

TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK PERILAKU MEMBOLOS PADA SISWA

Fitriani

Email : anifitriani351@gmail.com

ABSTRACT

Research on self-management techniques on truancy behavior of students at SMPN 2 Lamasi. The research objectives are; (1) To describe the truant behavior of students of SMPN 2 Lamasi before doing self-management techniques. (2) To determine the factors causing truancy in students of SMPN 2 Lamasi. (3) To describe the efforts to overcome truancy behavior of students of SMPN 2 Lamasi through counseling using a self-management technique approach. The research was conducted at SMPN 2 Lamasi with five children using qualitative techniques with a phenomenal approach and collecting data through interviews. The research results are; (1) The condition of students before the counseling activity was held was staying up late at night, getting up late, leaving late for school, attending school but not coming during study hours. This has an impact on decreasing student achievement. (2) The factor that caused students to skip school was Student 1 waking up late because they were busy playing games all night long. Student 2 wakes up late from working all night at one of the coffee shops. Student 3 wakes up late because of the habit of watching late night box movies. Student 4 purposely skipped class because his parents didn't pay attention to him, and so they cared about him. Student 5 woke up late because of the habit of hanging out with friends all night playing cards. (3). Implementation of self-management techniques through researchers trying to listen to student problems, then provide motivation and advice to students and provide self-management sheets to students. After students receive counseling through self-management techniques, it is known based on the information from the counseling teacher that the five students who have been counseled since the last four weeks have never had reports from either the teacher or the homeroom teacher that they are truant. Keywords: Self Management, Truancy Behavior

INTISARI

Penelitian teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa SMPN 2 Lamasi. Tujuan penelitian adalah; (1) untuk menggambarkan perilaku membolos siswa SMPN 2 Lamasi sebelum dilakukan teknik *self management*, (2) untuk mengetahui faktor penyebab membolos pada siswa SMPN 2 Lamasi, dan (3) untuk menggambarkan upaya dalam mengatasi perilaku membolos siswa SMPN 2 Lamasi melalui konseling menggunakan pendekatan teknik *self management*. Penelitian dilakukan di SMPN 2 Lamasi terhadap lima orang anak menggunakan

teknik kualitatif dengan pendekatan fenomenal dan pengambil data melalui wawancara. Hasil penelitian adalah; (1) Kondisi siswa sebelum diadakan kegiatan konseling adalah begadang larut malam, bangun kesiangan, telat berangkat ke sekolah, hadir di sekolah tapi tidak masuk saat jam belajar. Hal ini berdampak pada penurunan prestasi siswa. (2) Faktor penyebab membolosnya siswa adalah Siswa 1 bangun terlambat karena sepanjang malam sibuk dengan bermain game. Siswa 2 bangun terlambat karena bekerja sepanjang malam di salah satu warung kopi. Siswa 3 bangun terlambat karena kebiasaan nonton film box yang tayang pada larut malam. Siswa 4 sengaja membolos karena kurang diperhatikan oleh orang tuanya, dan agar mereka peduli padanya. Siswa 5 bangun telat karena kebiasaan nongkrong dengan teman sepanjang malam bermain kartu. (3). Pelaksanaan teknik *self management* melalui peneliti mencoba mendengarkan masalah siswa, kemudian memberikan motivasi dan nasehat kepada siswa serta memberikan lembar self management kepada siswa. Setelah siswa mendapatkan bimbingan konseling melalui teknik *self management*, diketahui berdasarkan keterangan guru BK bahwa kelima siswa yang dikonseling sejak empat pekan terakhir tidak pernah lagi ada laporan baik dari guru maupun wali kelas bahwa mereka membolos.

Kata kunci: *Self Management, Perilaku Membolos*

PENDAHULUAN

Sekolah sesuatu yang utama bagi kehidupan manusia karena terkat dengan pemenuhan pekerjaan. Sebab melalui sekolah, seseorang akan mendapatkan pendidikan. Jika seseorang berpendidikan yang tinggi, hal itu akan mudah baginya dalam mendapatkan pekerjaan yang lebih baik, demikian pula sebaliknya jika seseorang berpendidikan yang rendah. Maka tidak heran jika banyak orang terus semangat mengejar pendidikan mereka, sebab demikian sangat pentingnya bagi kehidupan manusia. Melalui pendidikan, seseorang akan terus maju dan mengukir banyak prestasi (Gunarsa 2016: 30).

Maka sekolah sebagai tempat pelaksanaan kegiatan belajar mengajar berlangsung, ilmu pengetahuan dikembangkan dan diajarkan kepada siswa. Adapun

kegiatan belajar mengajar di sekolah sebagai kegiatan inti dalam pendidikan di sekolah. Segala sesuatu yang telah diprogramkan akan dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar, terlaksana kegiatan transformasi ilmu pengetahuan dan nilai antara siswa dan guru (Gunarsa 2016: 30).

Menjadi komponen utama pada aktivitas belajar mengajar di sekolah adalah siswa dan guru. Proses belajar mengajar hanya dapat dilakukan jika kedua komponen tersebut ada. Manakala salah satu unsur tidak hadir maka kegiatan pembelajaran tersebut tentu saja tidak dapat terjadi atau tidak efektif. Sehingga dengan demikian proses transfer ilmu pengetahuan kepada siswa tidak dapat dilaksanakan. Namun pada kenyataannya, saat ini terkadang ditemukan salah satu komponen

utama tersebut ternyata tidak hadir dalam proses kegiatan belajar mengajar, seperti keadaan siswa yang tidak mengikuti atau pulang saat jam pelajaran di sekolah sedang berlangsung. Hal ini juga sesuai dengan pernyataan Amadustena (2010) dalam artikelnya bahwa saat ini kenyataan menunjukkan hal memprihatinkan saat ini dimana banyak siswa yang membolos saat jam sekolah.

Perilaku membolos dimana siswa hadir di sekolah akan tetapi tidak mengikuti proses pembelajaran baik sebagian maupun seluruh mata pelajaran, tanpa izin atau sepengetahuan pihak sekolah. Perilaku membolos dapat dimasukkan sebagai salah satu bagian dari kenakalan remaja. Masalah ini berkaitan dengan pelanggaran norma hukum dan norma-norma sosial. Dalam hal ini peserta didik yang melakukan pelanggaran terhadap aturan atau norma atau tata tertib yang diterapkan di sekolah. Perilaku membolos merupakan reaksi seorang individu terhadap adanya stimulus guna mencapai suatu tujuan.

Menurut Prayitno dalam Gunadi (2017) ada beberapa gejala siswa membolos antara lain yaitu: Berhari-hari tidak masuk belajar, tidak masuk belajar tanpa izin, sering keluar pada jam pelajaran tertentu, tidak masuk kembali setelah minta izin, masuk sekolah berganti hari, mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi, minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya, mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat, dan tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat.

Menurut Salahuddin (2011) gejala anak membolos dalam kegiatan pembelajaran seperti; tidak mengikuti pelajaran, tidak mengerjakan tugas, melanggar aturan kelas, tidak menghargai guru di kelas, dan tidak memperhatikan pelajaran yang disampaikan oleh guru.

Berbagai gejala tersebut merupakan gejala yang secara umum ditunjukkan oleh sebagian besar siswa yang memiliki kebiasaan membolos sekolah. Akan tetapi dalam hal ini antara siswa yang satu dengan yang lain menunjukkan gejala yang berbeda atau tidak sama dalam perilaku membolosnya.

Penyebab siswa membolos dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Beberapa faktor-faktor penyebab siswa membolos dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa bisa berupa karakter siswa yang memang suka membolos, sekolah hanya dijadikan tempat mangkal dari rutinitas-rutinitas yang membosankan di rumah (Amadustena 2010).

Faktor eksternal adalah faktor yang dipengaruhi dari luar siswa, misalnya kebijakan sekolah yang tidak berdamai dengan kepentingan siswa, guru yang tidak profesional, fasilitas penunjang sekolah misal laboratorium dan perpustakaan yang tidak memadai, bisa juga kurikulum yang kurang bersahabat sehingga mempengaruhi proses belajar di sekolah (Amadustena 2010).

Bahwa membolos merupakan perbuatan yang bukan saja berdampak pada kegagalan dalam

belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik sekolah, tetapi juga akan berdampak secara lebih luas seperti terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan lainnya, seperti menjadi pengagum *freesex*, pencandu narkoba, dan mengidolakan tawuran.

KONSEP DASAR TEKNIK *SELF MANAGEMENT*

Self Management merupakan suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Gagasan pokok dari penilaian *self management* adalah bahwa perubahan bisa dihardirkan dengan mengajar orang dalam menggunakan keterampilan menangani situasi bermaalah. Pada program *Self Management* ini individu mengambil keputusan tentang hal-hal yang berhubungan dengan perilaku khusus yang ingin dikendalikan atau diubah. Mulyadi (2015) menyatakan bahwa seringkali individu menemukan bahwa alasan utama dari ketidak berhasilannya mencapai sasarannya adalah tidak dimilikinya keterampilan.

Kawasan seperti itu pendekatan pengarahan diri sendiri bisa memberikan garis besar bagaimana bisa didapat perubahan dan sebuah rencana yang akan membawa perubahan. Ketika menggunakan strategi *Self Management* untuk merubah perilaku maka klien berusaha mengarahkan perubahan perilakunya dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi. Maka dengan demikian melalui langkah ini disamping klien dapat mencapai perubahan perilaku sasaran yang diinginkan juga dapat

mengembangkan kemampuan dalam mengelola dirinya.

Tujuan dari teknik *self management* yaitu agar peserta didik secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang membuat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. Dalam arti siswa dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada penginderaan terhadap hal-hal yang tidak baik peningkatan hal-hal yang baik dan benar (Mulyadi 2015).

Pada penerapan teknik *self management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan peserta didik. Guru BK berperan sebagai pencetus gagasan. Fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi peserta didik. Pada pelaksanaannya *self management* biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab (antecedent) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan yaitu fenomenologi yaitu dengan menggali dan menemukan pengalaman hidup manusia terhadap diri dan hidupnya. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata, tulisan atau lisan orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Nasution 2013).

Pendekatan kualitatif bersifat alami dan ditampilkan sesuai adanya (Lexy Mulyong 2016). Adapun jenis

penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis dan akurat, fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Penelitian ini berusaha menggambarkan situasi/kejadian tertentu. Penelitian kualitatif deskriptif digunakan karena peneliti ingin memaparkan atau menggambarkan tentang layanan konseling dengan teknik *Self Management* yang dilakukan terhadap siswa SMPN 2 Lamasi dalam rangka mengatasi perilaku membolos.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Perilaku Membolos Siswa Sebelum Kegiatan Konseling

Berdasarkan tujuan serta hasil penelitian yang telah dilakukan, maka kemudian dalam pembahasan penelitian ini, mengenai kondisi kelakuan membolos sebelum diberikan layanan konseling teknik *self management*. Hasil wawancara pada pertemuan pertama terhadap kelima siswa tersebut diketahui bahwa kelimanya rajin datang ke sekolah akan tetapi lebih sering hanya nongkrong di warung belakang sekolah saat jam pelajaran. Bercanda dengan sesama siswa yang juga membolos. Mereka akan pulang ke rumah saat bel tanda pulang sekolah berbunyi. Hal ini menurut peneliti agar tidak menimbulkan kecurigaan dari orang tua mereka. Kondisi siswa membolos itu dilakukan 2 sampai 3 kali dalam sepekan.

Sebelum memperoleh konseling dengan pendekatan teknik *self management* tingkah laku membolos siswa kelima siswa tersebut telah berakibat pada prestasi belajarnya. Menurut hasil wawancara dengan guru BK sekolah; *Saya menerima laporan beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas, kalo lima siswa yang kita bombing itu memiliki prestasi belajar yang kurang baik. Jadi ada beberapa itu mata pelajaran yang memang nilai hasil belajarnya kurang bagus.*(baris 10-16)

Prestasi yang buruk kelima siswa tersebut terlihat dari beberapa nilai ulangan harian mereka yang berada dibawah nilai rata-rata. Menurut kepala Amiruddin Kasau selaku Kepala Sekolah saat diwawancarai bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki nilai rendah yang hal itu terjadi karena siswa-siswa tersebut tidak menguasai materi pelajaran yang telah diajarkan para guru juga karena ada dari mereka yang sering bolos sehingga tidak punya catatan dan juga tidak belajar. Disamping itu, menurut keterangan guru BK jika anak-anak yang membolos seperti kelima siswa tersebut juga jarang mengumpulkan tugas bahkan kadang tidak mengikuti ulangan harian.

Kejadian membolos yang oleh siswa kelas VII SMPN 2 Lamasi pada awalnya muncul proses interaksi melalui lingkungannya. Membolos adalah suatu perbuatan yang bertentangan dengan norma-norma sosial sebagai dampak dari proses pengondisian lingkungan yang kurang baik. Pada kegiatan belajar yang keliru serta kekurangpahaman saat merespon lingkungan

dengan benar menjadi penyebab lahirnya sikap membolos. Setidaknya terdapat tiga faktor yang menyebabkan anak membolos yaitu pribadi siswa tersebut, keluarganya, dan sekolahnya. Adanya kolaborasi ketiga faktor itu sehingga dapat menjadi sebab siswa membolos. Hasil wawancara peneliti pada kelima siswa SMPN 2 Lamasi menunjukkan bahwa faktor pribadi siswa tersebut, keluarganya, dan sekolahnya menjadi sebab adanya oerbuatan membolos siswa.

Seperti diketahui bahwa selama ini pihak sekolah cenderung hanya memberikan hukuman tanpa melihat penyebab permasalahan yang dihadapi siswa. Kondisi pribadi siswa juga tidak mendapat perhatian dari pihak sekolah. Kondisi demikian menjadikan siswa krang nyaman saat berada disekolah ataupun masuki sekolah sehinningga memilih untuk membolos.

2. Faktor penyebab Membolos Siswa

Pada pertemuan pertama dan kedua merupakan tahapan assessment. Pertemuan pertama siswa menceritakan permasalahannya dengan sedikit pancingan pertanyaan dari peneliti. Pada peremuan kedua dengan menetapkan pokok dari masalah siswa sehingga menyebabkan bolos. Diketahui bahwa siswa 4 membolos merupakan faktor kesengajaan siswa tersebut agar mendapat perhatian dari kedua orang tuanya, sedangkan siswa 1,2,3, dan 5 adalah selalu bangun terlambat pada paginya. Bangun terlambat yang juga berakibat pada terlambat berangkat

dan tiba di sekolah. Oleh sekolah telah menetapkan aturan pemberian hukuman kepada siswa yang terlambat yang dalam hal ini sebagai pelaksana adalah satpam sekolah. Saat mereka terlambat, takut mendapatkan hukuman, maka mereka memilih untuk tidak masuk belajar dengan hanya nongkrong di belakang sekolah.

Siswa 1 bangun terlambat karena sepanjang malam sibuk dengan bermain game. Siswa 2 bangun terlambat karena bekerja sepanjang malam di salah satu warung kopi. Siswa 3 bangun terlambat karena kebiasaan nonton film box yang tayang pada larut malam. Siswa 4 sengaja membolos karena kurang diperhatikan oleh orang tuanya, dan agar mereka peduli padanya. Siswa 5 bangun telat karena kebiasaan nongkrong dengan teman sepanjang malam bermain kartu.

3. Layanan Konseling Teknik *Self Management*

Guna mengatasi persoalan membolos siswa peneliti melakukan berupa kegiatan konseling perorangan. Fungsi layanan konseling perorangan adalah terselesaikannya permasalahan yang dialami siswa. Melalui layanan ini diharapkan dapat mengurangi beban masalah siswa, meningkatkan serta mengembangkan potensi. Kegiatan konseling yang dilakukan tersebut mengarahkan pada upaya-upaya tersebut.

Pendekatan teknik self management dimana menempatkan bahwa setiap individu pada dasarnya mempunyai kecenderungan negatif dan positif yang sama. Dasar pada manusia ditentukan dan dibentuk

oleh lingkungan sosial budayanya. Kaitan dengan tersebut perbuatan yang salah pun ada karena proses belajar yang salah pada orang tersebut. Pembelajaran yang keliru tersebut karena orang yang bermasalah memiliki pola dominan merespon perbuatan negatif dari lingkungannya. Hal lainnya dari belajar yang keliru adalah disebabkan kekeliruan saat merespon lingkungan secara tepat. Kelakuan membolos adalah kelakuan yang muncul dari dampak belajar jadi untuk mengatasi kelakuan tersebut dilakukan dengan teknik konseling self management. Upaya konseling yang dilakukan adalah memperkuat tingkah laku baru yang lebih adaptif sehingga rajin masuk sekolah.

Pada kegiatan awal peneliti mengidentifikasi masalah siswa, dan menetapkan masalah utama siswa. Pada awal ini mereka pada umumnya kaget ketika dipanggil untuk melakukan konseling. Pertemuan awal mereka masih merasa malu untuk menjelaskan masalah yang membuat para siswa membolos. Akan tetapi berkat kesabaran dan beragam upaya peneliti akhirnya bisa mengajak siswa untuk terbuka menceritakan keadaan mereka yang sesungguhnya. Pada pertemuan kedua saat menentukan masalah pokok, siswa telah mulai terbuka akan keadaan mereka kepada peneliti. Pada kegiatan ini peneliti bersama siswa berhasil menetapkan masalah utama penyebab mereka membolos. Kegiatan kedua adalah goal setting yaitu menentukan tujuan daripada langkah konseling. Pada kegiatan ketiga ini peneliti bersama siswa melalui menetapkan tujuan dasar konseling dan sub tujuan

konseling. Berdasarkan kesepakatan dengan siswa bahwa fungsi utama dari kegiatan konseling adalah untuk mengatasi kelakuan membolos. Adapun sub tujuan dari upaya konseling adalah berupaya mengatasi hal yang mendorong kelakuan membolos siswa. Pada kegiatan ini peneliti juga menegaskan tugas dan perannya pada kegiatan konseling. Peneliti sekedar, membantu siswa untuk mengatasi kelakuannya. Peneliti menjelaskan bahwa tujuan konseling tidak akan terwujud manakala siswa tidak berusaha secara mandiri. Jadi peran siswa menjadi penentu utama terwujudnya atau tidaknya pencapaian yang telah disepakati bersama.

Kegiatan akhir merupakan upaya teknik konseling berupa pemberian penilaian dan evaluasi. Teknik yang dipakai guna mengatasi kelakuan membolos dengan teknik self management. Pada kegiatan ini peneliti memberikan lembar self management kepada siswa. Lembar ini berisikan apa saja yang harus dilakukan oleh siswa guna mengatasi kelakuan membolosnya.

Setelah siswa mendapatkan bimbingan konseling melalui teknik self management, diketahui berdasarkan keterangan guru BK bahwa kelima siswa yang dikonseling sejak empat pekan terakhir tidak pernah lagi ada laporan baik dari guru maupun wali kelas bahwa mereka membolos.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, Syaifudin. 2015. *Sikap Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Amndustena. 2010. Jurnal. *Fenomena Membolos di Kalangan Siswa* <https://amandustena.wordpress.com/2010/03/18/fenomena-membolos-di-kalangan-siswa/> diakses pada 20 Januari 2020.
- Danim, . Sudarwan. 2014. *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, Bandung: Alfabeta.
- Depdiknas. 2018. *Pedoman umum sistem pengujian hasil kegiatan belajar*, diakses dari internet, www.google.com, diakses tanggal 20 Januari 2020
- Dhieni, Nurbiana. 2017. *Metode Pengembangan Bahasa*, Semarang: UT.
- Gunadi, Winda. 2017. *Metode Pengembangan Perilaku dan Kemampuan Dasar Anak*, Semarang: UT.
- Gunardi, Winda, dkk. 2014. *Metode Pengembangan Perilaku dan Kemampuan Dasar Anak*, Tangerang: UT
- Gunarsa, Singgih. 2016. *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hakim, Lukman. 2015. *Perencanaan Pembelajaran*. Cet. II. Bandung, Wacana Prima.
- Hanafi, Abdullah. 2015. *Memahami Komunikasi Antar Manusia*. Surabaya: Usaha Offset.
- Hidayani, Rini. 2017. *Psikologi Perkembangan Anak*, Cet.IX. Tangerang: UT.
- Huda, Miftahul. 2015. *Model-Model Pembelajaran dan Pengajaran*. Cet. VI. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hernacki, Mike. 2016. *Quantum Learning*. Bandung: Kaifa.
- Muhajir, Noeng. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi III*. Yogyakarta: Rake Sarasin.
- Mulyadi. 2015. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Moleong, Lexy J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Mogulescue, S., Segal, H.J., 2002. *Approaches To Truancy Prevention*. Vera institute of justice, 1-14 dalam <http://waecareeducation.wordpress.com/2007/07/16/reviewaritime-jurnalapproaches-truancy-preventataio-2002/> diakses pada tanggal 9 Januari 2020.
- Nasution. 2013. *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Tarsito.
- Nugraha, Ali. 2015. *Metode Pengembangan Sosial Emosional*. Semarang: UT.
- Pekerti, Widia, dkk. 2017. *Metode Pengembangan Seni*. Semarang: UT.

- Satibi Hidayat, Otib. 2015. *Metode Pengembangan Moral & Nilai-Nilai Agama*, Tangerang: UT.
- Salahuddin. 2011. Jurnal. *Peroblematika Belajar*. <https://ayo-kita-belajar.blogspot.com/2011/04/membolos.html>. diakses 01 Februari 2020.
- Sigit Setyawan. 2013. *Nyalakan Kelasmu*, Jakarta: Grasindo.
- Subagyo, Joko P. 2017. *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryadi. 2011. *Libas Skripsi dalam 30 Hari*. Yokyakarta: Diva Press.
- Tim Penyusun. 2019. *Panduan Penulisan Skripsi Universitas Muhammadiyah Palopo*, Palopo.
- Tim Penyusun. T.th. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Media Centre.
- Yusvavera Syatra, Yuni. 2013. *Desain Relasi Efektif Guru dan Murid*, Yogyakarta: Buku Biru.