses 16 Maret 2016.
- Hidayatullah, M. Furqon, *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*, Surakarta: Yuma Pressindo, 2010.
- Khoeriyah, Isna Nur, "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kondisi Mental Dan Motivasi Belajar PAI (STUDI KASUS 3 SISWA KELAS VIII Mts WAHID HASYIM YOGYAKARTA)", *Skripsi*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, n.d.
- Lesmana, Jeanette Murad, *Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta: UI Press, 2005.
- Musrofi, M. *Melesatkan Prestasi Akademik Siswa, Cara Praktis Meningkatkan Prestasi Akademik Siswa Tanpa Kekerasan Dan Tanpa Harus Menambah Jam Belajar*, Yogyakarta: PT Pustaka Intan Madani, 2010.
- MY, M. Yusuf, "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak", *Jurnal Al-Bayan* Vol. 20, No. 29 (Juni 2014).
- Prastowo, Andi, *Memahami Metode-Metode Penelitian: Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011.

- Raco, J. R, *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Kegunaannya*, Jakarta: Grasindo, 2010.
- Sanyata, Sigit, "Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling", *Jurnal Paradigma* Vol. 14, No. VII (Juli 2012).
- Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 1995.
- Sulistiyorini, *Menejemen Pendidikan Islam Konsep, Strategi dan Aplikasi*, Yogyakarta: Teras, 2009.
- Wibowo, Agus, *Pendidikan Karakter, Strategi Membangun Karakter Bangsa Berperadapan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Wibowo, Wanda Esa Adi, "Upaya Mengatasi Perilaku Membolos Sekolah Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Behavior Teknik Kontrak Perilaku (Penanganan Kasus Pada Siswa SMP Negeri 4 Rembang)", *Skripsi*, Universitas Negeri Semarang, n.d.
- Wingkel, W. S, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Jakarta: Gramedia, 1997.