

**PENERAPAN PENDEKATAN KONSELING BEHAVIORAL MELALUI TEKNIK
SHAPING UNTUK MENGATASI PERILAKU HIPOAKTIVISME SISWA
KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN
TAHUN PEMBELAJARAN 2016/2017**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh :

RISKI AMELIA SIREGAR

NPM: 1302080075



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2017**

ABSTRAK

Riski Amelia Siregar, 1302080075, Penerapan Pendekatan Konseling Behavioral Melalui Teknik Shaping Untuk Mengatasi Prilaku Hipoaktivisme Siswa Kelas VIII SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN Tahun Pembelajaran 2016/2017. Skripsi Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penerapan Pendekatan konseling behavioral merupakan bentuk layanan bimbingan dan konseling khusus antara peserta didik (klien) dengan konselor dan mendapat layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang di derita peserta didik (klien) dalam melakukan aktivitas nya di sekolah. Ada beberapa hal yang menyebabkan anak berperilaku hipoaktivisme, diantaranya anak memiliki rasa kurang percaya diri, sulit bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, cenderung pendiam dan pasif dan penyendiri. Gejala hipoaktif ini bisa juga timbul pada remaja karena faktor bawaan (trait). Orang-orang yang berbakat pendiam atau pemalu atau tertutup dengan sendirinya akan tampak lebih hipoaktif dari remaja-remaja lainnya. Adapun tujuan penerapan layanan ini untuk mengetahui Penerapan Pendekatan Konseling Behavioral Melalui Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku *Hipoaktivisme* siswa kelas VIII di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN Tahun Pembelajaran 2016/2017. Kemudian instrumen yang digunakan dalam observasi dan wawancara. Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN. Maka diperoleh data siswa yang berperilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitasnya siswa). Setelah terlaksana layanan konseling individual terhadap perilaku *hipoaktivisme* siswa kelas VIII di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN peneliti melihat adanya perubahan dalam perilaku siswa yang mulai meningkat dengan lingkungan sekolah nya. Ini berarti Penerapan Pendekatan Konseling Behavioral Melalui Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku *Hipoaktivisme* Siswa berhasil dilakukan.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu syarat dalam pencapaian gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Shalawat dan salam penulis curahkan sepenuhnya kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari alam kegelapan menuju alam yang terang benderang serta dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Berkat usaha dan doa akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan walaupun masih ada kekurangannya. Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dalam hal isi maupu pemakaian bahasa, sehingga penulis memohon kritik yang membangun untuk penulisan selanjutnya.

Dengan pengetahuan dan pengalaman yang sangat terbatas akhirnya penulis menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Penerapan PendekatanKonseling Behavioral MelaluiTeknik Shaping untukMengatasiPerilakuHipoaktivismeSiswaKelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan TahunPembelajaran2016/2017**”.Berharap skripsi

ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat menambah ilmu pengetahuan bagi penulis sendiri.

Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini bukan hanya berstandar pada kemampuan penulis tetapi tidak terlepas dari bantuan semua pihak yang telah diberikan kepada penulis. Untuk itu sudah sepantasnya penulis memberikan penghargaan dan ucapan terima kasih terutama kepada orang tua penulis yaitu Ayahanda **HasanBasriSiregar** dan Ibunda **AmridaHarahap**, yang telah memberikan kasih sayang serta dukungan moril dan materil yang juga tidak pernah lelah mendoakan penulis dalam setiap sujud mereka.

Serta penulis juga mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga dan penghargaan kepada ibu **Dra. Hj. MarianiNasution, M.Pd** yang telah sabar, tekun, dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta memberi motivasi, arahan dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.

Selanjutnya penulis ucapkan terimakasih kepada pihak yang membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, untuk itu penulis ucapkan terimakasih kepada:

- Bapak Dr. Agussani, M.AP. sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- BapakDr.ElfriantoNasution, S.Pd, M.Pd selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

- Ibu Dra. Jamila, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.Pd Sekretaris Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Seluruh dosen khususnya pada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling beserta staf pegawai biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara atas kelancaran proses administrasi.
- Bapak Drs. Luqman sebagai Kepala SMP Muhammadiyah 05 Medan serta seluruh guru-guru yang telah bersedia memberi izin riset dan membimbing penulis selama melakukan riset.
- Ibu Dra. Jamilah AR selaku guru Bimbingan dan Konseling dan sekaligus pamong yang telah membantu penulis dalam mengumpulkan data demi kelancaran dalam melaksanakan penelitian dan penyelesaian penulisan skripsi ini.
- Kepada saudara/saudari kandung penulis Henny Syahriah Srg, Saipul Ramadhan Srg, Dian Pandapotan Srg dan Adi Candra Srg yang selalu memberikan motivasi, semangat kepada penulis, yang menggantikan rasa lelah dan gundah penulis dengan canda dan tawa.

- Kepada sahabat-sahabat yang telah mensupport penulis dan member motivasi, semangat kepada penulis dan juga membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini khususnya Rika Amelinda Srg, Fitri Kurnia, Sarah Silitonga.
- Kepada rekan sepermaianan Uniza Zulhafni, Arninta, Annisa Marliza, Neni Trida Ningsih.
- Kepada seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2013 kelas BK A sore yang selalu menjaga kekompakan selama bertahun-tahun.
- Kepada teman dekat peneliti Muhammad Imam Prahdanayang selalumenemanibimbingandalammenyelesaikanskripsidanmemberikan support.

Semoga Allah SWT senantiasa muncurkan rahmat-Nya kepada kita semua dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, terutama bagi penulis sendiri.

Medan, Maret 2017

Penulis

Riski Amelia Siregar

1302080075

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB IPENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	8
A. Kerangka Teoritis.....	8
1. Pendekatan Behavioral	8
1.1. Pengertian pendekatan behavioral.....	8
1.2. Fungsi Pendekatan Konseling Behavioral	9
1.3. Manfaat Pendekatan Konseling Behavioral	10
1.4. Tujuan Pendekatan Konseling Behavioral	10
1.5. Faktor-faktor Mempengaruhi Pendekatan Behavioral	11
1.6. Ciri-ciri Pendekatan Behavioral.....	11

2. Layanan konseling individual.....	13
2.1. Pengertian layanan konseling individual	13
2.2. Tujuan layanan konseling individual	14
2.3. Pendekatan dan Teknik dalam Konseling Individual.....	16
3. Teknik Shaping.....	20
3.1. Pengertian Teknik Shaping	20
3.2. Cara Pelaksanaan Atau Tahap-Tahap	21
4. Hipoaktivisme.....	22
B. Kerangka Konseptual	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	27
B. Subjek dan Objek Penelitian	28
C. Definisi Operasional.....	28
D. Instrumen Penelitian.....	29
E. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	36
1. Gambaran Umum Sekolah.....	36
2. Profil Sekolah	36
3. Visi Dan Misi SMP MUHAMMADIYAH 05	37
4. Saran dan Prasarana SMP MUHAMMADIYAH 05.....	37
5. Data Guru dan Pegawai SMP MUHAMMADIYAH 05	38
6. Jumlah Siswa di Sekolah SMP MUHAMMADIYAH 05	39

7. Struktur Organisasi SMP MUHAMMADIYAH 05	39
B. Deskripsi Hasil Penelitian	40
1. Pelaksanaan Pendekatan Konseling Behavioral Melalui Teknik Shaping di SMP MUHAMMADIYAH 05.....	41
2. Perilaku Hipoaktivisme Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05.....	44
3. Penerapan Pendekatan Koseling Behavioral Untuk Mengatasi Perilaku Hipoaktivisme Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05.....	46
C. Pemahasan Hasil Penelitian	49
D. Keterbatasan Peneliti.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	27
Tabel 3.2 Pedoman Observasi Untuk Siswa.....	29
Tabel 3.3 Pedoman Wawancara Untuk Wali Kelas	31
Tabel 3.4 Pedoman Wawancara Untuk Guru BK.....	32
Tabel 3.5 Pedoman Wawancara Untuk Siswa.....	33
Tabel 4.1 Sarana dan Prasarana Sekolah	37

Daftar Lampiran

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2 Pedoman Wawancara Dengan Wali Kelas

Lampiran 3 Pedoman Wawancara Dengan Guru Bimbingan dan Konseling

Lampiran 4 Pedoman Wawancara Dengan Siswa

Lampiran 5 Pedoman Wawancara Dengan Siswa

Lampiran 6 Pedoman Wawancara Dengan Siswa

Lampiran 7 Lembar Observasi

Lampiran 8 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

Lampiran 9 Dokumentasi

Lampiran 10 Struktur Organisasi Sekolah

Lampiran 11 K-1

Lampiran 12 K-2

Lampiran 13 K-3

Lampiran 14 Berita Acara Profosal

Lampiran 15 Lembar Pengesahan Profosal

Lampiran 16 Berita Acara Seminar Profosal

Lampiran 17 Lembar Pengesahan Hasil Seminar

Lampiran 18 Surat Pernyataan Non Plagiat

Lampiran 19 Surat Riset

Lampiran 20 Surat Balasan Riset

Lampiran 21 Berita Acara Bimbingan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia. Pendidikan selalu mengalami perubahan, perkembangan dan perbaikan sesuai dengan perkembangan di segala bidang kehidupan. Perubahan dan perbaikan dalam bidang pendidikan meliputi berbagai komponen yang terlibat di dalamnya baik itu pelaksana pendidikan di lapangan (kompetensi guru dan kualitas tenaga pendidik), mutu pendidikan, perangkat kurikulum, sarana dan prasarana pendidikan dan mutu manajemen pendidikan termasuk perubahan dalam metode dan strategi pembelajaran yang lebih inovatif. Upaya perubahan dan perbaikan tersebut bertujuan membawa kualitas pendidikan Indonesia lebih baik. Untuk menghadapi tantangan ini diperlukan kesiapan individu secara fisik dan mental, agar lebih mampu mengatasi berbagai hal dalam mencapai kesuksesan.

Konseling individual terjadi ketika seorang konselor bertemu secara pribadi dengan seorang siswa untuk tujuan konseling . Ini adalah interaksi antara konselor dan konseli yang berfikir bahwa ini adalah esensi dari pekerjaan konselor.

Layanan konseling individual merupakan bentuk layanan bimbingan dan konseling khusus antara peserta didik (klien) dengan konselor dan mendapat layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang di derita peserta didik(klien).

Konseling individual merupakan bentuk layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Dengan demikian konseling perorangan merupakan” jantung hati”. Pengertian “jantung hati” adalah apabila

seorang konselor telah menguasai dengan baik apa, mengapa dan bagaimana pelayanan konseling itu (memahami, menghayati dan menerapkan wawasan, pengetahuan dan keterampilan dengan berbagai teknik) maka di harapkan ia dapat menyelenggarakan layanan-layanan bimbingan lainya tanpa mengalami banyak kesulitan.

Konseling individual sebagai intervensi mendapatkan popularitas dari pemikiran teoritis dan filosofis yang menekankan penghormatan terhadap nilai individu, perbedaan dan hak-hak. Hubungan konseling bersifat pribadi. Hal ini memungkinkan beberapa jenis komunikasi yang berbeda terjadi antara konselor dan konseli,perlindungan integritas dan kesejahteraan konseli dilindungi.

Banyak peserta didik yang tidak mau menceritakan masalah pribadi atau urusan pribadi mereka dalam diskusi kelas dengan guru. Beberapa dari mereka ragu untuk berbicara di depan kelompok-kelompok kecil. Oleh karena itu,konseling individual dalam sekolah-sekolah tidak terlepas dari psikoterapi, di dasarkan pada asumsi bahwa konseli itu lebih suka berbicara sendirian dengan seorang konselor.

Pada Umumnya, kerahasiaan, selalu di anggap sebagai dasar konseling. Akibatnya, muncul asumsi bahwa siswa membutuhkan pertemuan pribadi dengan konselor untuk mengungkapkan pikiran mereka dan untuk meyakinkan bahwa pengungkapan mereka akan dilindungi. Tidak ada yang lebih aman dari konseling individual.

Konseling behavioral terjadi ketika seorang konselor bertemu secara pribadi dengan seorang siswa untuk tujuan konseling . Ini adalah interaksi antara konselor dan konseli yang berfikir bahwa ini adalah esensi dari pekerjaan konselor.

Pendekatan konseling behavioral merupakan bentuk layanan bimbingan dan konseling khusus antara peserta didik (klien) dengan konselor dan mendapat layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang di derita peserta didik(klien).

Konseling behavioral merupakan bentuk layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Dengan demikian konseling perorangan merupakan ” jantung hati”. Pengertian “jantung hati” adalah apabila seorang konselor telah menguasai dengan baik apa, mengapa dan bagaimana pelayanan konseling itu (memahami, menghayati dan menerapkan wawasan, pengetahuan dan keterampilan dengan berbagai teknik) maka di harapkan ia dapat menyelenggarakan layanan-layanan bimbingan lainnya tanpa mengalami banyak kesulitan.

Teknik shaping adalah pembentukan perilaku baru atau perilaku yang belum pernah dilakukan individu, dan sulit atau tidak mungkin untuk memunculkan perilaku baru yang di inginkan tersebut, dengan cara memberi penguat/penguat jika telah muncul perilaku-perilaku yang menyerupai atau mendekati perilaku yang di inginkan, sehingga pada akhirnya memunculkan perilaku yang sama sekali baru yang diinginkan.

Jadi shaping itu adalah suatu proses yang digunakan untuk membentuk perilaku seorang individu. karena perilaku memiliki tingkat kejadian, maka tidak

mungkin untuk meningkatkan frekuensi perilaku hanya dengan menunggu sampai terjadi dan kemudian baru menguatkannya.

Tujuan teknik shaping dalam terapi konseling individual adalah pembentukan tingkah laku yang belum pernah dilakukan individu. Hubungan antara konselor dan konseli ini lebih sebagai guru dan murid. Hal ini dikarenakan peran konselor lebih aktif dalam pengentasan masalah konseli.

Pengertian hipoaktivisme adalah perilaku yang menunjukkan kurangnya aktivitas. Pendekatan konseling behavioral merupakan bentuk layanan bimbingan dan konseling khusus antara peserta didik (klien) dengan konselor dan mendapat layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang di derita peserta didik (klien). Keadaan hipoaktif bisa oleh gangguan jiwa.

Konseling individual merupakan salah satu jenis layanan bimbingan konseling yang tepat untuk membantu mengatasi perilaku hipoaktivisme. Karena di SMP Muhammadiyah 58 Medan, masih ada siswa yang memiliki perilaku hipoaktivisme. Lebih banyak melamun dan berdiam diri serta cenderung pasif.

Di sekolah SMP Muhammadiyah 58 Medan kurang memberikan layanan konseling individual terhadap siswa yang berperilaku negative, yaitu anak yang berperilaku hipoaktivisme. Sifat atau karakter anak yang berperilaku hipoaktivisme dapat dilihat antara lain cenderung diam, tidak aktif, pasrah, tidak mau berusaha, tidak mempunyai hobi, tergantung terus pada orang tua atau mengalami gangguan belajar yang serius dan jarang di antara mereka yang mengerjakan PR dengan sungguh-sungguh.

Dengan demikian dari fakta di atas penulis tertarik untuk meneliti masalah tersebut dan di sekolah ini belum pernah ada yang meneliti masalah yang akan penulis teliti. Maka dari itu penulis ingin meneliti dengan judul **“Penerapan Pendekatan Konseling Behavioral melalui Teknik Shaping untuk Mengatasi Perilaku Hipoaktivisme Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017”**.

B. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan judul dan latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Siswa yang berperilaku hipoaktivisme cenderung diam dan pasif
2. Siswa yang berperilaku hipoaktivisme sulit bersosialisasi dengan lingkungan.
3. Siswa yang berperilaku hipoaktivisme memiliki sikap tidak percaya diri.
4. Guru tidak pernah menerapkan pendekatan behavioral untuk mengatasi masalah siswa.

C. Batasan Masalah.

Untuk menghindari luasnya permasalahan yang menimbulkan bermacam-macam penafsiran, maka peneliti memberikan batasan masalah yaitu Pendekatan Konseling Behavioral Melalui Layanan Konseling Individual dengan Teknik Shaping dan Perilaku Hipoaktivisme.

D. Rumusan Masalah.

Sesuai dengan identifikasi masalah diatas maka dirumuskan sebagai berikut:
“Bagaimana Penerapan Pendekatan Konseling Behavioral melalui Teknik Shaping untuk Mengatasi Perilaku Hipoaktivisme Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017.

E. Tujuan Penelitian

Pendekatan tujuan penelitian berfungsi untuk menentukan arah yang tepat bagi peneliti untuk menghindari kesulitan-kesulitan yang mungkin akan terjadi dalam proses penelitian, mengingat pentingnya tujuan penelitian, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan pendekatan layanan konseling behavioral melalui teknik shaping untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilaksanakan, baik bagi penelitian maupun orang lain serta dalam rangka pengembangan ilmu, adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi jurusan Bimbingan dan Konseling dan bagi mahasiswa dalam menambah ilmu pengetahuan dan pengembangan khususnya di bidang layanan konseling individual.

- b. Sebagai bahan masukan dan sumber referensi bagi peneliti lain dalam bidang yang sama.
- c. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa jurusan BK UMSU dalam menambah dan mengembangkan wawasan berfikir dan memperkaya ilmu pengetahuan.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai bahan masukan bagi sekolah, guru bidang studi dan guru BK dalam pelaksanaan proses bimbingan konseling.
- b. Sebagai bahan masukan dan pengetahuan bagi orang tua siswa, agar dapat memberi bimbingan dan dukungan kepada siswa dalam mengatasi perilaku hipoaktivisme.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka toritis

1. Pendekatan Behavioral

1.1 Pengertian pendekatan behavioral

Behavioral adalah tingkah laku manusia. Pandangan behavioral menitikberatkan pada proses belajar sebagai dasar tingkah laku baik dan buruk. Timbulnya kelainan tingkah laku disebabkan jika seorang gagal menemukan cara penyesuaian diri yang cocok untuk dilakukan, akibat belajar dengan cara penyesuaian diri yang salah. Gerald Corey (2005:193), “ Terapi tingkah laku adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar”.

Behavioral *Counseling* ini muncul sebagai reaksi terhadap corak konseling yang memandang hubungan antar pribadi yaitu konselor dan konseli, sebagai komponen dalam pelaksanaan bimbingan mutlak diperlukan untuk memberikan bantuan psikologis pada seseorang. Perubahan tingkah laku itu diusahakan melalui suatu proses pelajar atau belajar kembali yang berlangsung selama proses konseling. Proses konseling dipandang sebagai proses pendidikan, yang berpusat pada usaha membantu dan kesediaan dibantu untuk belajar perilaku baru dan dengan demikian aka mengatasi berbagai macam permasalahan.

Menurut Winkel (2004: 420), menyatakan bahwa “Konseling behavioristik berpangkal pada beberapa keyakinan tentang martabat manusia, yang sebagian

bersifat filsafah dan sebagian bersifat psikologis, yaitu: manusia pada dasarnya tidak berakhlak baik dan buruk, bagus atau jelek, manusia mampu untuk berefleksi atas tingkah lakunya sendiri, menangkap apa yang dilakukannya dan mengatur serta mengontrol perilakunya sendiri, manusia mampu untuk memperoleh dan membentuk sendiri suatu pola tingkah laku yang baru melalui proses belajar, manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain dan dirinya pun dipengaruhi oleh orang lain”.

Berdasarkan beberapa definisi para ahli di atas, pendekatan behavioral dapat disimpulkan bahwa pendekatan yang berpegang pada keyakinan perilaku manusia merupakan hasil suatu proses belajar dan karena itu dapat diubah dengan metode belajar baru. Manusia dapat mempengaruhi orang lain, begitu pula sebaliknya. Manusia dapat menggunakan orang lain sebagai metode pembelajarannya.

1.2 Fungsi Pendekatan Behavioral

Gerald Corey (2005: 198),”Pendekatan Behavioral didasarkan pada pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yang menekankan pada pentingnya pendekatan sistematis dan struktur pada konseling. Pendekatan behavioral berpandangan pada setiap tingkah laku dapat dipelajari. Proses belajar tingkah laku adalah melalui kematangan dan belajar. Selanjutnya tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru. Manusia mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, dapat mengatur serta mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain.

1.3 Manfaat Pendekatan Behavioral

Menurut B.F.Skinner (dalam Gerald Corey: 2013: 195) menyebutkan bahwa “ Para behavioris radikal menekankan manusia sebagian dikendalikan oleh kondisi-kondisi lingkungan”. Pendirian deterministik mereka yang kuat berkaitan erat dengan komitmen terhadap pencarian pola-pola tingkah laku yang diamati. Mereka menjabarkan melalui rincian spesifik berbagai faktor yang dapat diamati yang mempengaruhi belajar serta membuat argumen bahwa manusia dikendalikan oleh kekuatan-kekuatan eksternal.

1.4 Tujuan Pendekatan Konseling Behavioral

Tujuan dari pendekatan behavioral adalah membantu klien untuk memperbaiki tingkah laku yang negatif. Terapi behavioral beranggapan bahwa gangguan tingkah laku itu diperoleh melalui hasil belajar yang keliru, dan karenanya harus diubah melalui proses belajar, sehingga dapat lebih sesuai. Pendekatan ini tidak banyak menggunakan bahasa verbal, tetapi langsung menggarap gejala yang tampak pada klien. Apabila klien mengeluh karena mengalami kecemasan, konselor tidak akan mencoba menelusuri sejarah hidup klien, tetapi akan menyusun langkah-langkah rekondisi untuk menghilangkan tingkah laku yang maladaptif dan membentuk tingkah laku baru.

Gerald Corey (2005: 199),”Tujuan umum terapi tingkah laku atau behavioral adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar”. Dasar alasannya ialah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (*learned*) termasuk tingkah laku yang maladaptif. Jika tingkah laku *neurotik learned* maka ia bisa

unlearned (dihapus dari ingatan), dan tingkah laku yang lebih efektif bisa diperoleh. Terapi tingkah laku pada hakiktnya terdiri atas proses penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif dan pemberian pengalaman-pengalaman belajar yang didalamnya terdapat respon-respon yang layak, namun belum dipelajari.

1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pendekatan Behavioral

Gerald Corey (2005: 201), "Konseling behavioral merupakan bentuk layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Dengan demikian konseling perorangan merupakan" jantung hati". Pengertian "jantung hati" adalah apabila seorang konselor telah menguasai dengan baik apa, mengapa dan bagaimana pelayanan konseling itu (memahami, menghayati dan menerapkan wawasan, pengetahuan dan keterampilan dengan berbagai teknik) maka di harapkan ia dapat menyelenggarakan layanan-layanan bimbingan lainnya tanpa mengalami banyak kesulitan.

Konseling behavioral dipengaruhi oleh pemikiran teoritis dan filosofis yang menekankan penghormatan terhadap nilai individu, perbedaan dan hak-hak. Hubungan konseling bersifat pribadi. Hal ini memungkinkan beberapa jenis komunikasi yang berbeda terjadi antara konselor dan konseli, perlindungan integritas dan kesejahteraan konseli dilindungi.

1.6 Ciri-ciri Pendekatan Behavioral

Di dalam kegiatan konseling behavioral (prilaku), tidak ada suatu teknik konselingpun yang harus selalu digunakan, akan tetapi teknik yang dirasa kurang baik dieliminasi dan diganti dengan teknik yang baru. Dalam terapi tingkah laku,

teknik-teknik spesifik yang beragam bisa digunakan secara sistematis dan hasilnya dapat dievaluasi. Corey (2013: 208-222),”teknik -teknik dalam terapi tingkah laku yakni: Desentisisasi sistematis, latihan asertif, terapi impulsif dan pembanjiran impulsif, pembentukan perilaku model dan terapi aversi. Lebih lanjut Corey (2013: 208-222),” Menjelaskan teknik-teknik dalam terapi tingkah laku tersebut”:

- a. Desentisisasi sistematis merupakan teknik relaksasi yang digunakan untuk menghapus perilaku yang diperkuat secara negatif biasanya berupa kecemasan dan dia menyatakan respon berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan
- b. Latihan asertif yaitu latihan perilaku asertif yang digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya salah atau benar.
- c. Terapi impulsif dan pembanjiran terapi impulsif dikembangkan berdasarkan atas asumsi bahwa seseorang yang secara berulang-ulang dihadapkan pada situasi penghasil kecemasan dan konsekuensi-konsekuensi yang menakutkan ternyata tidak muncul maka kecemasan akan menghilang.
- d. Pembentukan perilaku model digunakan untuk membentuk perilaku baru klien dan memperkuat perilaku yang sudah dibentuk.
- e. Kontrak perilaku berdasarkan atas pandangan bahwa membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan memperoleh ganjaran tertentu sesuai dengan kontrak yang disepakati.

- f. Terapi aversi digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk, teknik ini digunakan untuk meningkatkan kepekaan klien agar mengganti respon pada stimulus yang disenanginya. Dengan kebalikan stimulus tersebut pembentukan respon. Dalam pembentukan respon tingkah laku skarang secara bertahap diubah dengan memprkuat secara unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir.

2. Layanan Konseling Individual

2.1 Pengertian Layanan Konseling Individual

Dalam bimbingan dan konseling terdapat beberapa layanan yang diberikan untuk membantu individu dalam menilai kecakapan, minat, bakatnya, serta mengembangkan secara optimal yang salah satunya yaitu konseling individual.

Menurut Prayitno (2004: 288) ,”Pada bagian konseling ini merupakan pelayanan bimbingan konseling yang paling khusus karena hubungan/proses layanan langsung bertatap muka antara konselor dengan klien, konseling ini juga merupakan “jantung hati” pelayanan bimbingan secara menyeluruh, disebut sebagai “jantung hati” ialah apabila seseorang konseor telah menguasai dengan sebaik-baiknya apa, mengapa, dan bagaimanapelayanan konseling itu (dalam arti memahami, menghayati, teknik dan prosesnya) maka dapat diharapkan ia akan dapat menyelenggarakan layanan-layanan bimbingan lainnya dengan tidak mengalami banyak kesulitan”.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa layanan individual adalah proses pemberian bantuan kepada konseli untuk mengatasi masalah yang dihadapinya secara tatap muka berdasarkan pedoman wawancara.

2.2 Tujuan layanan konseling individual

Menurut Abu Bakar (2011: 18), “Konseling individual bertujuan membantu individu untuk memecahkan masalah-masalah pribadi baik sosial maupun emosional yang dialami saat sekarang maupun yang akan datang”.

Menurut Abu Bakar (2012:40),”Tanggung jawab konselor dalam proses konseling adalah mendorong untuk mengembangkan potensi diri siswa, agar dia mampu bekerja efektif, produktif, dan menjadi manusia mandiri”. Di samping itu tujuan konseling adalah agar siswa mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya. Hal ini penting dari pada tujuan konseling adalah meningkatkan keimanan dan ketaqwaan siswa. Sehingga siswa menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual, social, emosional dan moral- religious.

Pengembangan potensi intelektual menjunjung tumbuhnya kreativitas dan produktivitas. Perkembangan social berorientasi kepada pengembangan relationship with other, yaitu bagaimana agar siswa mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain di keluarga, sekolah, tempat pekerjaan dan masyarakat. Tujuan layanan konseling individual terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus.

Tujuan umum

Menurut Abu Bakar M. Luddin (2011:41), tujuan umum pendekatan konseling behavioral adalah terentasnya masalah yang di alami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) sesuatu yang ingin dihilangkan, dan/atau (c) sesuatu yang dapat menghambat atau

menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud; atau, meniadakan keberadaan sesuatu yang di maksud; dan/atau mengurangi intensitas hambatan dan/atau kerugian yang di timbulkan oleh suatu yang di maksudkan itu. Dengan layanan konseling individual beban klien diringankan, kemampuan klien ditingkatkan, potensi klien dikembangkan. Tujuan umum layanan konseling individual adalah pengentasan masalah klien dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini.

Tujuan khusus

Menurut Abu Bakar M. Luddin (2011:42), tujuan khusus pendekatan konseling behavioral ada empat. Pertama, melalui layanan konseling individual klien memahami seluk-beluk masalah yang dialami secara mendalam, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman). Kedua, pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentasnya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan). Pemahaman dan pengentasan masalah merupakan fokus yang sangat khas, kongrit dan langsung di tangani dalam layanan konseling individual.

Ketiga, pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai (fungsi pengembangan/pemeliharaan). Bahkan, secara tidak langsung, layanan konseling individual sering kali menjadikan pengembangan/pemeliharaan potensi dan unsur-unsur positif klien sebagai fokus dan sasaran layanan.

Keempat, apabila masalah yang di alami klien menyangkut di langgarnya hak-hak klien sehingga klien teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi). Melalui layanan konseling individual klien memiliki kemampuan untuk membela diri sendiri menghadapi keteraniayaan itu. kelima sasaran yang merupakan wujud dari keseluruhan fungsi konseling itu, secara langsung mengarahkan kepada dipenuhinya kualitas untuk kehidupan sehari-hari yang efektif.

2.3 Pendekatan dan Teknik dalam Konseling Individual

Adanya pendekatan dan teknik dalam konseling individual sangatlah penting untuk tercapainya tujuan dari proses konseling individual. Menurut Prayitno (2004: 15),” Dalam layanan konseling individual pada umumnya digunakan pendekatan elektik yang mensenergikan unsur pendekatan direktif non-direktif, humanistik-behavioristik, kognitif-emosional-afektif melalui penerapan berbagai teknik dalam spektrum yang luas, sesuai dengan unsur fakta permasalahan klien yang dibahas”.

Pengembangan dalam proses konseling individual berlangsung sejak awal konselor bertemu dengan klien sampai berakhirnya proses konseling. Dalam proses ini digunakan sebagai pendekatan dan teknik untuk membangun dan menciptakan hubungan yang intensif antara klien dan konselor. Seperti dapat dilihat dari:

1. Penerimaan Terhadap Klien

Dalam proses layanan konseling individual penerimaan terhadap klien sangatlah penting yang bertujuan untuk menciptakan suasana nyaman mungkin. Konselor menerima klien secara terbuka, ramah, lembut, serta penampilan mimik wajah yang bersahaja, bahasa verbal dan non-verbal yang mengajak bersahabat yang menciptakan suasana yang kondusif.

2. Posisi Duduk

Dalam interaksi antara konselor dan klien dalam proses layanan bersifat formal layanan, sehingga perlu diatur.

3. Penstrukturan

Penstrukturan didalam layanan ini sangat diperlukan. Kedalam dan volume serta kapan penstrukturan dilaksanakan, disesuaikan dengankondisi pemahaman wawasan, persepsi, dan sikap klien terhadap layanan pada konseling pada umumnya.

4. Teknik Umum

Dalam layanan ini konselor dapat menggunakan berbagai teknik untuk mengembangkan proses layanan ini agar efektif dalam mencapai tujuan layanan.

Teknik tersebut meliputi:

- a. Kontak mata
- b. Kontak psikologis
- c. Ajakan untuk berbicara
- d. 3M (mendengar dengan cermat, memahami secara tepat, merespon tepat dan positif)

- e. Peruntutan
 - f. Pertanyaan terbuka
 - g. Dorongan minimal
 - h. Refleksi isi dan perasaan
 - i. Penyimpulan dan penafsiran
 - j. Konfrontasi
 - k. Ajakan untuk memikirkan sesuatu yang lain
 - l. Peneguhan hasrat
 - m. Penfrustasian klien
 - n. Strategi
 - o. Suasana diam
 - p. Transferensi dan kontak transferensi
 - q. Teknik eksperiensial
 - r. Interpretasi pengalaman masa lampau
 - s. Asosiasi bebas
 - t. Sentuhan jasmania
 - u. Penilaian
 - v. Laporan
5. Teknik khusus

Dalam proses layana teknik-teknik yang digunakan untuk membina kemampuan tertentu pada diri klien. Jenis teknik khusus itu adalah:

- a. Pemberian informasi
- b. Pemberian conoh dan latihan bertingkah laku

- c. Pemberian contoh pribadi
- d. Perumusan tujuan
- e. Latihan penanganan
- f. Kesadaran tubuh
- g. Desentisisasi
- h. Kursi kosong
- i. Permainan peran dan permainan dialog
- j. Latihan keluguan
- k. Latihan seksual
- l. Analisis transaksional
- m. Analisis gaya hidup
- n. Kontak

Secara spesifik, penerapan teknik khusus ini lebih banyak menuntut kegiatan yang bersifat tindakan (*modus action*) daripada bicara (*verbal*). Menurut Prayitno (2004: 88), "Penerapan teknik-teknik tersebut tidak menuntut harus berurutan tetapi melainkan terpilih dan terpadu mengacu kepada proses interaksi efektif sesuai dengan objek yang direncanakan dan suasana proses pembentukan yang berkembang".

3. Teknik Shaping

3.1 Pengertian Teknik Shaping

Menurut Sarlito Wirawan Sarwono (2009: 61), “Shaping ialah proses yang menggunakan pembelajaran dengan jalan pelajaran yang diberikan secara perlahan mendekati sama dengan tingkah laku rumit”.

Menurut Corey Gerald (2007: 93),”Teknik shaping adalah mengajarkan tingkah laku dengan terus-menerus melakukan aproksimasi dan membuat rantai hubungan”. Tingkah laku yang tidak pernah di munculkan tidak dapat direinforcement. Shaping dilakukan melalui sejumlah pendekatan yang berangsur, dan dalam prosesnya akan terdapat tingkah laku yang direinforcement dan ada yang tidak. Pada setiap tahap, konselor diharapkan dapat memberikan reinforcement sampai pada tahap perilaku yang diinginkan itu muncul.

Shaping merupakan metode penting untuk mengembangkan pola tingkah laku baru disamping penggunaan *reinforcement* untuk memperkuat tingkah laku. Kebanyakan yang di ajarkan disekolah adalah urutan tingkah laku yang kompleks, bukan hanya “simple response”. Tingkah laku yang kompleks ini dapat di ajarkan melalui proses “shaping” atau “ successive approximations” (menguatkan komponen-komponen respon final dalam usaha mengarahkan subyek kepada respon final tersebut). Beberapa tingkah laku yang mendekati respon tersekolahnal.bila guru membimbing siswa menuju pencapaian tujuan dengan memberikan penguatan pada langkah-langkah menuju keberhasilan, maka guru itu menggunakan teknik yang disebut shaping.

Memberikan *reinforcement* (penguatan) pada perilaku yang mendekati. Jika salah satu perilaku yang mendekati tidak terbentuk dalam frekuensi yang tinggi, maka terapis menghentikan pemberian *reinforcement* untuk perilaku lain yang mendekati. Shaping merupakan prosedur behavior untuk membentuk perilaku target dengan cara memberikan *reinforcement* pada berbagai perilaku yang mendekati, hingga pada akhirnya terbentuk perilaku yang diinginkan (perilaku target). Ketika perilaku yang mendekati perilaku target muncul, maka akan diberikan *reinforcement* pada saat yang sama diberikan *extenction* untuk memadamkan perilaku sebelumnya.

Sebagai contoh, ketika anak diajarkan berbicara, ketika ia mengucapkan “ma” maka orang tua memberikan *reinforcement* berupa pelukan, ciuman, ketika ia berhasil mengucapkan “mama” maka *reinforcement* diberikan kembali, sedangkan pemberian *reinforcemen* pada “ma” dihilangkan.

3.2 Cara Pelaksanaan Atau Tahap-Tahap

Faktor-faktor yang mempengaruhi keefektifan shaping

1. Specifying the Final Desired Behavior

Tahap pertama dalam penerapan shaping adalah mengidentifikasi secara jelas perilaku akhir yang di inginkan. Biasa disebut dengan terminal behavior. Jika terapis dan klien memiliki tujuan perilaku akhir yang berbeda, maka akan menghambat tercapainya kemajuan, karenanya perilaku akhir harus diidentifikasi secara jelas termasuk dalam dimensi yang mana

1. Choosing a Starting Behavior

Karena reinforcement diberikan pada perilaku yang mendekati target, maka kita harus menentukan starting pointnya. Baik yang similar atau bahkan tidak similar.

2. Choosing the Shaping Steps

Tahap shaping harus ditentukan secara teliti dan jelas. Tidak ada ukuran yang pasti dalam menyusun tahap shaping. Setelah tahapan shaping ditentukan namun kemajuan tidak signifikan, maka dapat secara fleksibel berubah.

3. Moving along the correct pace

Ada beberapa aturan yang dapat diterapkan dalam memberikan reinforcement dalam suatu tahap shaping.

- a. Berikan reinforcement paling tidak beberapa kali sebelum melanjutkan ke tahap berikutnya.
- b. Hindari pemberian *reinforcement* (penguatan) yang terlalu sering pada tiap tahap. Jika pemberian reinforcement pada satu tahap bertahap dalam waktu yang lama, maka perilaku itu akan menetap secara kuat dan sulit untuk beralih ke tahap selanjutnya.
- c. Jika kehilangan salah satu perilaku karena bergerak terlalu cepat, maka kembalilah ke perilaku sebelumnya.

4. Hipoaktivisme

Kenakalan remaja dan beberapa kelainan perilaku remaja yang lain biasanya dikaitkan dengan agresivitas atau hiperaktivisme (aktivitas yang terlalu berlebihan) dari remaja. Akan tetapi, disisi lain ada sebagian remaja yang sangat

kurang aktivitasnya (hipoaktivisme). Sarlito W Sarwono (2013: 258), "Hipoaktivisme ialah remaja yang sangat kurang aktivitasnya mereka yang tergolong hipoaktif ini biasanya lambat dianggap sebagai gangguan karena mereka umumnya tidak mengganggu orang lain". Orang mungkin hanya mengira anak itu pemalu atau pendiam. Bahkan banyak orang tua yang merasa senang bahwa anaknya hipoaktif karena kelakuan mereka manis, tidak pernah merepotkan orang tua.

Keadaan hipoaktif ini disebabkan oleh gangguan jiwa. Salah satu gangguan yang dimaksud adalah *skizofrenia*. Memang tidak semua jenis skizofrenia ditandai dengan pasivisme. Bahkan ada yang cirinya adalah hiperaktivisme dan agresivisme. Akan tetapi, jenis-jenis skizofrenia tertentu seperti *skizofrenia residual* (berdiam diri terus, tidak peduli dengan keadaan sekitarnya) dan *skizofrenia kotatonia* (berdiam diri dengan posisi tubuh yang aneh selama berjam-jam). Hipoaktivisme lainnya seperti halusinasi (melihat benda atau mendengar suara yang tidak ada), waham (pikiran-pikiran yang aneh-aneh).

Gangguan lain yang bisa menunjukkan sindrom hipoaktivisme adalah gangguan emosi (afektif) yang dinamakan *manik-depresif*. Berbeda dari skizofrenia, penderita manik-depresif masih mempunyai rasio yang berfungsi dengan baik (tidak ada halusinasi atau waham). Akan tetapi perasaannya terus-menerus terganggu. Gangguan itu bisa merupakan perasaan gembira yang berlebih-lebihan, bicara berlebih-lebihan, harga diri yang berlebih-lebihan, dan lain-lain.

Jika pada gangguan afektif, hipoaktivisme yang terjadi berlangsung lama dan terus-menerus, ada jenis gangguan jiwa lain dengan ciri hipoaktivisme juga, yaitu neurotik depresif. Jika hipoaktivisme itu tidak tergolong gangguan-gangguan mental tersebut, maka kemungkinan lainnya adalah rendahnya taraf kecerdasan (IQ yang kurang). Kurangnya IQ menyebabkan adanya reaksi penarikan diri.

Ternyata gejala hipoaktif ini bisa juga timbul pada remaja karena faktor bawaan (trait). Orang-orang yang berbakat pendiam atau pemalu atau tertutup dengan sendirinya akan tampak lebih hipoaktif dari remaja-remaja lainnya. Namun, hipoaktif jenis ini tidak perlu dirisaukan karena mereka bisa dibantu untuk menemukan segi-segi positif dari dirinya untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, hipoaktivisme ialah individu yang kurang aktif dalam beraktivitas atau melakukan kegiatan di dalam kehidupannya.

B. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual bisa disebut juga atau pengertian yang merupakan definisi secara singkat dari kelompok fakta atau gejala. Dalam penelitian ini sebagai kerangka konseptual digeneralisasikan adalah: pendekatan konseling behavioral melalui teknik shaping dan perilaku hipoaktivisme siswa.

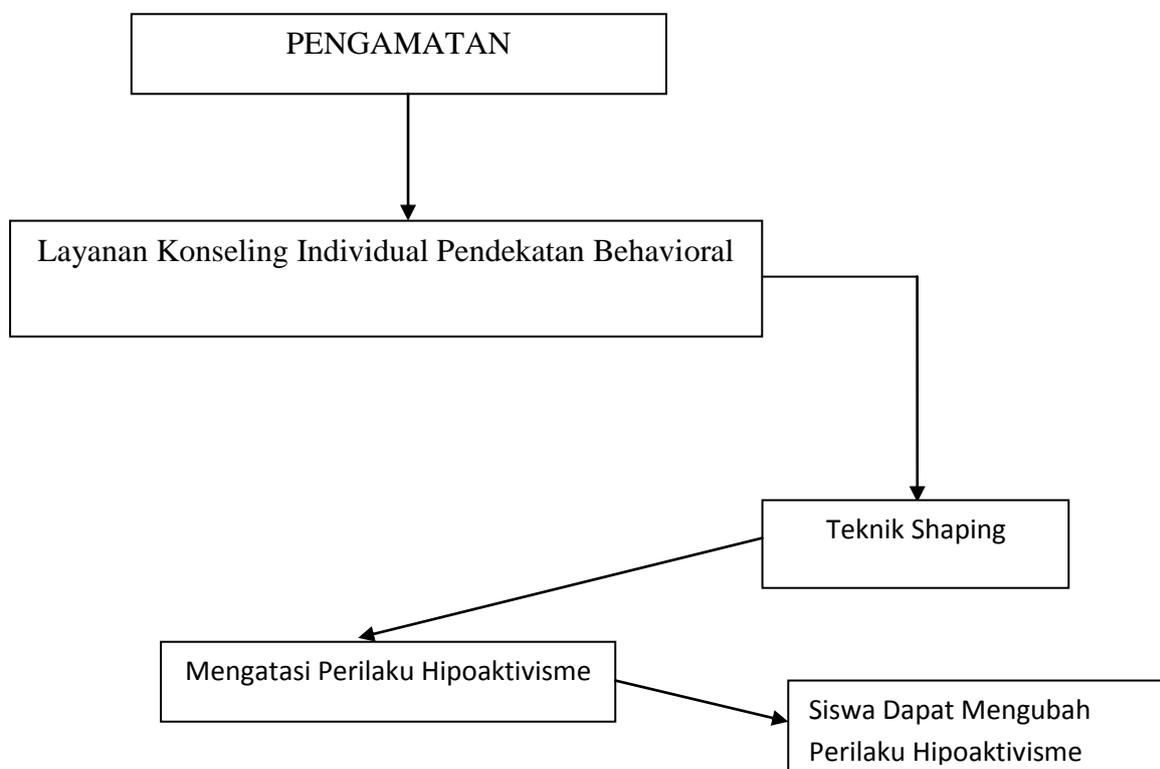
Pendekatan behavioral berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari melalui kematangan dan belajar. Tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru. Manusia dipandang mampu melakukan refleksi atas

tingkah lakunya sendiri, dapat mengatur serta mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkahlaku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain.

Pendekatan behavioral didasarkan pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yaitu pendekatan yang sistematis dan terstruktur dalam konseling. Konseling behavior juga dikenal sebagai modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan untuk mengubah tingkah laku. Terapi ini berfokus pada perilaku yang tampak dan spesifik. Dalam konseling, konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptif, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan dan membentuk pola tingkah laku dengan memberikan imbalan atau reinforcement muncul setelah tingkah laku dilakukan. Ciri unik dari terapi ini adalah lebih berkonsentrasi pada proses tingkah laku yang teramati dan spesifik, fokus pada tingkah laku kini dan sekarang.

Teknik shaping merupakan metode penting untuk mengembangkan pola tingkah laku baru disamping penggunaan penguatan untuk memperkuat tingkah laku seseorang. Untuk membentuk perilaku target dengan cara memberikan *reinforcement* pada berbagai perilaku yang mendekati, hingga pada akhirnya terbentuk perilaku yang diinginkan (perilaku target). Sebagai contoh, konselor dapat menggunakan teknik shaping tersebut untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme siswa dengan cara menghilangkan perilaku negatif siswa terlebih dahulu, kemudian menggantinya dengan perilaku positif setelah siswa tersebut diberikan *refinforcement* sehingga lambat laun siswa tersebut meninggalkan kebiasaan lamanya yang negatif.

Hipoaktivisme merupakan siswa yang kurang aktivitasnya, mereka yang tergolong hipoaktif ini biasanya lambat dianggap sebagai gangguan karena mereka umumnya tidak mengganggu orang lain. Orang mungkin hanya mengira anak itu pemalu atau pendiam. Bahkan banyak orang tua yang merasa senang bahwa anaknya hipoaktif karena kelakuan mereka manis, tidak pernah merepotkan orang tua. Ada disalah satu sekolah anak yang memiliki perilaku hipoaktivisme ini, anak tersebut cenderung diam (pasif) pada saat didalam kelas ketika jam pelajaran berlangsung dan ia juga tidak mau bergaul dengan teman-temannya sebagaimana mestinya seorang siswa, maka masalah perilaku hipoaktivisme harus mendapatkan perhatian yang lebih serius dan terfokus untuk mengarahkan siswa kearah yang lebih positif yang titik beratkan untuk mengatasi siswa yang mengalami perilaku hipoaktivisme.



BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 05 Medan yang terletak di Jalan Bromo Gang Aman No.38 Kecamatan Medan Denai.

2. Waktu Penelitian

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2016/2017. Dengan perkiraan Bulan Oktober 2016 sampai Bulan Januari 2017.

Tabel 3.1.

Rincian Waktu Penelitian

No	Kegiatan	Bulan/Minggu																															
		Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret				April							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Acc Judul Proposal																																
2	Acc Proposal																																
3	Seminar Proposal																																
4	Pengumpulan Data																																
5	Bimbingan Skripsi																																
6	Sidang Meja Hijau																																

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek (Pelaku)

Subjek penelitian menurut Arikunto (2010: 152),”Merupakan sesuatu yang sangat penting kedudukannya dalam penelitian, subjek penelitian harus ditata sebelum penelitian siap mengumpulkan data”.

Maka dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah wali kelas, saya, guru BK, dan 3 orang siswa yang berjumlah 53 orang dari dua kelas.

2. Objek Penelitian

Menurut Sugiono (2010: 13),”Objek penelitian adalah variabel atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Adapun objek peneliti ini adalah siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan yaitu pengambilan sample secara sengaja sesuai dengan persyaratan objek yang diperlukan (sifat, karakteristik, ciri, kriteria) bahwa siswa memiliki perilaku hipoaktivisme sebanyak 3 orang. Dari kelas VIII-A diambil 2 siswa, sedangkan dari kelas VIII-B diambil 1 siswa.

C. Definisi Operasional

Guna untuk menghindari kesalahan dan mengarahkan penelitian ini untuk mencapai tujuannya, maka dapat dilihat penjelasan definisi operasional berikut:

1. Konseling behavioral merupakan seluruh perilaku manusia adalah hasil belajar, belajar artinya perubahan tingkah laku organisme sebagai pengaruh lingkungan. Behavioral memandang bahwa manusia dipandang tidak memiliki

kecenderungan-kecenderungan positive dan negative yang sama, manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya, konselor harus merubah tingkah laku klien kearah yang lebih baik melalui proses belajar.

2. Hipoaktivisme (kurangnya aktivitas) ialah remaja yang sangat kurang aktivitasnya mereka yang tergolong hipoaktif ini biasanya lambat dianggap sebagai gangguan karena mereka umumnya tidak mengganggu orang lain.

D. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan penelitian ini digunakan alat atau disebut juga sebagai instrument dalam penelitian meliputi:

1. Observasi

Salah satu teknik yang digunakan untuk melakukan pengamatan adalah observasi. Menurut Bimo Walgito (2010: 63) merupakan suatu penelitian yang dijalankan secara sistematis dan sengaja diadakan dengan menggunakan alat indra, atau bantuan benda perekam atas kejadian yang langsung dapat ditangkap pada waktu kejadian langsung. Yang diobservasi adalah siswa SMP Muhammadiyah 58 Medan .

Tabel 3.2

Pedoman Observasi di SMP Muhammadiyah 05 Medan

Tahun Pembelajaran 2016-2017

I. Identitas Siswa

a. Nama Sekolah :

- b. Tanggal Observasi :
- c. Waktu observasi :
- d. Kelas :
- II. Aspek yang diobservasi : Siswa hipoaktivisme

III. Berilah tanda (√) pada kolom yang sesuai dengan aspek yang diamati atau gejala yang tampak pada individu yang diobservasi.

No	Aspek yang diamati	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Siswa aktif dikelas		
2	ccenderung pasif dan diam		
3	Siswa tidak mau bersosialisasi dengan temannya		
4	Guru memperlakukan siswa hipoaktivisme secara khusus		
5	Nilai akademik siswa tinggi		
6	Rasa percaya diri yang tinggi		
7	Berani berargumentasi di dalam kelas		
8	Tidak mempunyai teman		

2. Wawancara

Salah satu teknik pengumpulan data adalah dengan cara wawancara untuk memperoleh data tentang individu, menurut Bimo Walgito (2010:76) wawancara

merupakan salah satu metode mendapatkan data tentang individu lain dengan mengadakan hubungan secara langsung dengan informan (*face-to-face relation*)

Yang di wawancarai adalah siswa yang bermasalah dalam belajar, Guru Bimbingan konseling, orang tua siswa jika diperlukan.

Tabel 3.3

**Pedoman Wawancara Wali Kelas di SMP Muhammadiyah 05 Medan
Pembelajaran 2016-2017**

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Seselama ibu menjadi wali kelas, bagaimana tanggapan ibu melihat siswa yang memiliki masalah hipoaktivisme?	
2	Biasanya ketika ibu mengajar, apa yang dilakukan siswa hipoktivisme tersebut?	
3	Sejauh ini apa yang sudah ibu lakukan selaku wali kelas untuk mengatasi siswa hipoaktivisme tersebut?	
4	Bagaimana ibu melihat penyesuaian diri siswa tersebut dengan teman-temannya?	

Tabel 3.4
Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling di SMP
Muhammadiyah 05 Medan
Tahun Pembelajaran 2016-2017

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana tindakan yang ibu lakukan untuk mengumpulkan data-data siswa yang bermasalah?	
2	Bagaimana usaha yang ibu lakukan untuk melakukan proses konseling secara terstruktur?	
3	Selama ini, gejala apa saja yang tampak pada siswa hipoaktivisme tersebut?	
4	Bagaimana cara ibu mengatasi siswa hipoaktivisme tersebut?	
5	Apakah siswa tersebut terbuka dengan ibu ketika melakukan proses konseling?	

Tabel 3.5**Pedoman Wawancara Siswa Hipoaktivisme SMP Muhammadiyah 05****Medan Tahun pembelajaran 2016-2017**

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah ananda pernah mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	
2	Berapa kali ananda sudah mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	
3	Bagaimana perasaan ananda ketika mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	
3	Apakah ada perilaku yang mengganggu ananda di lingkungan sekitar anda? Jika ada , coba ananda ceritakan !	
4	Bagaimana pendapat ananda tentang layanan bimbingan konseling di sekolah?	
5	Apa penyebab ananda berperilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) ?	
6	Apakah ada pengaruh orang tua dalam mengatasi perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) ?	
7	Usaha apa saja yang sudah pernah ananda lakukan untuk bisa mengatasi perilaku	

	hipoaktivisme (kurang aktivitas) ananda ?	
8	Bagaimana respon ananda setelah dilakukan konselinng individual ini untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) ?	

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah kumpulan dari dokumen-dokumen data yang memberikan keterangan atau bukti yang berkaitan dengan proses pengumpulan dan pengelolaan dokumen secara sistematis serta menyebar luaskan kepada pemakai informasi tersebut. Dalam penelitian ini dokumentasinya memakai foto, catatan petugas konselor.

E. Teknik Analisis Data

Keseluruhan data maupun sejumlah informasi yang berhasil dihimpun dari lokasi penelitian maka data dalam penelitian ini akan diolah sesuai dengan jenis penelitian. Menurut Lexy J. Moleong (2009: 47) dimaksud dengan penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.

Dengan demikian dalam mengelolah data dan menganalisa data penelitian ini maka digunakan prosedur penelitian kualitatif yakni dengan menjelaskan atau memaparkan penelitian ini apa adanya serta menarik kesimpulan dengan menggunakan metode deduktif. Penjelasan ketiga tahapan ini adalah sebagai berikut:

1. Mereduksi Data

Mereduksi data adalah proses pemilihan, memfokuskan pada penyederhaan, mengabstrakkan data transformasi data mentah yang muncul dari catatan tertulis dilapangan. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menonjolkan, hal-hal penting, sehingga dapat dibuat menjadi suatu kesimpulan yang bermakna. Data yang telah direduksi dapat memberikan gambaran yang lebih taja tentang hasil pengamatan.

2. Menyajikan Data

Menyajikan data adalah proses pemberian sekumpulan informasi yang disusun dan memungkinkan untuk penarikan kesimpulan. Jadi penyajian data ini merupakan gambaran secara keseluruhan dari sekelompok data yang diperoleh agar mudah dibaca secara menyeluruh.

3. Membuat Kesimpulan

Pada mulanya data terwujud dari kata-kata, tulisan dan tingkah laku pembuatan yang telah dikemukakan dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil observasi, wawancara dan studi dokumenter, sebenarnya sudah dapat memberikan kesimpulan secara sirkuler bersama reduksi dan penyajian, maka kesimpulan merupakan konfigurasi yang utuh.

Data yang diperoleh melalui hasil wawancara di analisis dengan cara mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan hal ini diberi kode agar sumber datanya tetap dapat ditelusuri. Sehingga diperoleh gambaran secara lengkap bagaimana efektivitas layanan bimbingan belajar untuk memperbaiki cara belajar siswa SMP Muhammadiyah 05 Medan .

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Gambaran Umum Sekolah

SMP MUHAMMADIYAH 5 MEDAN berlokasi di jalan bromo gang. Aman No. 38 Kecamatan Medan Denai Kelurahan Tegal Sari Mandala III. Sekolah ini didirikan pada tanggal 3 September tahun 1983. SMP MUHAMMADIYAH 5 MEDAN terletak di sekitar pemukiman masyarakat sehingga sekolah dikelilingi rumah – rumah masyarakat.

2. Profil Sekolah

1. Nama Sekolah : SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN
2. Alamat : Jalan BROMO Gg. AMAN No. 38 Medan
3. Telepon : (061) 7356659
4. Kecamatan : Medan Denai
5. Kabupaten/Kota : Medan
6. Kelurahan : Tegal Sari Mandala III
7. Kode Pos : 20226
8. Provinsi : Sumatera Utara
9. Kepala Sekolah : Drs. LUQMAN
10. Akreditasi Sekolah : B
11. Bangunan Sekolah : Milik sendiri

3. Visi dan Misi SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

a. Visi

BERILMU, BERAMAL, DAN BERAKHLAK.

b. Misi

DISIPLIN DALAM BELAJAR, MENUMBUH KEMBANGKAN
PENGALAMAN AGAMA ISLAM DAN MEWUJUDKAN RASA
KEKELUARGAAN DENGAN SILATUHRAHMI

4. Saran dan Prasarana SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

Salah satu faktor mendukung keberhasilan sebuah lembaga pendidikan / sekolah adalah fasilitas yang memadai dan terawat. Setiap sekolah harus memiliki sarana dan prasarana yang memadai dalam menciptakan siswa yang berpotensi serta berkawasan IPTEK dan IMTAQ serta untuk mendukung terselenggaranya proses pendidikan.

Adapun sarana dan prasarana yang terdapat di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.1

Sarana dan Prasarana Sekolah

No	Jenis sarana dan prasarana	Jumlah
1	Ruang Kepala Sekolah	1
2	Ruang Guru	1
3	Ruang Kelas	6

4	Ruang Lab komputer	1
5	Ruang Perpustakaan	2
6	Ruang UKS	1
7	Gudang Peralatan	1
8	Toilet Siswa/Siswi	4
9	Toilet Guru	2
10	Kantin	1
11	Kantor Administrasi	1
12	Gudang Peralatan	1
13	Lapangan Olah Raga	1
14	Rumah Penjaga Sekolah	1

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN cukup memadai. Dari keseluruhan sarana dan prasarana tersebut diharapkan dapat mendukung dalam proses pendidikan yang berlangsung disekolah tersebut.

5. Data Guru dan Pegawai SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

Guru memiliki peran penting dalam pencapaian cita-cita siswa, guru merupakan salah satu unsur pendidikan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar disekolah. Guru melaksanakan kegiatan belajar untuk pencapaian tujuan pendidikan, memiliki tanggung jawab yang besar sejak sejak dari merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di

SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN. Adapun jumlah guru yang mengajar di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN yaitu:

1. Jumlah Guru : 12 orang, pegawai : 2 orang
2. Jumlah Guru BP : 1 orang

6. Jumlah Siswa di Sekolah SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

Siswa adalah unsur yang utama dalam proses belajar mengajar disebabkan karena siswa merupakan objek yang dididik dan diajar agar terbentuknya manusia yang berilmu dan berpendidikan serta tingkah laku sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Adapun jumlah siswa/siswi yang berada di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN yaitu:

1. Kelas VII-A : 34 Orang
2. Kelas VII-B : 33 Orang
3. Kelas VIII-A : 27 Orang
4. Kelas VIII-B : 27 Orang
5. Kelas IX-A : 22 Orang
6. Kelas IX-B : 22 Orang

7. Struktur Organisasi SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

1. Dinas Pendidikan Kota Medan
2. Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Cabang Muhammadiyah Tegal Sari III Medan
3. Kepala Sekolah
4. Wakil Kepala Sekolah

5. Tata Usaha / Bendahara
6. Guru-guru
7. Wali Kelas
8. Siswa/siswi
9. Penjaga sekolah

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Dalam penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 05 Medan, yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah beberapa siswa Smp Muhammadiyah 05 Medan yang mengalami perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitasnya). Masih ada yang berperilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) disekolah. Selanjutnya dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah penerapan pendekatan konseling *behavioral* dapat mengurangi siswa yang berperilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) disekolah ini.

Berdasarkan jawaban diatas pertanyaan penelitian ini dapat dilalui dengan wawancara terhadap sumber data dan pengamatan langsung di lapangan antara pertanyaan-pertanyaan dalam penelitian ini yaitu penerapan pendekatan konseling *behavioral*, perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) di SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan, penerapan pendekatan konseling *behavioral* melalui teknik *shaping* untuk mengatasi perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) di SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan. Dapat dijelaskan lebih lanjut lagi mengenai hasil penelitian dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Pelaksanaan Pendekatan Konseling Behavioral Melalui Teknik Shaping di SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan

Pelaksanaan konseling behavioral dapat dilaksanakan dalam semua layanan bimbingan dan konseling. Akan tetapi lebih efektif apabila konseling behavioral ini dilaksanakan melalui layanan konseling individual dengan menggunakan teknik shaping (penguatan) karena dapat membantu siswa yang berperilaku *hipoaktivisme*. Siswa yang sering melakukan konseling behavioral saat ini adalah siswa yang memiliki masalah pribadi ataupun tingkah lakunya seperti pendiam (pasif) dan penyendiri, sulit bersosialisasi dengan orang lingkungan sekitar dan tidak mau berinteraksi dengan orang lain. Penerapan konseling behavioral harus benar-benar dilakukan agar siswa dapat membantu siswa mengatasi perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas).

Teknik shaping ialah proses yang menggunakan pembelajaran dengan pelajaran yang diberikan secara perlahan mendekati sama dengan tingkah laku rumit. Shaping merupakan metode yang sangat penting untuk mengembangkan pola tingkah laku baru disamping penggunaan *reinforcement* (penguatan) untuk memperkuat tingkah laku, memberikan *reinforcement* (penguatan) pada perilaku yang mendekati hingga pada akhirnya terbentuk perilaku yang diinginkan atau perilaku target. Contoh dari *reinforcement* itu ialah seperti pujian dan penghargaan atas keberhasilan yang telah dicapai individu.

Dalam pelaksanaan konseling behavioral tahap awal yang dilakukan peneliti yaitu : yang pertama peneliti membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, yang kedua peneliti menjelaskan dan mendefinisikan masalah yakni

peneliti menjelaskan mengenai perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) yang dilakukan oleh siswa yakni perilaku hipoaktivisme yang dilakukan berupa pendiam dan pasif, penyendiri, rasa peragu, rendahnya percaya diri, dan selalu tergantung pada orang tua. Selanjutnya yang kedua peneliti membuat penafsiran dan menjajaki yakni peneliti sudah bisa menafsirkan bahwa benar siswa tersebut melakukan perilaku *hipoaktivisme* dan selanjutnya peneliti akan membahas lebih mendalam tentang perilaku hipoaktivisme yang dilakukan oleh siswa. Dan yang ketiga peneliti menegosiasikan kontrak yakni peneliti memberikan beberapa alternatif untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme yang dilakukan oleh siswa dan siswa harus memilih salah satu alternatif yang diberikan oleh peneliti serta semua keputusan ada di tangan siswa. Tahap pertengahan yaitu peneliti menjelajahi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh yakni peneliti memahami lebih jauh tentang permasalahan dari klien yaitu berupa sebab-sebab mengapa klien melakukan perilaku hipoaktivisme serta menggali lebih dalam penyebab siswa melakukan perilaku hipoaktivisme, ditahap ini peneliti menunjukkan kepedulian terhadap siswa. Selanjutnya yang kedua yaitu peneliti menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara yakni selama proses konseling peneliti tetap menjaga hubungan baik dengan klien dan perkataan yang dikeluarkan tidak menyinggung perasaan klien. Dan yang ketiga yaitu peneliti melakukan proses konseling sesuai dengan struktur layanan konseling individual sehingga proses konseling berjalan dengan lancar. Tahap akhir yaitu yang pertama peneliti melihat menurunnya kecemasan pada klien yang ditandai dengan klien sudah bisa memilih alternatif untuk penyelesaian permasalahannya yang dihadapinya. Selanjutnya yang kedua peneliti melakukan teknik

relaksasi yakni klien disini diminta untuk rileks dengan cara penenangan, ketiga yaitu peneliti melihat adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih adaptif, sehat dan dinamika yakni klien secara bertahap mengurangi perilaku hipoaktivisme dan melalui membiasakan diri untuk lebih tampil percaya diri dan yang keempat yaitu peneliti melibatkan rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas yakni klien sudah siap untuk berperilaku baik. Dan percaya diri dalam sehari-hari.

Setelah tiga siswa diberikan konseling behavioral melalui teknik shaping kemudian, peneliti melakukan observasi untuk melihat apakah ada perubahan yang terjadi pada siswa setelah dilakukan konseling. Dari hasil observasi, setelah konseling ketiga siswa yang diberikan konseling behavioral melalui teknik shaping mengalami perubahan yaitu sudah dapat mengatasi perilaku hipoaktivisme yaitu penyendiri, dan sulit untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Berdasarkan wawancara penelitian yang dilakukan pada tanggal 02 Maret 2017. Ibu Dra. Jamila AR selaku guru bimbingan konseling di sekolah SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN mengenai pelaksanaan pendekatan konseling behavioral yang dilakukan di sekolah SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN dikatakan bahwa : pelaksanaan pendekatan konseling behavioral lebih mengarah kepada mengubah perilaku hipoaktivisme ke perilaku yang adaptif yang diberikan guru BK kepada siswa dan dapat diterapkan dalam layanan konseling individual. Selanjutnya wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 02 Maret 2017. Dengan ibu Dra. Jamila AR selaku guru BK di sekolah SMP

MUHAMMADIYAH 05 MEDAN : mengenai layanan konseling individual, dimana guru BK memanggil siswa ke ruang BK dan melakukan pendekatan agar siswa tersebut merasa nyaman dan mau terbuka menceritakan masalahnya kepada guru BK. Konseling behavioral membantu siswa untuk mengubah perilaku hipoaktivisme ke arah yang lebih adaptif, kemudian dalam konseling behavioral melalui teknik shaping guru BK juga menggunakan teknik relaksasi melalui penenangan dimana teknik itu untuk membantu siswa menghilangkan rasa tidak percaya diri juga sulit berinteraksi dengan orang lain.

2. Perilaku *Hipoaktivisme* Siswa Kelas VIII SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan

Perilaku *Hipoaktivisme* (kurang aktivitas) merupakan salah satu perilaku yang biasanya lambat dianggap sebagai gangguan karena mereka umumnya tidak mengganggu orang lain. Orang mungkin hanya mengira anak itu pemalu atau pendiam. Bahkan banyak orang tua yang merasa senang bahwa anaknya hipoaktif karena kelakuan mereka manis, tidak pernah merepotkan orang tua. Anak perilaku *hipoaktif* tersebut cenderung diam (pasif) dan penyendiri dan sulit berinteraksi dengan orang lain. Pada kenyataannya ada tiga siswa yang memiliki perilaku hipoaktivisme. Berikut hasil wawancara mengenai perilaku hipoaktivisme siswa di SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan.

Penelitian melakukan wawancara kepada ibu Surdaningsih S.Pd.i pada tanggal 02 maret 2017 selaku wali kelas mengenai perilaku hipoaktivisme siswa. Ibu tersebut mengatakan “perilaku hipoaktivisme dialami oleh tiga orang siswa

saja yang mengalami perilaku hipoaktivisme seperti cenderung diam dan pasif, penyendiri dan sulit berinteraksi dengan orang lain. Penyebab terjadinya perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) pada kelas VIII dikarenakan

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan WY kelas VIII pada tanggal 03 Maret 2017, tentang perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) dapat dikemukakan sebagai berikut : yang menyebabkan WY berperilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) dikarenakan dia selalu diejek dengan temannya saat dia ingin tampil di depan kelas, sehingga saat itu muncul rasa tidak percaya diri dia ketika guru menyuruhnya untuk tampil di depan kelas dalam bentuk belajar.

Selanjutnya wawancara dilanjutkan peneliti dengan NB kelas VIII pada tanggal 3 Maret 2017, tentang perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) dapat dikemukakan sebagai berikut : NB yang kurang percaya diri dan sulit bersosialisasi dengan orang lain sehingga dia ragu saat tampil dengan teman lainnya.

Kemudian wawancara dilakukan peneliti dengan AZ di kelas VIII pada tanggal 03 Maret 2017 tentang perilaku hipoaktivisme atau kurang aktivitas dapat dikemukakan sebagai berikut yang dilakukan oleh peneliti. AZ merasa takut karena takut ketika dia tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan guru. Karena dulu ketika dia menjawab pertanyaan guru dengan jawaban yang salah lalu dia diejek oleh temannya sehingga rasa takut itu selalu ada dalam pikirannya.

Dari uraian diatas dapat diketahui bahwa penyebab terjadinya hipoaktivisme (kurang aktivisme) di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN ini

dikarenakan minder dalam segi ekonomi dan belajar. Sehingga mereka tidak percaya diri dengan diri mereka, mereka selalu saja dibayangkan dengan rasa minder yang mereka miliki. Namuna dengan adanya penyebab terjadinya perilaku hipoaktisme (kurang aktivitas) harus diberikan layanan bimbingan dan konseling terutama menggunakan pendekatan behavioral untuk mengetahui bagaimana respon yang ditunjukkan dari stimulus yang diberikan guru bimbingan dan konseling

3. Penerapan Pendekatan Koseling Behavioral Untuk Mengatasi Perilaku Hipoaktivisme Siswa Kelas VIII SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan.

Penerapan Pendekatan konseling behavioral merupakan seluruh tingkah laku manusia merupakan hasil belajar. Belajar artinya perubahan perilaku organisme sebagai pengaruh lingkungan. Penerapan peneekatan konseling behavioral ini dilakukan melalui layanan konseling individual agar konselor lebih dapat berfokus pada permasalahan klien. Konseling individual adalah salah satu dari 10 jenis layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh konselor dengan klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Konseling individual juga merupakan jantung hati dari 10 jenis layanan bimbingan dan konseling yang memiliki peran penting dalam proses membimbing, mengarahkan serta mengentaskan masalah yang sedang dihadapi siswa. Jika konseling individual dilakukan tidak maksimal ataupun tidak pernah dilakukan sama sekali, maka akan berdampak buruk bagi siswa – siswa yang bermasalah maupun bagi siswa yang butuh pengarahan atau bimbingan.

Tujuan behavioral adalah untuk memperoleh perilaku baru mengeleminasi perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Melalui wawancara dnegan guru BK sudah melakukan upaya dalam mengatasi masalah yang melakukan perilaku hipoaktivisme di sekolah dengan maksimal walaupun belum maksimal dalam menerapkan sepenuhnya pendekatan behavioral itu sendiri. Maka, dengan saran dan arahan guru BK peeliti diarahkan untuk melakukan konseling behaviral melalui teknik shaping pada bebrapa siswa yang melakukan perilaku hipoaktivisme.

Dalam melakukan pendekatan konseling behavioral melalui teknik shaping, penliti terlebih dahulu melihat jadwal dan kesempatan untuk bisa melakukan proses layanan konseling individual pada siswa, setelah memastikan dapat memberikan konseling individual pada siswa maka peneliti pada langkah awal memulai konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioral serta menggunakan teknik shaping (penguatan). Seperti biasa awalnya melakukan langkah penerimaan, diaman peneliti menerima kedatangan siswa, pada tahap ini peneliti menciptakan pola hubungan yang hangat dengan siswa karena penerimaan awal sangat berpengaruh pada proses konseling selanjutnya, pada penerimaan awal ini peneliti menjelaskan terlebih dahulu maksud dan tujuan konseling ini. Kemudian langkah kedua diaman memulai mengidentifikasi masalah apa yang terajdi pada siswa dan mengeksplorasi maslah tersebut, siswa diberikan kesempatan untuk mengeluarkan segala penyebab siswa tersebut melakukan perilaku hipoaktivisme. Selanjutnya tahap ketiga siswa diminta untuk

mengatakan perasaannya pada saat ini, dimana disini peneliti juga dapat menggunakan salah satu teknik behavioral yaitu teknik latihan asertif, hal ini bertujuan untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakan salah atau benar. Dan langkah akhir membuat siswa memilih dan memutuskan solusi apa yang akan diambilnya, pada langkah akhir membuat kesimpulan mengenai proses konseling.

Dari hasil konseling yang dilakukan dengan 3 siswa yang berperilaku hipoaktivisme, hasil konseling yang dilakukan peneliti dengan WY, NB dan AZ. Konseling ini dilakukan dengan waktu yang sama dari hasil konseling yang dilakukan diperoleh bahwa penyebab WY, NB, dan AZ melakukan perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) adalah karena memang mereka tidak percaya diri atau bisa dikatakan minder dan ragu dalam belajar maupun dalam berinteraksi. Mereka merasa apa yang mereka buat itu selalu salah seperti itu tentang perilaku mereka masing – masing. Setelah penggalian masalah dan diperoleh penyebab siswa melakukan perilaku hipoaktivisme kemudian peneliti mengajak siswa untuk melakukan relaksasi tentang masalah yang mereka hadapi, dengan begitu siswa dapat lebih tenang dengan permasalahan yang mereka hadapi dan apa hal negatif dari perilaku hipoaktivisme yang mereka lakukan. Selain itu peneliti juga memberikan pandangan tentang perilaku hipoaktivisme dan melakukan konfrontasi dengan siswa yang bertujuan untuk mengubah perilaku mereka menjadi lebih baik lagi. Setelah itu langkah selanjutnya peneliti memberikan beberapa pilihan alternatif/penyelesaian masalah serta selanjutnya mereka pilih dan terapkan dalam kehidupan mereka sehari – hari.

Setelah semua siswa diberikan layanan individual, kemudian peneliti melakukan observasi untuk melihat apakah ada perubahan yang terjadi pada siswa setelah dilakukan konseling. Dari hasil observasi setelah konseling, ketiga siswa yang diberikan konseling individual mengalami perubahan, yaitu sudah dapat mengatasi perilaku tidak percaya diri dan sulit bersosialisasi dengan orang lain.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Layanan konseling yang diberikan kepada siswa adalah untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) anak yaitu siswa yang cenderung pendiam/pasif, sulit bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan memiliki sikap tidak percaya diri.

Layanan konseling individual khususnya pada pendekatan konseling behavioral melalui teknik *shaping* (penguatan) diberikan untuk tujuan memberikan pemahaman dan pengentasan kepada siswa mengenai perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) yaitu siswa yang kurang percaya diri, tidak bisa bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan lambat dalam belajar. Dalam hal ini siswa yang berperilaku hipoaktivisme harus diberikan perhatian yang lebih khusus dari anak yang lainnya, guru bidang studi dan guru bimbingan dan konseling lebih memperhatikan lagi tingkah laku anak yang hipoaktivisme agar anak tersebut dapat mengatasi dan mengubah perilaku mereka ke arah yang lebih baik lagi dan yang seperti diinginkan dengan cara memberikan motivasi dan dorongan serta memberikan alternatif dalam pemecahan masalahnya. Dengan adanya motivasi dan dorongan yang diberikan oleh guru bidang study dan guru bimbingan dan

koseling anak yang berperilaku hipoaktivisme secara perlahan dapat merubah perilakunya menjadi lebih baik dari perilaku sebelumnya.

Perilaku *hipoaktivisme* (kurang aktivitas) merupakan perilaku yang maladaptif yang harus di rubah oleh individu yang memiliki perilaku hipoaktivisme tersebut. Siswa yang berperilaku hipoaktivisme pada umumnya lambat dalam belajar dan prestasi belajarnya tergolong sangat rendah, karena mereka tidak memiliki rasa percaya diri terhadap apa yang mereka diketahui.

Dari pernyataan di atas maka dapat dikemukakan bahwa pelaksanaan layanan konseling individual khususnya pada pendekatan konseling behavioral melalui teknik shaping di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN di kelas VIII telah terlaksana dengan baik. Dan teratasinya masalah masalah yang dialami oleh siswa yang berperilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas).

D. Keterbatasan Peneliti

Penulis menyadari, bahwa hasil penelitian skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih terdapat kekurangan dalam melaksanakan dan menganalisis dari hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antar lain:

1. Keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materi dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan peneliti hingga pengolahan data.
2. Penelitian dilakukan Relative singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan penelitian.

3. Selain keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik. Merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis mengenai penerapan pendekatan konseling behavioral melalui teknik shaping untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme siswa kelas VIII SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017. Maka sebagai akhir penelitian ini, penulis menarik kesimpulan dalam menyampaikan beberapa saran, berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pelaksanaan layanan konseling khususnya pendekatan layanan konseling behavioral melalui teknik *shaping* yang dilakukan guru bimbingan dan konseling (konselor) untuk membahas masalah siswa, disini guru bimbingan dan konseling memanggil siswa yang memiliki masalah perilaku hipoaktivisme, dan konselor menciptakan suasana yang harmonis sehingga membuat klien nyaman senyaman nyaman nya untuk dikonseling. Kemudian konselor melakukan penjajakan kepada klien apa permasalahan yang dialaminya dan apa yang menjadi penyebab sehingga dia berperilaku *hipoaktivisme* (kutang aktivitasnya). Sehingga mereka menemukan alternatif yang dapat menyelesaikan masalah klien yang berperilaku hipoaktif tersebut. Kemudian klien dapat memilih alternatif yang sesuai untuk masalah yang sedang dialaminya dan kemudian tujuan dari pelaksanaan terpusat pada perubahan yang terlihat dari siswa yang mengalami masalah perilaku

hipoaktivisme mereka dalam bersosialisasi dan berinteraksi di lingkungan sekitarnya dapat terentaskan.

2. Perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) siswa di SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN terjadi di kelas VIII dengan jumlah siswa yang mengalami perilaku hipoaktivisme 3 orang yang diteliti dari 54 siswa. Adapun perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitas) yang dilakukan antara lain yaitu : penyendiri, rasa tidak percaya diri, sulit bersosialisasi dan rasa takut melakukan sesuatu yang berakibat kesalahan
3. Penerapan pendekatan layanan konseling behavioral melalui teknik *shaping* untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme siswa kelas VIII SMP MUHAMMADIYAH 05 Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017 yang bertujuan membantu siswa dalam mengatasi perilaku hipoaktivisme anak untuk merubah perilaku yang diinginkan dan agar menjadi pribadi lebih baik lagi. Pelaksanaan yang dilakukan peneliti dengan layanan konseling *behavioral* melalui teknik *shaping* tertuju pada siswa yang sulit berinteraksi terhadap lingkungan sekitar. Siswa yang perilaku hipoaktivisme yang mengalami masalah-masalah tersebut diberikan layanan konseling individual khususnya pada pendekatan konseling behavioral . Konselor memberikan perhatian khusus untuk siswa yang mengalami perilaku hipoaktivisme tersebut untuk teratasinya masalah yang dialami siswa agar siswa tersebut menjadi lebih baik dari sebelumnya.

B. Saran

Dari hasil penelitian ini, maka saran yang dapat penulis berikan adalah:

1. Bagi siswa

Diharapkan siswa aktif dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan proses pembelajaran untuk merubah perilaku hipoaktivisme menjadi perilaku yang lebih baik lagi, berani dan percaya diri untuk mengungkapkan suatu pendapat mengeyampingkan rasa takut akan salah, selain itu menjalin hubungan yang baik antar sesama teman, dan saling menyayangi.

2. Bagi orangtua

Diharapkan kepada orang tua untuk lebih memperhatikan perkembangan psikis dan fisik anak-anak nya dan lebih peduli tentang kondisi dan lingkungan tempat anak berinteraksi, sehingga dengan demikian dapat membantu anak untuk terhindar dari masalah pribadi yang sifat nya mengarah kepada perilaku hipoaktivisme (kurang aktivitasnya). Dengan motivasi, perhatian, dan pengawasan. Tidak berselisih paham didepan anak karena itu bisa membuat anak merasa tertekan, murung, kesepian, kurang percaya diri, dan merasa bahwa tidak adanya termotivasi dari orangtua sehingga ia malas belajar.

3. Bagi Guru Bimbingan Dan Konseling

Diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat meningkatkan kreatifitas dan keterampilan yang bervariasi, aktif dalam membantu siswa, memberikan layanan konseling individual dan layanan lainnya secara terjadwal untuk mengatasi perilaku hipoaktivisme siswa dalam merubah perilaku nya yang baru

yang seperti diinginkan, memberikan penguatan dan stimulus kepada siswa yang mengalami perilaku hipoaktivisme.

4. Bagi sekolah

Diharapkan kepada pihak sekolah agar lebih memperhatikan permasalahan siswa disekolah, bukan hanya memperhatikan masalah tetapi disamping itu juga ikut membantu mencari penyelesaian masalah, sehingga siswa mengarah pada perilaku yang lebih baik lagi. Karena tugas guru bukan hanya sebagai pendidik tetapi juga mendidik moral bangsa.