

TERAPI BEHAVIOUR DALAM MEMBANTU SISWA MENINGKATKAN KEBIASAAN BELAJAR

”Studi Kasus Pada Siswa X Yang Kecanduan Jaran Kepang di
kelas IX SMP Negeri 1 Gedeg”

Dr. Ali Maksum, M.Ag. M. Si¹

Nur Machmullah

Abstrak

Terapi behaviour adalah Teori yang dimana konseling membantu untuk merubah perilaku yang negatif dan menyimpang pada klien dan bisa memecahkan masalahnya. Penelitian ini dilakukan untuk membantu siswa yang memiliki kebiasaan belajar menurun akibat Kecanduan jaran keping dan peneliti menggunakan Terapi behaviour dalam mengatasi masalah ini. Dalam penelitian ini, masalah yang diteliti adalah bagaimana terapi behaviour dalam membantu siswa untuk meningkatkan kebiasaan belajar di SMP Negeri 1 Gedeg dan faktor-faktor penghambat dan pendukung proses terapi pada (Siswa X) yang kecanduan jaran keping. Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui terapi behaviour dalam membantu siswa meningkatkan kebiasaan belajar dan mengetahui tentang faktor-faktor penghambat dan pendukung pada siswa X di SMP Negeri 1 Gedeg. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dan dilakukan dengan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Keyword : Terapi Behavior, Peningkatan Belajar.

PENDAHULUAN

Kesenian jaran keping adalah warisan budaya jawa. Jaran keping atau kuda lumping atau disebut dengan nama ”Jathilan” meskipun dengan nama berbeda namun atribut yang digunakan

¹ Dosen Jurusan Kependidikan Islam UIN Sunan Ampel Surabaya

pakaian, gamelan, serta yang khas kuda-kudaan yang terbuat dari anyaman bambu yang ditungguai oleh penari-nari jaran kepang tersebut. Kegiatan ini berdampak negatif bagi anak didik serta dengan maraknya hiburan jaran kepang adalah sebagai berikut: *Pertama*, Anak didik atau siswa mengabaikan tugas dan tanggung jawabnya untuk belajar, mengerjakan tugas karena biasanya melihat pertunjukan jaran kepang dimulai sekitar jam 19.00 Sampai 02.00 dini hari. *Kedua*, Kondisi fisik yang kurang fit akibat begadang mengakibatkan menurunnya semangat siswa untuk mengikuti rutinitasnya untuk belajar mengajar disekolah bahkan tak jarang anak yang bolos sekolah. *Ketiga*, Kondisi fisik yang kurang fit juga berpengaruh terhadap konsentrasi dan kemampuan siswa untuk menyerap pelajaran dikelas.

Fenomena yang terjadi pada siswa ini adalah semata-mata atas perilaku mereka sendiri yang lepas dari latar belakang atau pengaruh dari lingkungan yang menyebabkan dia berubah dalam berperilaku dan memiliki prestasi akademik kurang.² Perubahan ini terjadi melalui rangsangan (stimulans) yang menimbulkan hubungan perilaku reaktif (respon) berdasarkan hukum-hukum mekanistik. Stimulans tidak lain adalah lingkungan belajar anak, baik yang internal maupun eksternal yang menjadi penyebab belajar terhambat. Sedangkan respons adalah akibat atau dampak, berupa reaksi fisik terhadap stimulans.

Tindakan yang dilakukan konseling pada siswa yang kecanduan hiburan ini dengan menggunakan Terapi Behavior (Behaviourisme)³ untuk merubah perilaku siswa X yang awalnya memiliki prestasi baik, namun dengan adanya hiburan tersebut prestasi siswa menjadi menurun dan tidak bisa berperilaku dewasa, tidak bisa bertanggung jawab sebagai pelajar. Perubahan perilaku ini harus diusahakan melalui suatu proses belajar (learning) atau

² Abdul Wahab, *Psikologi Pendidikan* (PT Rnika Cipta: Jakarta 2003), 138.

³ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam* (UIN Malang: Press) 67.

belajar kembali (relearning), selama proses konseling. Oleh karena itu, proses konseling dipandang sebagai proses pendidikan dengan usaha membantu dan kesediaan dibantu untuk belajar. Selanjutnya terapi ini berfokus pada perilaku klien yang tampak dan spesifik. Dalam konseling, tingkah laku diidentifikasi dengan cermat dan tujuan-tujuan konseling diuraikan dengan spesifik.⁴

Berpijak dari latar belakang yang telah penulis kemukakan di atas maka pada perumusan masalah ini akan di kemukakan dalam bentuk pertanyaan mendasar yang akan dicari jawabannya dalam penelitian nanti. Adapun rumusan masalah tersebut adalah: Bagaimana Terapi Behaviour dalam membantu siswa meningkatkan Kebiasaan Belajar siswa X yang kecanduan Jaran Kepang di Kelas IX SMP Negeri 1 Gedeg? Apa saja faktor-faktor penghambat dan pendukung proses terapi pada siswa X yang kecanduan Jaran Kepang di Kelas IX SMP Negeri 1 Gedeg? Tujuan yang hendak dicapai oleh peneliti adalah, sebagai berikut: Untuk mengetahui secara jelas tentang Terapi Behavior dalam membantu meningkatkan Kebiasaan Belajar siswa X yang Kecanduan Jaran Kepang di Kelas IX SMP Negeri 1 Gedeg dan untuk mengetahui secara jelas tentang faktor-faktor penghambat dan pendukung pada proses Terapi yang kecanduan Jaran Kepang siswa X di Kelas IX SMP Negeri 1 Gedeg.

LANDASAN TEORI

Teori Behaviour

Menurut Latipun, bahwa Teori behavioral menaruh perhatian pada upaya perubahan tingkah laku.⁵ Sedangkan menurut Krumboltz dan Thoresen yang dikutip oleh Mohamad Surya bahwa: “ behavioral merupakan suatu proses membantu orang

⁴ Gantina Kumalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (PT Renika Cipta: Jakarta 2003), 154.

⁵ Latipun, *Psikologi Konselin* (Malang : UMM Press, 2008), 128.

untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu”.⁶ Dan dipertegas lagi oleh Gerald Corey mengatakan bahwa, pengertian terapi tingkah laku adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar.⁷ Jadi, teori behavior adalah teori yang dimana konseling membantu untuk merubah perilaku yang menyimpang pada klien dan bisa memecahkan masalahnya.

Terapi behavior adalah teknik yang digunakan pada gangguan tingkah laku yang diperoleh dari cara belajar yang salah, dan karena diubah melalui proses belajar, untuk mendapatkan tingkah laku yang sesuai.⁸

Tujuan Terapi Behaviour

Menurut Latipun dalam bukunya Psikologi konseling menjelaskan, bahwa terapi behavior adalah mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simptomatik yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku yang dapat membantu konflik dengan lingkungan sosial.⁹

Tujuan umum terapi behavior adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. Dasar alasannya adalah bahwa segenap tingkah laku dipelajari, termasuk tingkah laku yang maladaptif. Terapi behavior pada hakikatnya terdiri atas proses penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif dan pemberian pengalaman-pengalaman belajar yang di dalamnya respons-respons yang layak yang belum dipelajari.

Tujuan lain terapi behavior adalah untuk membantu klien membuang respon-respon yang merusak dirinya seperti prestasi

⁶ Mohammad Surya, *Teori Teori Konseling* (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2003), 23.

⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung : Refika Aditama, 2009), 193.

⁸ *Ibid.*, 198.

⁹ Latipun, *Psikologi Konseling*, 113.

akademik rendah akibat sering mengikuti hiburan jaran kepang, dan mempelajari respon-respon baru yang lebih sehat.

Teknik-teknik Terapi Behaviour

1. Desensiation sistematis

Desensiation sistematis adalah salah satu teknik yang paling luas digunakan dalam terapi tingkah laku. Terapi ini dikembangkan oleh Wolp yang mengatakan bahwa semua perilaku neurotik adalah ekspresi dari kecemasan. Bahwa respon terhadap kecemasan dapat dieliminasi dengan menemukan respon yang antagonistik. Perangsangan yang menimbulkan kecemasan secara berulang-ulang disepasangkan dengan keadaan relaksasi sehingga hubungan antara perangsangan dengan respon terhadap kecemasan dapat dieliminasi.¹⁰ Teknik ini bermaksud mengajar klien untuk memberikan respon yang tidak konsisten dengan kecemasan yang dialami klien.

2. Latihan Asertif

Latihan Asertif akan membantu orang-orang yang antara lain:

- a. Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung.
- b. Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.
- c. Memiliki kesulitan untuk mengatakan "tidak".
- d. Mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya.

3. Aversi

Teknik aversi dilakukan untuk meredakan gangguan-gangguan behavioral yang spesifik, melibatkan pengasosiasian tingkah laku simptomatik dengan suatu stimulus yang menyakitkan

¹⁰ Sofyan S Wills, *konseling individual teori dan praktek* (Bandung: Alfabeta, 2009), 71.

sampai tingkah laku tidak di inginkan terhambat kemunculannya dan digunakan secara luas sebagai metode untuk membawa seseorang kepada tingkah laku yang diinginkan.¹¹ Teknik ini bertujuan untuk menghukum perilaku yang negatif dan memperkuat perilaku positif.¹²

4. Pengkondisian operan

Operan adalah sejumlah perilaku atau respons yang membawa efek yang sama terhadap lingkungan yang dekat (Reber, 1988). Sedangkan,¹³ Tingkah laku operan adalah tingkah laku yang memancar menjadi ciri organisme yang aktif. Ia adalah tingkah laku yang beroperasi di lingkungan untuk menghasilkan akibat-akibat. Tingkah laku operan ini merupakan tingkah laku yang paling berarti dalam kehidupan sehari-hari, yang mencakup membaca, berbicara, berpakaian, makan dengan alat-alat makan, dan sebagainya. Menurut Skinner(1971) jika suatu tingkah laku diganjar, maka probabilitas kemunculan kembali tingkah laku tersebut di masa mendatang akan tinggi. Prinsip perkuatan yang menerangkan pembentukan, pemeliharaan, atau penghapusan pola-pola tingkah laku, merupakan inti dari pengkondisian operan yang mencakup perkuatan positif, pembentukan respons, perkuatan intermiten, penghapusan, percontohan, dan token economy.¹⁴

5. Perkuatan positif

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku.

¹¹ Pihasnawati, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta : Teras, 2008),112.

¹² Gerald corey, *teori dan praktek konseling dan psikoterapi*, 215-216.

¹³ Muhibbin Syam, *Psikologi belajar* (PT: Logos wacana ilmu), 88.

¹⁴ Gerald corey, *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*, 219.

6. Pembentukan Respons

Dalam pembentukan respon, tingkah laku sekarang secara bertahap diubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir yaitu bisa memberikan perhatian dan persetujuan kepada tingkah laku yang diinginkannya.

7. Perkuatan Intermiten

Disamping membentuk, perkuatan-perkuatan juga bisa juga digunakan untuk memelihara tingkah laku yang telah terbentuk.

8. Penghapusan

Apabila suatu respon terus-menerus dibuat tanpa perkuatan, maka respon tersebut cenderung menghilang. Wolpe (1969) menekankan bahwa penghentian pemberian perkuatan harus serentak dan penuh. Misalnya jika seorang anak menunjukkan kebandelannya ialah dengan menghindari pemberian sebagai cara untuk menghapuskan kebandelan tersebut.¹⁵

9. Pencontohan

Dalam kehidupan sosial perubahan perilaku terjadi karena proses dan peneladanan terhadap perilaku orang lain yang disenangi dan dikagumi. Prinsip ini dikemukakan oleh Albert Bandura yang menunjukkan bahwa selain unsur rangsang dan reaksi, juga unsur si pelaku sendiri sangat menentukan perubahan perilaku.¹⁶ Dalam pencontohan individu akan mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model.¹⁷

¹⁵*Ibid.*, 198.

¹⁶Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2005), 52.

¹⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 221.

Dalam pencontohhan seseorang akan melihat dan meniru apa yang dilakukan oleh model baik itu secara langsung maupun tidak langsung.

10. Token economy

Dalam token economy, tingkah laku yang layak dapat diperkuat dengan perkuatan-perkuatan yang bisa diraba yang nantinya bisa ditukar dengan objek-objek yang diinginkan.¹⁸ Diharapkan bahwa perolehan tingkah laku yang diinginkan, akhirnya dengan sendirinya akan menjadi cukup mengganjar untuk memelihara tingkah laku yang baru.

Ciri- Ciri Terapi Behaviour

Sebagian bagian dari system konseling behavior, maka ada beberapa ciri-ciri yang akan membedakan dengan terapi yang lain corey(1977) yang dikutip oleh Latipun mengemukakan cirri-ciri terapi behavior yaitu:

1. Berfokus pada tingkah laku yang tampak dan spesifik.
2. Memerlukan kecermatan dalam perumusan tujuan terapeutik.
3. Mengembangkan prosedur perlakuan spesifik sesuai dengan masalah klien.
4. Penafsiran objektif atau tujuan terapeutik.¹⁹

Selain itu Dougall juga mengemukakan ciri-ciri pada Tingkah laku, diantaranya:

1. Ketetapan daripada aktivitas yang tidak tergantung pada situasi-situasi sebelum dan sesudahnya.
2. Gerakan-gerakan yang berketetapan itu bervariasi dalam tujuannya.
3. Gerakan akan berhenti begitu tercapai perubahan tertentu dalam situasi.

¹⁸Ibid., 222.

¹⁹ Latipun, *Psikologi konseling*, 113.

4. Akan terjadi persiapan untuk menghadapi situasi baru sebagai akibat dari aktivitas yang baru berlalu.
5. Kalau tingkah laku diulang beberapa kali dalam situasi yang sama akan terjadi peningkatan efektivitas.²⁰

Adapun beberapa langkah atau prosedur terapi behavior yaitu:

1. belajar operan (operant learning) adalah belajar didasarkan atas perlunya pemberian ganjaran untuk menghasilkan perilaku yang diharapkan.
2. belajar mencontoh (imitative learning) adalah cara memberikan respon baru dengan memberikan atau menunjukkan model-model perilaku yang diinginkan dan sehingga dapat dilakukan oleh klien.
3. Belajar kognitif (cognitive learning) adalah memelihara respon yang diharapkan dan boleh mengadaptasikan perilaku yang lebih baik.
4. Belajar emosi (emotional learning) adalah cara yang digunakan untuk mengganti respon-respon emosional klien yang tidak dapat diterima sesuai dengan konteks classical conditioning.²¹

Pandangan Tentang Konsep Manusia

Pendekatan behavioristik tidak menguraikan asumsi-asumsi filosofis tertentu tentang manusia secara langsung. Setiap orang mempunyai kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama, sesungguhnya manusia pada dasarnya dibentuk oleh lingkungan sosial budayanya yang dapat dipelajari.

Menurut Nye (1975) dalam pembahasannya tentang behaviorisme radikalnya B.F Skinner menyebutkan bahwa para behavioris menekankan manusia sebagai dikendalikan oleh kondisi-kondisi lingkungan.²²

²⁰ Iin tri rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam* (UIN Malang Press: Malang), 66.

²¹ Latipun, *Psikologi konseling*, 115-116.

²² Gerald corey, *Teori dan Praktek Terapi & Psikoterapi*, 195.

Menurut Dustin dan George, dalam menjalankan fungsinya berdasarkan atas asumsi-asumsi berikut:

1. Memandang manusia secara intrinsik bukan sebagai baik atau buruk, tetapi sebagai hasil dari pengalaman yang memiliki potensi untuk segala jenis perilaku.
2. Manusia mampu untuk mengkonsepsikan dan mengendalikan perilakunya.
3. Manusia mampu mendapatkan perilaku baru.
4. Manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain sebagaimana perilakunya juga dipengaruhi oleh orang lain.²³

Adapun asumsi-asumsi lain menurut Leavitt (1978), diantaranya:

1. Pandangan tentang sebab- akibat, yaitu pendapat bahwa tingkah laku manusia itu ada sebabnya, sebagaimana tingkah laku benda-benda alam yang disebabkan oleh kekuatan yang bergerak pada benda-benda alam tersebut.
2. Pandangan tentang arah atau tujuan (*directedness*) yaitu bahwa tingkah laku manusia tidak hanya disebabkan oleh sesuatu, tetapi juga menuju ke arah sesuatu, atau mengarah pada suatu tujuan, atau bahwa manusia pada hakikatnya ingin menuju sesuatu.
3. Konsep tentang motivasi (*motivation*), yang melatar belakangi tingkah laku yang dikenal juga sebagai suatu “desekan” atau “keinginan” atau suatu dorongan (*drive*)”.
4. Psikologi memandang tingkah laku manusia sebagai reaksi yang dapat bersifat sederhana maupun bersifat kompleks. Pada manusia khususnya dan pada berbagai sepsis hewan umumnya.²⁴

Dalam teori behaviour memiliki pembentukan perilaku individu yang terbentuk karena berinteraksi dengan lingkungannya. Perilaku dapat dikatakan salah penyesuaian jika membawa individu

²³ Pihasniwati, *Psikologi Konseling*, 102 – 103.

²⁴ Alex sobur, M.Si, *Psikologi umum* (Bandung : CV Pustaka setia, 2003), 289.

kepada konflik dengan lingkungannya.²⁵ Perilaku menjadi kuat jika mendapat ganjaran atau sebaliknya perilaku akan melemah jika mendapat hukuman. Kecenderungan tingkah laku tertentu akan selalu terkait dalam hubungannya dengan hukuman. Perilaku yang harus dipertahankan dan dibentuk pada individu adalah perilaku yang bukan hanya untuk perubahan jangka pendek tetapi jangka panjang.

Perilaku Bermasalah dalam Teori Behaviour

Perilaku bermasalah dalam pandangan behaviouris dapat dimaknakan sebagai perilaku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau perilaku yang tidak tepat, yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan.²⁶ Behavioris memandang perilaku bermasalah sebagai berikut:

1. Tingkah laku bermasalah adalah tingkah laku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau tingkah laku yang tidak tepat, yaitu tingkah laku yang tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan.
2. Tingkah laku yang salah hakikatnya terbentuk dari cara belajar atau lingkungan yang salah.
3. Manusia bermasalah itu mempunyai kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya.
4. Seluruh tingkah laku manusia didapat dengan cara belajar dan juga tingkah laku tersebut dapat diubah dengan menggunakan prinsip-prinsip belajar.²⁷

Peran konselor dalam teori behaviour

Peran seorang konselor yang harus dilakukan waktu konseling berlangsung adalah sifatnya menerima, mendengar, mencoba tidak melawan, dan tidak mengkritik apapun yang sudah

²⁵ Latipun, *Psikologi Konseling*, 136.

²⁶ *Ibid*, 112.

²⁷ Pihasiwati, *Psikologi Konseling*, 104.

disampaikan oleh konseling karena ini akan membawa dampak positif bagi konselor atau siswa X. Dalam kegiatan ini konselor memegang peran aktif dan langsung. Latar belakang perlunya konseling bagi seorang yang bermasalah, antara lain: *pertama*, Latar belakang psikologis yang mencakup masalah perkembangan individu, masalah perbedaan individu, masalah kebutuhan individu, dan masalah penyesuaian individu tersebut.

Kedua, Faktor sosial kultural adalah perubahan perubahan interaksi sosial dan perkembangan budaya yang terjadi di masyarakat akibat kemajuan ilmu dan teknologi sehingga setiap individu akan bersaing dalam kehidupan bermasyarakat, untuk itu anak memiliki perilaku buruk membutuhkan terapi.

Kebiasaan Belajar

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1999) pengertian kebiasaan adalah sebagai sesuatu yang biasa dikerjakan, sedangkan Belajar adalah suatu kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh pengetahuan atau ketrampilan mengenai suatu pekerjaan yang dapat dicapai melalui proses berpikir atau dengan cara melakukan praktek.

Pengertian kebiasaan belajar merupakan cara bertindak yang diperoleh melalui belajar secara berulang-ulang, yang pada akhirnya menjadi menetap dan bersifat otomatis (Djaali. 2008). Sedangkan menurut Sulaeman (1984) kebiasaan belajar dapat diartikan sebagai cara-cara atau teknik-teknik yang mantap yang dilakukan siswa pada waktu ia menerima pelajaran dari guru, membaca buku dan mengerjakan tugas-tugas sekolah, serta pengaturan waktu untuk menyelesaikan kegiatan-kegiatan tersebut.

Jadi kebiasaan memiliki kekuatan untuk mendominasi tingkah laku seseorang. Dari pengertian tersebut disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Kebiasaan adalah hasil belajar yang menunjukkan pola perilaku tertentu.
2. Kebiasaan selalu menunjukkan suatu perilaku.
3. Kebiasaan memiliki sifat atau corak seperti: konsisten, otomatis, pasti, mudah, terintegrasi dengan pribadi individu. Kebiasaan juga bisa kuat atau lemah tergantung motivasi yang mengiringinya dari maksud dan tujuan kegiatan yang telah menjadi kebiasaan itu.
4. Kebiasaan belajar yang tersusun dan terencana dengan baik akan menghasilkan suatu prestasi yang dapat memberikan dorongan bagi diri individu untuk terus berprestasi.

Komponen Dalam Belajar Efektif

1. Menyenangkan

Dalam belajar efektif siswa harus mampu menciptakan emosi positif dalam dirinya. Belajar efektif harus menyenangkan karena belajar yang menyenangkan akan mampu membangkitkan minat dan motivasi. Perlu diketahui dalam bekerja otak dipengaruhi oleh keadaan fisik maupun psikologis, jika seseorang dalam kondisi tubuh yang tidak sehat atau emosi yang tidak stabil maka otak tidak akan bekerja dengan maksimal. Supaya belajar itu menyenangkan ada beberapa hal yang dapat dilakukan:

a. Belajar sesuai dengan gaya belajar yang dimiliki.

Setiap orang memiliki cara tersendiri dalam memahami materi atau sesuatu yang dipelajari. Contoh: Lia ini paling suka jika belajar sambil mendengarkan musik. Ini adalah keasyikan lia dan dia senang seperti itu. Jika tidak ada musik rasa-rasanya ngantuk dan kurang semangat dalam belajar. Bagi teman-teman lia itu hal yang aneh, tapi bagi lia tidak sama sekali. Mungkin wajar saja jika teman-temannya bicara seperti itu bisa saja cara belajar lia ini tidak cocok buat mereka. Intinya mengenal gaya belajar akan sangat membantu anda untuk memperoleh kesenangan dalam

menjalankan aktivitas belajar. Jika sudah senang maka peluang keberhasilan dalam belajar akan mudah untuk di raih.

b. Mencari tempat yang nyaman

Belajar yang menyenangkan membutuhkan tempat yang nyaman. Nyaman di sini bukan berarti tempat tersebut harus bagus, dan mahal atau harus di ruangan khusus yang memiliki fasilitas lengkap. Sebenarnya ukuran kenyamanan suatu tempat tidak bisa di ukur, karena ukuran kenyamanan pada diri individu itu sendiri. Jadi supaya belajar itu bisa menyenangkan silahkan anda cari tempat yang menurut anda bisa membuat anda tenang dan mudah untuk konsentrasi.

2. Belajar dari sesuatu yang paling mudah

Belajar hal-hal yang mudah dulu akan membuat otak kita tidak terlalu tegang dan tervorsir untuk berpikir sehingga kita akan lebih mudah mengelola emosi dan pikiran kita terhadap bahan pelajaran yang di pelajari. Jika hal-hal yang dipelajari yang sulit-sulit maka peluang untuk tegang lebih mudah dan jika sudah mentok maka besar kemungkinan dia akan menghentikan belajarnya.

3. Menyelesaikan segala permasalahan berat yang di hadapi

Setiap orang pasti punya masalah. Namun masalah itu di golongan menjadi dua yaitu ringan dan berat. Untuk masalah yang bersifat ringan biasanya tidak begitu berdampak besar pada perilaku individu. Meskipun begitu masalah ringan juga tidak boleh di sepelekan, karena sesuatu yang ringan itu bisa mengakibatkan masalah yang besar jika tidak segera di selesaikan. Sedangkan untuk masalah yang sifatnya masalah berat, maka selain ada upaya dari diri sendiri, kalau perlu anda minta bantuan orang lain bisa orang tua, guru, konselor sekolah atau siapa saja yang anda anggap mampu mengatasi permasalahan serius yang anda rasakan.

4. Tidak Memakan Banyak waktu/Jerjadwal

Efisiensi waktu dan terjadwal dimaksudkan supaya aktifitas belajar tidak terganggu oleh kegiatan yang lain selain. Pengaturan Waktu adalah membuat dan melakukan jadwal belajar agar dapat mengatur dan memprioritaskan belajarmu dalam konteks membagi waktu dengan aktivitas, keluarga, dan lain-lain.

Hasil belajar siswa dapat berupa pengetahuan, ketrampilan serta sikap. pengetahuan sendiri memang sifatnya abstrak sehingga tidak secara nyata dapat diamati, akan tetapi manifestasi pemilikan pengetahuan dapat diketahui apabila diukur dengan cara yang memang tepat.²⁸ Keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi dipengaruhi beberapa factor yaitu tingkat kecerdasan yang baik, pelajaran sesuai dengan bakat yang dimiliki, motivasi yang baik dalam belajar, motivasi dari orang tua merupakan untuk mencapai prestasi belajar pada siswa.²⁹

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Belajar Siswa.

Menurut Syamsu Yusuf (2006) bahwa kebiasaan belajar dapat dipengaruhi oleh faktor *interen* dan *ekstern* dan dapat dikembangkan melalui latihan, pemahaman, perasaan dan keyakinan tentang manfaat belajar.

Sularti (2008) mengemukakan faktor dari luar dan dari dalam individu yang mempengaruhi kebiasaan belajar. Faktor dari luar individu yang sering berpengaruh pada kebiasaan belajar adalah sebagai berikut:

1. Sikap guru.
2. Keadaan ekonomi orang tua.
3. Kasih sayang dan perhatian orang tua.

²⁸ Suharsimi arikunto, *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi* (Jakarta: PT.Rineka Cipta,1993),23.

²⁹ [www. Pendidikan. Com/2011.. kebiasaan belajar.](http://www.Pendidikan.Com/2011..kebiasaan%20belajar)

Faktor dari dalam individu yang sering mempengaruhi adalah sebagai berikut:

1. Minat, motivasi dan cita-cita.
2. Pengendalian diri dan emosi.
3. Kelemahan fisik, panca indra dan kecacatan lainnya.
4. Kelemahan mental seperti kecerdasan/ intelegensi dan bakat khusus.

Adapun Faktor-faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan siswa untuk belajar dan hasil prestasi dalam belajar, diantaranya:³⁰

1. Faktor Lingkungan atau eksternal.
2. Faktor Internal.
3. Faktor Kecerdasan.
4. Faktor Lingkungan keluarga.
5. Kondisi Fisiologis.

Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Karena dalam penelitian ini peneliti hanya mengkaji pada satu obyek penelitian. Menurut Bogdan dan Taylor yang dikutip oleh Lexy J. Moleong dalam bukunya "Metodologi Penelitian Kualitatif" adalah sebagai prosedur penelian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.

Bogdan dan Taylor mengatakan bahwa, penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang diamati. Pendekatan ini diarahkan pada latar belakang individu tersebut secara utuh (*holistic*).³¹ Tidak hanya itu saja penelitian ini

³⁰ Syaiful bahri Djamarah, *Psikologi belajar*, 155

³¹ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung : Remaja Rosdakarya, 1999), 4.

menggunakan penelitian tindakan yang merupakan satu penelitian hanya satu target dan mempunyai berbagai aturan dan langkah yang harus diikuti dan penelitian tindakan ini dilakukan oleh klien yang terlibat dalam situasi yang diteliti, seperti: guru, siswa, atau kepala sekolah.³²

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus adalah tipe pendekatan dalam penelitian yang penelaahannya kepada suatu kasus yang dilakukan secara intensif, mendalam, mendetail, dan komprehensif. Maka dalam penelitian ini menggunakan studi kasus karena konselor memberikan konseling behaviour kepada satu siswa saja, tidak untuk beberapa siswa.

Dalam penelitian ini tidak menggunakan sampel atau populasi. Jadi hanya berdasarkan atas pengenalan diri konseli dengan cara mempelajari dan menjalani perkembangan konseli secara terperinci. Dalam hal ini konselinya adalah seorang siswa di SMP Negeri 1Gedeg. Sedangkan data yang diperlukan dalam skripsi ini adalah diskripsi tentang kasus konseli dan pelaksanaan konselingnya.

Lokasi Penelitian

Lokasi yang saya jadikan sebagai tempat penelitian adalah SMP Negeri 1Gedeg Jalan Sukarsono 134 Desa Gembongan Kecamatan Gedeg Kabupaten Mojokerto Lokasi ini merupakan sekolah yang lumayan dekat dan ada permasalahan yang bisa saya angkat untuk dijadikan penelitian saya, sehingga saya mudah untuk dibuat penelitian.

Informan Penelitian

1. Sumber data Primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpulan data dalam penelitian

³² Igak Wardhani, *Penelitian Tindakan Kelas* (UT: Jakarta), 13-14

ini yang termasuk sumber data. dalam penelitian ini yang termasuk sumber data primer adalah siswa X dan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 1 Gedeg.

2. Sumber data sekunder yaitu sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpulan data, yang termasuk sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah Wali kelas, Kepala Sekolah, Guru BK, Guru yang ada di SMP Negeri 1 Gedeg.

Teknik pengumpulan data

1. Observasi

Dengan menggunakan observasi langsung kepada konselor, maka nantinya dapat membantu terhadap pelaksanaan penelitian dalam memperoleh data-data yang bersifat fisik. Observasi ini peneliti lakukan untuk mencari data mengenai perilaku Siswa SMP Negeri 1 Gedeg, proses pelaksanaan terapi behavior, cara pengidentifikasian siswa X, setiap perubahan perilakunya.

2. Wawancara,

Dalam hal ini peneliti akan mengadakan wawancara kepada informan yakni kepada kepala sekolah dan guru yang menangani siswa X di SMP Negeri 1 Gedeg untuk mengetahui tentang perilaku konselor yang memiliki prestasi akademik menurun akibat kecanduan jaran kepong, cara pandang konseli dan bagaimana konseli berinteraksi di lingkungan sekolah, maupun diluar sekolah, permasalahan yang dialami oleh konseli, dan juga untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling behaviour dalam membantu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi konseli. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada pihak-pihak terkait seperti guru konseli, guru kelas.

3. Dokumentasi

Suharsimi Arikunto pengertian lain dokumentasi adalah membuat dokumen yang dilakukan dengan mengambil foto, membuat catatan, dan sebagainya agar kita memperoleh arsip berupa dokumen.³³ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dokumentasi berupa catatan di sekolah dan data-data yang lainnya untuk mengetahui tentang diri konseli.

Jenis Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber Data	Teknik Pengumpulan Data
1.	Gambaran tentang lokasi penelitian	Dokumentasi + Informan + Observasi	D+W+O
2.	Deskripsi tentang Klien & masalah	Informan + Konselor + Klien	D+W
3.	Proses Konseling	Konselor + Klien	W
4.	Hasil proses konseling terhadap Klien	Konselor	D + W + O

Keterangan: TPD : Teknik Pengumpulan Data

O : Observasi

W : Wawancara

D : Dokumentasi

Teknik Analisis Data

1. Reduksi Data.

Mereduksi data berarti merangkum memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan

³³ Suharsimi Arikunto, *Penilaian & Penelitian Bidang Bimbingan dan Konseling*, 131.

polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya.³⁴

2. Penyajian Data.

Penyajian data ini bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antara kategori Flowcard dan sejenisnya. Dalam hal ini Miles dan Huberman menyatakan “ The most Frequent of display data Forqualitative Research data in the Past has been narrative teks”. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat narativ, selain itu dapat digunakan juga grafik, dan matrik.

3. Kesimpulan atau Verifikasi.

Menurut Miles dan Huberman pada penarikan kesimpulan atau vertifikasi pada dasarnya kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah jika ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data pada berikutnya.

Sejarah Berdirinya SMP Negeri 1Gedeg

Sekolah SMP Negeri 1Gedeg adalah sekolah negeri berstandar nasional yang diselenggarakan oleh Pemerintah Kabupaten Mojokerto. Sekolah ini mulai berdiri sejak Tahun 1982 dan sekolah beroperasi pada tahun 1983 dengan nama SMP Negeri 1Gedeg yang terletak di Jalan Sukarsono 134 Desa Gembongan Kecamatan Gedeg Kabupaten Mojokerto. Sekolah ini berdiri di atas eks tanah gogol (Pertanian) seluas 19000 m2. Lokasi sekolah ini di tengah kampung, sehingga tidak Nampak dari jalan raya dan keuntungannya aman untuk kegiatan pembelajaran, karena tidak bising dan tidak rawan kecelakaan. Dalam perkembangannya

³⁴ Dr.Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan*(Bandung : Remaja Rosdakarya, 1999), 132.

sekolah ini berubah menjadi SLTP Negeri 1 Gedeg, dan sekarang bernama SMP Negeri 1 Gedeg.

Terapi Behaviour Pada Anak Kecanduan Jaran Kepang di SMPN 1 Gedeg.

Identifikasi kasus

Pada langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang tampak. Diantara data-data yang diperoleh adalah tentang diri siswa X secara umum yakni:

1. Identitas

Nama	: DP
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Tempat /Tanggal Lahir	: Mojokerto, 15 September 1997
Agama	: Islam
Suku Bangsa	: Indonesia
Nama Orang tua	: S
Sekolah	: SMPN 1 Gedeg
Alamat	: Gembongan

2. Keadaan Jasmani

Tinggi badan	: 150 cm
Berat badan	: 40
Bentuk badan	: Kurus
Bentuk muka	: Lonjong
Bentuk/ warna rambut	: Pirang
Warna kulit	: Tinggi/ sawo matang
Golongan darah	: -

3. Keadaan Kesehatan

Keadaan mata	: Baik
Keadaan telinga	: Baik
Keterbatasan Jasmani	: -
Keadaan umum kesehatan	: Baik
Penyakit yang sering dialami	: -

4. Latar belakang keluarga

Klien adalah anak kedua dari dua bersaudara yang bernama hariyanto (nama samaran), dalam kesehariannya dia dikenal sebagai anak pendiem, tapi susah diatur keluarga mereka bertempat tinggal didesa Gembongan yang lumayan dekat dengan sekolahnya, setiap sehabis sekolah dia meluangkan waktunya dengan bermain atau latihan tari jaran kepeng sebelum malam pentas. Ayahnya bekerja serabutan (tidak tetap) dan penghasilannya kurang cukup untuk kebutuhan sehari-hari, sehingga dia mengikuti jaran kepeng untuk menambahi uang saku atau jajan si X, Ibunya sebagai ibu rumah tangga tidak memiliki penghasilan dan kakaknya bekerja sebagai karyawan pabrik yang jauh dari rumahnya.

Dengan ini, masalah yang dihadapi oleh siswa X adalah kebiasaan belajar buruk akibat terlalu banyak mengikuti hiburan jaran kepeng, disamping itu dia tidak mendapatkan dorongan dari orang tua untuk belajar dan hanya membiarkannya saja.

5. Latar belakang perekonomian

Kondisi perekonomian dari siswa X adalah serba kekurangan karena ayahnya bekerja tidak tetap dan penghasilannya pun kurang cukup untuk memenuhi kebutuhan setiap harinya. Dan ibunya tinggal di rumah saja (ibu rumah tangga). dengan serba kekurangan orangtuanya bersyukur bisa menyekolahkan anaknya biarpun perekonomian mereka kurang.

6. Latar belakang agamanya

Menurut informasi yang peneliti dapat siswa X jarang sekali melaksanakan ibadah shalat dari orang tuanya pun tidak memerintahkan dan membimbing anaknya untuk shalat padahal siswa X sudah memasuki kelas 3 yang seharusnya sudah menjadi kewajiban lebih giat beribadah.

Diagnosis

Berikut adalah perilaku dan kebiasaan belajar klien yang terdiagnosis oleh peneliti yang sifatnya negatif.

1. Si X dapat peneliti pastikan kecanduan jaran kepong dan ikut berperan sebagai penari dalam hiburan kesenian jaran kepong.
2. Dari data yang ada menunjukkan kalo si X sering berbohong.
3. Si X memiliki sifat cuek dan terkesan semuanya sendiri itu dapat tercermin dari cara berpakaian yang kurang rapi dan kurang berkonsentrasi atau kurang memperhatikan saat proses belajar mengajar berlangsung.
4. Si X pernah melakukan pemalakan (minta uang) terhadap teman-temannya.
5. Pengawasan dan perhatian keluarga terhadap si X kurang baik .
6. Kebiasaan belajar si X kurang baik

Namun dibalik perilaku negatif dan kebiasaan belajar yang kurang baik. Peneliti mendiagnosis beberapa sisi positif yang ada pada diri si X. Diantaranya adalah :

1. Si X memiliki kecerdasan yang cukup bagus itu terbukti dari hasil raport si X yang cukup baik padahal kebiasaan belajar si X kurang baik.
2. Si X memiliki kepercayaan diri yang tinggi itu terbukti dia berani tampil di depan banyak orang sejak dia masih kelas VII. Dan menurut peneliti ini adalah potensi besar yang dimiliki si X dan jika dapat diaplikasikan ke arah yang lebih positif bukan tidak mungkin si X akan menjadi siswa yang berprestasi.

Prognosis

Dari hasil uraian diagnosis yang peneliti lakukan. Peneliti melanjutkan beberapa langkah-langkah efektif untuk melakukan Terapi terhadap klien. Langkah-langkah yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mulai proses pendekatan dengan klien Berikut adalah wawancara peneliti dengan siswa X di waktu jam istirahat.
2. Ditahapan berikutnya peneliti kembali melakukan kunjungan ke rumah orang tua klien untuk berdiskusi dengan keluarga klien tentang perilaku dan kebiasaan belajar X.
3. Peneliti mencoba member masukan kepada Orang tua X agar lebih meningkatkan lagi dan membimbing anaknya, pengawasan, perhatian, terhadap X agar tercipta sebuah iklim yang baik dan harmonis di lingkungan keluarga sehingga si X bisa lebih termotivasi untuk belajar lebih rajin lagi dan alhamdulillah keluarga X menyambut dengan baik saran dan masukan peneliti.

Setelah beberapa hari kemudian peneliti melakukan pengecekan terhadap hasil terapi yang selama ini peneliti lakukan , peneliti menemui si X, Guru Bk, Wali kelas, teman X, Orang tuanya, untuk mengetahui perkembangan perilaku dan kebiasaan belajar si X dari data yang peneliti dapatkan dari sumber yang peneliti sebutkan diatas, peneliti menemukan perubahan POSITIF pada perilaku dan kebiasaan belajar X, X sekarang terlihat lebih rapi, tidak melakukan pemalakan (minta uang), jarang mengikuti jaran kepeng, lebih konsentrasi saat belajar mengajar di kelas, dan dirumah lebih rajin belajar. Meski perbaikan ini belum sangat maksimal tapi peneliti berharap perbaikan positif perilaku dan kebiasaan belajar si X dapat dipertahankan dan terus-menerus diperbaiki agar si X tidak kembali seperti dulu sebelum dilakukan terapi.

Adapun beberapa alternative atau langkah-langkah dalam proses terapi selama peneliti lakukan untuk membantu siswa yang kecanduan jaran kepeng, diantaranya:

1. Pendekatan Psikologis kepada siswa X yang kecanduan jaran kepeng yang menyebabkan kebiasaan belajar siswa X menjadi menurun. Memudahkan peneliti untuk memberikan

masukannya, saran ataupun sugesti dan motivasi terhadap siswa x sehingga perbaikan perilaku dan kebiasaan belajar siswa x dapat di rubah secara bertahap.

2. Play Therapy (Terapi Bermain), membuat suatu permainan atau Tanya jawab dengan siswa x, peneliti juga membuat selingan dengan tebakan juga cerita lucu yang mengandung tauladan yang baik dengan harapan agar bisa mengelola fikiran siswa x dan memberi dampak positif bagi pola fikir siswa x, suasana ini cenderung lebih santai agar siswa merasa nyaman dan tidak mudah bosan.
3. Latihan Asertif, bertujuan untuk membantu siswa yang awalnya siswa yang tidak jujur dalam setiap jawaban yang diungkapkan, siswa akan terdorong untuk tegas dalam mengambil tindakan atas ucapannya karena asertif ini membantu orang agar tidak mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, dan sulit untuk mengatakan "tidak" (Jujur).
4. Aversi, berguna untuk meredakan gangguan-gangguan perilaku yang spesifik, seperti: kebosanan siswa X pada saat pelaksanaan terapi.
5. Pembentukan Respons, tingkah laku sekarang bertahap diubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan.
6. Treatment, Langkah ini merupakan upaya untuk melaksanakan perbaikan atau penyembuhan atas masalah yang dihadapi oleh siswa x, berdasarkan pada keputusan yang diambil dalam langkah prognosis.

Evaluasi dan Follow up

Evaluasi di lakukan peneliti dan bertujuan untuk mengukur sejauh mana keberhasilan peneliti dalam membantu siswa x mengatasi masalah yang dihadapinya.

Hasil dari wawancara peneliti ke beberapa sumber menunjukkan bahwasanya siswa X mulai ada perubahan positif seperti jarang mengikuti atau main jaran kepeng kecuali di hari libur sekolah, lebih berpakaian rapi, tidak melakukan pemalakan lagi, lebih berkonsentrasi dalam mengikuti pelajaran dan lebih rajin belajar.

Faktor-faktor Yang Menghambat dan pendukung Proses Terapi di SMP Negeri 1 Gedeg.

Factor-faktor yang menghambat pada proses terapi atau setiap permasalahan yang ada biasanya ketidak jujuran siswa X dalam berbicara, jika ada tindak lanjut pemanggilan orang tua selalu tidak disampaikan oleh siswa X, kurang perhatiannya guru terhadap siswanya yang memiliki masalah pada siswa X, waktu yang digunakan penelitian cukup singkat, indeks pertemuan peneliti dengan klien menurut peneliti masih kurang, data-data klien yang ada di Bk sangat minim, dan pemantauan atau observasi tidak bisa dilakukan secara terus-menerus. Dengan faktor ini proses terapi tidak akan berjalan dengan apa yang diinginkan oleh konseling.

Adapun faktor pendukung dalam proses terapi terhadap siswa X dapat peneliti uraikan sebagai berikut;

1. Guru Bk memberikan keluasaan waktu terhadap peneliti untuk mengadakan penelitian.
2. Dalam proses wawancara teman X sangat kooperatif sehingga peneliti dapat mengumpulkan data tentang perilaku dan kebiasaan belajar siswa X dengan detail.
3. Kebetulan pada saat itu ada pertunjukan jaran kepeng yang diikuti siswa X, sehingga peneliti bisa melakukan observasi terhadap kegiatan siswa X sekaligus hal itu mempermudah proses pendekatan dan terapi terhadap siswa X.
4. Dari semua sumber yang ada baik dari guru Bk, wali kelas, Orang tua X, dan ketua Jaran kepeng mendukung langkah-

langkah yang dilakukan peneliti dalam proses terapi terhadap X.

Analisis Data

Dari pengumpulan data di lapangan dengan penelitian yang menggunakan metode penelitian kualitatif ini memperoleh data-data tentang proses pelaksanaan terapi behaviour di SMP Negeri 1 Gedeg. Data yang ditemukan antara lain:

1. Adanya kasus perilaku kecanduan jaran kepagang yang dialami oleh siswa X SMP Negeri 1 Gedeg.
2. Adanya data tentang perilaku siswa X yang kecanduan jaran kepagang, perilaku negatif yang peneliti peroleh dari berbagai sumber yang peneliti uraian diatas.

Hasil peneliti yang ditemukan selama penelitian adalah: perilaku siswa yang terpengaruh dari temannya, kurangnya perhatian dari orang tua sehingga anak selalu membangkang, dan rasa cintanya dan hobinya dia terhadap seni budaya yang ada. Dalam konsep behaviorial, perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar.³⁵ Hal ini yang seperti terjadi pada kasus X yang mau menghilangkan rasa cintanya terhadap seni budaya yang sedang berkembang pesat.

Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku. Menurut Skinner yang dikutip oleh Alwisol bahwa asumsi dasar dari pendekatan behaviour anatara lain:

1. Tingkah laku itu mengikuti hukum tertentu (*behavior is lawful*), ilmu adalah usaha untuk menemukan keteraturan,

³⁵Mohammad Surya, *Teori Teori Konseling*, (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2003), 22.

menunjukkan bahwa peristiwa tertentu berhubungan secara teratur dengan peristiwa lain.

2. Tingkah laku dapat diramalkan (*behaviour can be predicted*), ilmu bukan hanya menjelaskan, tetapi juga meramalkan. Bukan hanya menangani peristiwa masa lalu tetapi juga masa yang akan datang. Teori yang berdaya guna adalah yang memungkinkan dapat dilakukannya prediksi mengenai tingkah laku yang akan datang dan menguji prediksi itu.
3. Tingkah laku dapat dikontrol (*Behavior can be controoled*), ilmu dapat antisipasi dan menentukan/membentuk (sedikit banyak) tingkah laku seseorang.³⁶

Dari pandangan-pandangan di atas maka konseling dengan menggunakan pendekatan behaviour lebih berorientasi kepada perubahan perilaku yang tidak sesuai dengan harapan ke arah yang bisa untuk diharapkan, sehingga nantinya seseorang yang mengalami penyimpangan perilaku diharapkan untuk bisa merubah perilaku tersebut untuk kebbaikannya kelak pada saat terjun ke masyarakat dan bisa berbaur dengan masyarakat tanpa mengalami kesulitan.

Dalam konseling behaviour yang mendasar adalah prinsip reinforcement atau penguatan sebagai suatu kreasi dalam upaya memperkuat atau mendukung suatu perilaku yang dikehendaki. Dalam konseling behaviour juga konseli didorong untuk dapat merubah perilakunya serta memecahkan masalahnya. Konseling behaviour menggunakan tehnik-tehnik yang sesuai dengan masalah yang dialami konseli.

Kondisi-kondisi yang diperlukan pada saat proses konseling antara lain kehangatan, empati, sikap penerimaan dan kepercayaan agar tercipta proses konseling yang efektif. Menurut Goldstein yang dikutip oleh Gerald Corey menyatakan bahwa

³⁶Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang : UMM Press, 2006), cet.ke-4, 382.

pengembangan hubungan kerja membentuk tahap bagi kelangsungan terapi.³⁷

Kesimpulan

1. Dalam terapi behavior ini peneliti menemukan perilaku salah satu siswa yang kecanduan hiburan jaran kepang dan kebiasaan belajar yang kurang baik yaitu siswa X kelas IX SMP Negeri 1 Gedeg hal ini dipicu dari beberapa faktor yang menyebabkan siswa X berperilaku negatif diantaranya: minimnya pengawasan dan perhatian dari orang tua, kebiasaan atau perilaku X mengikuti jaran kepang . namun setelah peneliti melakukan pengumpulan data dan observasi terhadap siswa X peneliti mulai menemukan solusi dengan menggunakan terapi behaviour untuk merubah perilaku kecanduan jaran kepang dan kebiasaan belajar siswa yang didukung oleh beberapa elemen baik dari guru Bk, wali kelas, teman X, orang tua dan Ketua jaran kepang, dan hasilnya peneliti menemukan perubahan perilaku siswa kearah yang lebih positif sehingga klien sekarang memiliki perilaku yang lebih dari sebelum dilakukan terapi dan memiliki kebiasaan belajar yang lebih baik sebelum diadakan terapi.
2. Faktor yang menghambat pada terapi secara umum adalah jika ada tindak lanjut pemanggilan orang tua selalu tidak disampaikan oleh siswa X, kurang perhatiannya guru terhadap siswanya yang memiliki masalah pada siswa X, waktu yang digunakan penelitian cukup singkat, indeks pertemuan peneliti dengan klien menurut peneliti masih kurang, data-data klien yang ada di Bk sangat minim, dan pemantauan atau observasi tidak bisa dilakukan secara terus-menerus . Dengan faktor ini proses terapi tidak akan berjalan dengan apa yang diinginkan oleh konseling.

³⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 206.

Adapun faktor pendukung dalam proses terapi terhadap siswa X dapat peneliti uraikan sebagai berikut;

1. Guru Bk memberikan keluasaan waktu terhadap peneliti untuk mengadakan penelitian.
2. Dalam proses wawancara teman X sangat kooperatif sehingga peneliti dapat mengumpulkan data tentang perilaku dan kebiasaan belajar siswa X dengan detail.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT.Rineka Cipta, 2004.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UM Press, 2009.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian. Suatu pendekatan dan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1998.
- Bahri Djamah, Syaiful. *Psikologi Belajar*. Jakarta:Rineka Cipta, 2002.
- Corey Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 20009.
- Hastutik, Sri, Winkle. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Media Abadi, 2006.
- Ibrahim, Sanjana, Nana. *Penelitian dan penilaian pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press, 1995.
- Kumalasari, Gantina. *Teori dan Tehnik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks, 2011.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah, 2008.
- Lesmana, Murad, Jeanette. *Dasar-dasar konseling*. Jakarta: UI Press, 2008.
- Moleong, J, Lexy. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda karya, 1999.
- Pihasniwati. *Psikologi Konseling*. Jogyakarta: Teras, 2008.

- Rohani, Ahmad, dan Ahmadi, Abu. *Pengelolaan Pengajaran*. Jakarta: Rineka Cipta, 1995.
- Sardiman. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2006.
- Sobur, Alex. *Psikologi Umum*. Bandung: Cv. Pustaka Setia, 2003.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung : Alfabeta, 2010.
- Surya, Mohammad, Djumhur. *Bimbingan dan Penyuluhan disekolah*. Bandung: Erlangga, 1976.
- Surya, Mohammad. *Teori-teori Konseling*. Bandung: CV. Pustaka Bani Quraisy, 2003.
- Syah, Muhibin. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Logos Wacana ilmu, 2001.
- Tri Rahayu, Iin. *Psikoterapi Perspektif Islam*. UIN Malang: Press, 2009.
- Wahab, Abdul. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2003.
- Wardani. Igak. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: UT.
- Wiils, S, Sofyan. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2009.
- www. Pendidikan. Com/ 2011, Kebiasaan belajar.