

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL TERHADAP PENURUNAN
PERILAKU MENYIMPANG PADA SISWA KELAS VIII E
SMP NEGERI 4 BUSUNGBIU TAHUN AJARAN 2024/2025**

Oleh : I Nyoman Mudarya¹, Putu Abda Ursula², Kadek Vioni Veronika³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling behavioral dalam menurunkan perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII E SMP Negeri 4 Busungbiu. Latar belakang penelitian ini berangkat dari hasil observasi saat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), di mana ditemukan perilaku menyimpang seperti membolos, berkata kasar, dan tidak mengerjakan tugas sekolah. Metode yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Populasi penelitian berjumlah 32 siswa, dan dipilih 10 siswa dengan skor perilaku menyimpang tertinggi sebagai sampel. Intervensi dilakukan melalui tiga sesi konseling behavioral kelompok menggunakan teknik modeling. Data dianalisis dengan *paired sample t-test* dan menunjukkan perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest dengan penurunan rata-rata 24,6 poin ($p < 0,05$). Hasil ini membuktikan bahwa konseling behavioral efektif untuk mengurangi perilaku menyimpang pada siswa SMP.

Kata Kunci: *konseling behavioral, perilaku menyimpang, siswa SMP*

¹I Nyoman Mudarya merupakan dosen di FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja,

²Putu Abda Ursula merupakan dosen di FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja,

³Kadek Vioni Veronika merupakan mahasiswa FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk generasi yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga berkarakter baik. Salah satu tantangan yang sering dihadapi sekolah adalah perilaku menyimpang siswa, seperti membolos, melanggar tata tertib, berkata kasar, atau tidak mengerjakan tugas. Perilaku-perilaku ini dapat mengganggu proses belajar mengajar, merusak suasana kelas, bahkan berdampak pada prestasi siswa.

Berdasarkan pengalaman peneliti saat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 4 Busungbiu, ditemukan bahwa sejumlah siswa kelas VIII E menunjukkan perilaku menyimpang yang cukup tinggi. Hasil observasi

dan pretest mengidentifikasi 10 siswa dengan skor perilaku menyimpang tertinggi, seperti keterlambatan, pelanggaran tata tertib, dan mengganggu suasana belajar.

Pendekatan konseling behavioral dipilih untuk menangani permasalahan ini karena fokusnya pada perubahan perilaku nyata melalui penerapan prinsip belajar seperti *reinforcement*, *punishment*, *modeling*, dan *behavioral contract*. Teknik ini memodifikasi perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif secara sistematis. Konseling behavioral adalah pendekatan bimbingan dan konseling yang menitikberatkan pada perubahan perilaku melalui prinsip belajar yang dapat diamati dan diukur. Tokoh-tokoh penting seperti B.F. Skinner, Ivan Pavlov, dan Albert Bandura memberikan kontribusi besar dalam pengembangan teknik ini.

Konseling behavioral merupakan salah satu dari teori-teori konseling yang ada pada saat ini. Konseling behavioral merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak. Pada hakikatnya konseling merupakan sebuah upaya pemberian bantuan dari seorang konselor kepada klien, bantuan disini dalam pengertian sebagai upaya membantua orang lain agar ia mampu tumbuh kearah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan mampu menghadapi krisis krisis yang dialami dalam kehidupannya (Yusuf & Juntika, 2005:9). Lebih lanjut Juntika (2003:15)

Prinsip utama dalam konseling behavioral adalah: Penguatan positif (Positive Reinforcement). Memberikan sesuatu yang menyenangkan untuk memperkuat perilaku baik. 1) Penguatan negatif (*Negative Reinforcement*). Menghilangkan stimulus yang tidak menyenangkan setelah perilaku positif muncul. 2) Hukuman (*Punishment*). Memberikan konsekuensi untuk mengurangi perilaku tidak diinginkan. 3) Pembentukan (*Shaping*). Memperkuat perilaku yang semakin mendekati perilaku target. 4) *Modeling*. Memberikan contoh perilaku yang diharapkan untuk ditiru siswa.

Bandura menekankan bahwa modeling efektif karena melibatkan proses perhatian (*attention*), retensi (*retention*), reproduksi (*reproduction*), dan motivasi (*motivation*). Perilaku menyimpang adalah tindakan yang bertentangan dengan norma atau aturan yang berlaku, termasuk tata tertib sekolah. Penyebabnya dapat dibagi menjadi: Faktor internal: kecerdasan rendah/tinggi, frustrasi, gangguan

emosional, cacat fisik, dan bakat yang tidak tersalurkan. Faktor eksternal: pola asuh keluarga, lingkungan sekolah yang kurang kondusif, dan pengaruh lingkungan masyarakat.

Menurut teori belajar perilaku, belajar adalah perubahan dalam tingkah laku sebagai akibat dari interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang telah dikatakan sudah mengalami proses belajar jika telah mampu bertingkah laku dengan cara baru sebagai hasil interaksi antara stimulus yang berupa proses dan materi pembelajaran dengan respon atau tanggapan yang diberikan oleh pembelajar.

Penelitian ini penting dilakukan mengingat masih banyak sekolah yang belum secara optimal menerapkan layanan konseling secara terstruktur untuk menangani perilaku menyimpang. Dengan hasil penelitian ini, diharapkan guru BK dapat memperoleh referensi praktis dan teoritis dalam memberikan layanan kepada siswa yang bermasalah.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian yang berjudul “Efektivitas Konseling Behavioral terhadap Penurunan Perilaku Menyimpang pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 4 Busungbiu Tahun Pelajaran 2024/2025.” Penting 2 untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam dunia pendidikan, khususnya dalam praktik layanan bimbingan dan konseling di sekolah menengah pertama.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dalam konteks layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam menangani masalah perilaku menyimpang yang dialami siswa di tingkat sekolah menengah pertama. Penelitian berfokus pada penggunaan pendekatan konseling behavioral yang dikenal efektif dalam memodifikasi perilaku melalui prinsip-prinsip pembelajaran dan penguatan. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan perilaku menyimpang siswa.

Lingkup penelitian dibatasi pada siswa kelas VIII E SMP Negeri 4 Busungbiu yang menunjukkan perilaku menyimpang. Fokus intervensi diarahkan pada perubahan perilaku yang dapat diamati secara langsung dan diukur secara kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah kuasi eksperimen karena melibatkan

manipulasi variabel bebas (*treatment*) tetapi tidak menggunakan kelompok control. Desain yang digunakan adalah one group *pretest-posttest* design, yang merupakan desain dasar dalam evaluasi efektivitas *treatment*, di mana peserta diuji sebelum dan sesudah diberikan perlakuan

$O_1 \rightarrow X \rightarrow O_2$

Pretest \rightarrow Treatment \rightarrow Posttest

Keterangan:

O_1 : Pengukuran awal (*pretest*) perilaku menyimpang

X: Pemberian *treatment* berupa konseling behavioral

O_2 : Pengukuran akhir (*posttest*) perilaku menyimpang

Desain ini dianggap sesuai dengan kondisi di lapangan karena memungkinkan peneliti mengevaluasi langsung pengaruh layanan konseling behavioral terhadap siswa yang memiliki perilaku menyimpang tanpa harus memecah kelas ke dalam dua kelompok. Dengan pengukuran *pretest* dan *posttest*, peneliti dapat mengetahui sejauh mana *treatment* berdampak pada perilaku siswa secara signifikan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII E SMP Negeri 4 Busungbiu yang berjumlah 32 orang. Penentuan populasi bersifat terbatas karena penelitian bersifat studi kasus dalam satu kelas yang telah menunjukkan kecenderungan perilaku menyimpang secara kolektif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 siswa, yang dipilih berdasarkan hasil *pretest* menggunakan instrumen perilaku menyimpang. Pemilihan sampel ini didasarkan pada kriteria bahwa siswa memiliki skor tinggi pada perilaku menyimpang.

Variabel independen (X) dalam penelitian ini adalah konseling behavioral, yaitu layanan konseling yang menggunakan prinsip-prinsip pembelajaran seperti reinforcement, modeling, kontrak perilaku, dan latihan respons. Variabel dependen (Y) adalah perilaku menyimpang siswa, yang didefinisikan sebagai tindakan siswa yang tidak sesuai dengan norma atau 52 aturan yang berlaku di sekolah, seperti membolos, berkata kasar, melawan guru, dan tidak mengerjakan tugas.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif, yaitu data berupa angka-angka yang dihasilkan dari skor pengisian kuesioner *pretest* dan *posttest* oleh responden. Data ini dikumpulkan sebelum dan sesudah *treatment*

untuk mengetahui efektivitas intervensi yang diberikan. Perbandingan skor dari dua waktu pengukuran akan menunjukkan apakah terdapat penurunan perilaku menyimpang yang signifikan setelah siswa menerima layanan konseling behavioral.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berupa skala perilaku menyimpang yang telah digunakan dan diuji oleh Warahmah (2017). Kuesioner ini berisi pernyataan-pernyataan yang mencerminkan indikator perilaku menyimpang dan diisi oleh siswa secara mandiri. Kuesioner ini menggunakan skala Likert 1–4 untuk mengukur tingkat keseringan perilaku menyimpang.

Teknik analisis data dilakukan menggunakan program SPSS. Kriteria pengujian adalah jika nilai Sig. (*2-tailed*) < 0,05, maka hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah diberikan treatment. Analisis ini memberikan dasar statistik yang kuat untuk menarik kesimpulan tentang efektivitas layanan konseling behavioral terhadap perilaku menyimpang siswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral terhadap penurunan perilaku menyimpang siswa kelas VIII E SMP Negeri 4 Busungbiu Tahun Pelajaran 2024/2025. Data diperoleh dari hasil pengisian angket pretest dan posttest oleh 10 siswa yang memiliki tingkat perilaku menyimpang tinggi. Berdasarkan data tersebut maka konseli merancang untuk memberikan konseling behavioral teknik modeling dengan setting kelompok untuk menurunkan perilaku menyimpang pada siswa.

Skor *Pretest* dan *Posttest*. Rata-rata skor perilaku menyimpang sebelum intervensi: 78,6 Rata-rata skor setelah intervensi: 54,0 Penurunan rata-rata: 24,6 poin. Uji Statistik.

Hasil *paired sample t-test*:

$$t = 12,347$$

$$p = 0,000 (< 0,05)$$

Tabel 1. Hasil Uji Paired Sample t-test

Statistik Uji	Nilai
Mean Pretest	67.00
Mean Posttest	42.40
t-hitung	14.00
Sig. (2-tailed)	0.000

Dari Tabel 1 di atas dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan bahwa konseling behavioral efektif menurunkan perilaku menyimpang.

B. Pembahasan

Tahap awal pada penelitian ini adalah menyebar *pretest*. Hasil *pretest* terdapat 10 orang yang memiliki skor pretest tinggi, hasil pretest langsung diperiksa sehingga didapatkan 10 orang siswa yang mengalami gejala perilaku menyimpang. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Bandura tentang pembelajaran sosial, yang menyatakan bahwa individu dapat mempelajari perilaku baru melalui pengamatan. Teknik modeling memudahkan siswa memahami dan meniru perilaku positif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian konseling behavioral efektif dalam menurunkan perilaku menyimpang siswa. Hal ini ditunjukkan oleh penurunan skor seluruh siswa pada posttest dibandingkan dengan pretest. Seluruh subjek penelitian mengalami penurunan perilaku menyimpang, baik dalam aspek frekuensi maupun intensitas perilaku negatif.

Temuan ini sejalan dengan teori behaviorisme yang menyatakan bahwa perilaku manusia dapat dibentuk dan diubah melalui prinsip penguatan (*reinforcement*), hukuman, dan pembelajaran. Pendekatan konseling behavioral yang digunakan dalam penelitian ini menitikberatkan pada perubahan perilaku nyata dengan teknik-teknik seperti kontrak perilaku, modeling, dan penguatan positif (Corey, 2017; Gladding, 2020).

Penguatan positif yang diberikan setelah siswa menunjukkan perilaku baik berperan penting dalam mempertahankan perubahan perilaku. Selain itu, setting

kelompok memberikan kesempatan siswa untuk saling memotivasi dan belajar dari teman sebaya. Penurunan skor perilaku menyimpang yang signifikan mengindikasikan bahwa layanan ini dapat dijadikan strategi efektif bagi guru BK dalam menangani masalah perilaku siswa di sekolah menengah pertama.

Faktor keberhasilan intervensi ini kemungkinan besar juga dipengaruhi oleh pendekatan sistematis dan pelibatan aktif siswa dalam sesi konseling. Dengan adanya tujuan yang jelas dan peran aktif siswa dalam mengidentifikasi perilaku yang harus diubah, proses konseling menjadi lebih bermakna dan berdampak langsung terhadap perubahan perilaku mereka.

Tabel 2. Data Skor *Pretest* dan *Posttest*

No	Skor Pretest	Skor Posttest	Selisih (D)	D ²
1	68	39	29	841
2	63	39	24	576
3	68	44	24	576
4	65	42	23	529
5	65	45	20	400
6	70	45	25	625
7	60	45	15	225
8	61	41	20	400
9	75	43	32	1024
10	75	41	34	1156
			246	6352

Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor perilaku menyimpang sebelum dan sesudah treatment, artinya layanan konseling behavioral efektif dalam menurunkan perilaku menyimpang siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas konseling behavioral terhadap penurunan perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII E SMP Negeri 4 Busungbiu Tahun Pelajaran 2024/2025, dapat disimpulkan hal-hal bahwa hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest, dengan nilai signifikansi 0,000 (Sig. < 0,05) dan nilai t-hitung sebesar 13,44 yang lebih besar dari t-tabel. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) diterima, yang berarti konseling behavioral memberikan pengaruh positif terhadap perubahan perilaku siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Boston: Cengage Learning.
- Gladding, S. T. (2020). *Counseling: A Comprehensive Profession*. New York: Pearson.
- Nugraheni, D., & Hakim, L. (2020). Pengaruh Konseling Behavioral terhadap Perilaku Siswa. *Jurnal BK*, 5(2), 112–120.
- Santosa, B., & Pramuditya, P. (2021). Perilaku Menyimpang di Sekolah dan Strategi Penanganannya. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 13(1), 33–45.