

**ARTIKEL**

**PENGARUH KONSELING BEHAVIOR TEKNIK *SELF MANAGEMENT*  
TERHADAP PERILAKU MEMBOLOS PADA SISWA KELASVIII  
SMP PGRI 1 KEDIRI TAHUN AJARAN 2016/2017**



**Oleh:**

**APRILIA HARININGTYAS  
NPM. 13.1.01.01.0105**

**Dibimbing oleh :**

- 1. Dr. Atrup, M.Pd., M.M.**
- 2. Nora Yuniar Setya Putri, M.Pd.**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI  
TAHUN 2018**

## SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018


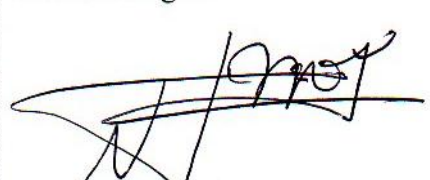
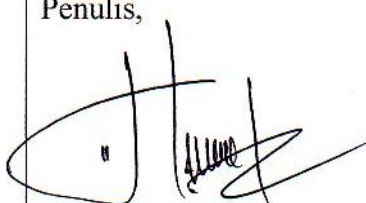
**Yang bertanda tangan di bawah ini:**

Nama Lengkap : APRILIA HARININGTYAS  
NPM : 13.1.01.01.0105  
Telepon/HP : +6282257276440  
Alamat Surel (Email) : arpiliahariningtyas93@gmail.com  
Judul Artikel : PENGARUH KONSELING BEHAVIOR TEKNIK  
*SELF MANAGEMENT* TERHADAP PERILAKU  
MEMBOLOS PADA SISWA KELAS VIII SMP PGRI  
1 KEDIRI TAHUN AJARAN 2016/2017  
Fakultas – Program Studi : FKIP-Bimbingan dan Konseling  
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri  
Alamat Perguruan Tinggi : Jl. K.H. Achmad Dahlan 76 Mojoroto Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 30 Januari 2018
Pembimbing I  Dr. Atrup, M.Pd., M.M. NIDN. 0709116101	Pembimbing II  Nora Yuniar Setiya Putri, M.Pd. NIDN. 0702068903	Penulis,  Aprilia Hariningtyas NPM. 13.1.01.01.0105

## PENGARUH KONSELING BEHAVIOR TEKNIK *SELF MANAGEMENT* TERHADAP PERILAKU MEMBOLOS PADA SISWA KELAS VIII SMP PGRI 1 KEDIRI TAHUN AJARAN 2016/2017

A. Hariningtyas

NPM. 13.1.01.01.0105

FKIP – Prodi Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Email: arpiliahariningtyas93@gmail.com

Dr. Atrup, M.Pd., M.M. dan Nora Yuniar Setya Putri, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

### ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pengamatan dan pengalaman peneliti, mengenai tingginya perilaku membolos siswa kelas VII SMP PGRI 1 Kediri. Tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui ada pengaruh konseling behavior teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa kelas VIII SMP PGRI 1 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik self management, dalam penelitian ini populasi berjumlah 141 siswa, dari jumlah populasi tersebut peneliti mengambil sampel kelas VIII dengan jumlah sampel 6. Hasil penelitian ini adalah (1) Perilaku membolos siswa sebelum mendapatkan treatment termasuk dalam kategori tinggi. (2) Perilaku membolos siswa setelah mendapatkan treatment mengalami penurunan dan masuk dalam kategori sedang. (3) Terdapat perubahan yang positif yaitu berupa penurunan yang signifikan pada perilaku membolos setelah diberi layanan konseling individual dengan pendekatan behavior melalui teknik self management. Hal ini terbukti dari hasil uji validitas dan reliabilitas diperoleh nilai *Alpha* sebesar 0,681, disimpulkan nilai  $Alpha = 0,681 > r \text{ tabel} = 0,361$  artinya item-item angket pengaruh konseling behavior teknik self management terhadap perilaku membolos siswa dapat dikatakan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

**Kata Kunci:** konseling behavior, teknik *self management*, perilaku membolos.

## I. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan usaha sadar untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif dalam mengembangkan potensi untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional).

Di sekolah inilah kegiatan belajar mengajar berlangsung, ilmu pengetahuan diajarkan dan dikembangkan kepada anak didik. Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan inti dalam pendidikan di sekolah. Segala sesuatu yang telah diprogramkanakan dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar ini juga proses transfer dan transformasi ilmu pengetahuan dapat diberikan kepada peserta didik.

Membolos dapat diartikan sebagai perilaku siswa yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak tepat, atau membolos juga dapat dikatakan sebagai ketidakhadiran siswa tanpa adanya suatu alasan yang jelas. Membolos merupakan salah satu bentuk dari perilaku maladaptif kenakalan siswa, yang jika tidak segera diselesaikan atau dicari solusinya dapat menimbulkan dampak yang kurang baik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eryana (2000) dengan judul “Perilaku Membolos Siswa Dengan Menerapkan *Konseling Behavior* Melalui Teknik Pengondisian Operan (Studi Kasus Pada Beberapa Siswa Kelas VIII C di SMP Negeri 5 Tulungagung Tahun Pelajaran 2009/2010)”. Berdasarkan penelitian tersebut menunjukkan bahwa: (1) Perilaku membolos siswa sebelum dilakukan *konseling behavior* dengan teknik pengondisian operan menunjukkan aspek frekuensi dan durasi membolos yang tinggi, dengan bentuk perilaku membolos seperti tidak masuk sekolah tanpa izin, meninggalkan jam pelajaran, dan meninggalkan jam pelajaran tertentu. (2) Perilaku membolos ketiga siswa setelah dilakukan *konseling behavior* dengan teknik pengondisian operan secara umum menunjukkan penurunan frekuensi dan durasi disetiap indikator bentuk perilaku membolos.

Berdasarkan hasil Observasi di SMP PGRI 1 Kediri dan menurut guru BK sekolah mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas banyak terdapat siswa membolos. Menurut keterangan yang diperoleh dari guru pembimbing di sekolah tersebut fenomena membolos banyak terjadi pada kelas VIII. Banyak ditemukan siswa yang tidak hadir mengikuti kegiatan belajar mengajar di

sekolah pada saat jam pelajaran. Dalam hal membolos dikarenakan berbagai faktor antara lain *broken home*, dan siswa yang takut pada guru tertentu maupun mata pelajaran tertentu, sehingga menyebabkan siswa malas masuk sekolah. Perilaku membolos yang dilakukan siswa SMP PGRI 1 Kediri pada kelas VIII tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya.

Teknik konseling behavioral yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos adalah teknik *self management*. *Self management* adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya individu mengarahkan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau terapeutik.

Penerapan teknik *self management* dengan mengkombinasikan perilaku biasanya lebih berguna dari pada menggunakan satu teknik saja. Menurut Sugiharto (2007:23) ada tiga teknik yang *fleksibel* untuk diterapkan dalam melakukan strategi pengelolaan diri, yaitu: pantau diri (*self-monitoring*), kendali stimulus (*stimulus control*), dan ganjar diri (*self-reward*).

Dalam hal ini untuk mengurangi perilaku membolos peneliti menggunakan teknik *self management*. Dalam menggunakan strategi *self management* untuk mengatasi perilaku membolos siswa

berusaha mengarahkan perilakunya dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas yang sangat menarik untuk diteliti, maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Konseling Behavior Teknik Self Management Terhadap Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas VIII SMP PGRI 1 Kediri Tahun Ajaran 2016/2017”.

## II. METODE

### 1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian dibagi menjadi 2 (dua) macam, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lain, sedangkan variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain (Sudjana, 2005: 24). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling individu pendekatan behavior dengan teknik *self management*. Sedang perilaku membolos sebagai variabel terikat.

### 2. Teknik Dan Pendekatan Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif karena menurut peneliti pendekatan kuantitatif, karena lebih spesifik jelas dan rinci. Penelitian ini menggunakan teknik eksperimen yaitu dalam penelitian ini teknik yang digunakan

adalah dengan tahapan *Pre-test* dan tahapan *Post-test*. Tujuan dari *pre-test* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku membolos siswa kelas VIII SMP PGRI I Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017. *Pre-test* ini diberikan kepada 6 siswa kelas VIII yang sebelumnya telah diseleksi terlebih dahulu.

### 3. Populasi dan Sampel

Penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu yaitu siswa yang memiliki perilaku membolos. dikarenakan peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan guru BK, 6 siswa inilah yang lebih banyak melakukan membolos rendah dari pada siswa lain. Jadi peneliti hanya memberikan *treatment* kepada 6 siswa tersebut.

### 4. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, langkah-langkah yang ditempuh oleh peneliti dalam penyusunan instrumen antara lain menulis kisi-kisi instrumen, menulis butir pernyataan, instrumen diujicobakan, kemudian revisi, dan instrumen jadi yang siap disebar.

### 5. Teknik Analisis Data

Uji ini dilakukan secara manual menggunakan analisis hipotesis deskriptif yang akan diuji dengan statistik inferensial. Hal ini dilakukan untuk membandingkan

tingkat membolos siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dihitung melalui *uji t-test*. *T-test* yang digunakan adalah *group pre test-post test design* (satu kelompok pra tes dan pos tes). *T-test* digunakan untuk mengukur pengaruh antara satu variabel bebas (*independen*) terhadap variabel terikat (*dependen*).

### 6. Validitas dan Realibilitas Instrumen

Untuk menguji tingkat validitas instrumen, peneliti mencobakan instrumen tersebut pada sasaran dalam penelitian. Langkah ini mengujicobakan instrumen. Apabila data yang didapat dari uji coba ini sudah sesuai dengan seharusnya, maka instrumennya dapat dikatakan tersebut valid.

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur keterhandalan dari suatu alat ukur penelitian, dalam melakukan uji reliabilitas instrumen, peneliti menggunakan *Internal Consistency* dengan teknik *Alpha Cronbach*.

### 7. Langkah – langkah Pengumpulan Data

Langkah – langkah pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan dua tahap, yaitu tahap persiapan dan pelaksanaan eksperimen.

### 8. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2015) analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain

terkumpul, yaitu mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data berdasarkan variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Jika dilakukan secara manual menggunakan analisis hipotesis deskriptif yang akan diuji dengan statistik inferensial. Hal ini dilakukan untuk membandingkan tingkat membolos siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dihitung melalui *uji t-test*. *T-test* yang digunakan adalah *group pre test-post test design* (satu kelompok pra tes dan pos tes). *T-test* digunakan untuk mengukur pengaruh antara satu variabel bebas (*independen*) terhadap variabel terikat (*dependen*). Analisis data penelitian dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca dan ditafsirkan. Sesuai dengan tujuan utama dari penelitian ini, yaitu mencari kontribusi bimbingan teman sebaya sebagai variabel bebas dengan membolos siswa sebagai variabel terikat, maka metode analisis data yang digunakan adalah metode analisis Uji t (*t-test*).

### 9. Norma Keputusan

Untuk mengetahui signifikan atau tidaknya, maka digunakan *probability* sebesar 5%. Dengan aturan sebagai berikut:

- a.  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak sehingga terdapat pengaruh konseling behavior teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa kelas VIII.
- b.  $t_{hitung} < t_{tabel}$ , maka  $H_0$  diterima sehingga tidak dapat pengaruh konseling behavior teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa kelas VIII.

## III. HASIL DAN KESIMPULAN

### A. Hasil

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka selanjutnya dalam pembabasan penelitian ini, akan dibahas Mengenai kondisi perilaku membolos sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan behavior dengan teknik *self management*, kondisi perilaku membolos setelah memperoleh layanan konseling individual pendekatan behavior dengan teknik *self management*, serta pengentasan perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan teknik *self management*.

Sebelum mendapatkan konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan teknik *self management* rata-rata perilaku membolos siswa adalah tinggi. Hasil *pre test* menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa kelas VII SMP

PGRI 1 Kediri sebelum mendapatkan konseling rata-rata adalah 76. Hasil analisis deskriptif tersebut menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa kelas VII SMP PGRI 1 Kediri sebelum mendapatkan konseling rata-rata termasuk dalam kategori tinggi. Dalam hal ini terdapat 5 siswa yang termasuk dalam kategori tinggi dan 1 siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi.

Perilaku membolos yang dilakukan siswa kelas VII SMP PGRI 1 Kediri pada dasarnya muncul melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian tingkungan yang buruk (Kartono, 2003: 21). Dalam hal ini proses belajar yang salah dan kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Perilaku membolos dapat disebabkan oleh siswa secara pribadi, keluarga siswa, dan sekolah. Lebih sering kombinasi ketiga faktor tersebut yang biasanya menjadi penyebab perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif sebelum dilakukan konseling pada keenam siswa tersebut. Nusannta menyimpulkan bahwa ketiga faktor tersebut masuk dalam kategori tinggi. Faktor pribadi memiliki nilai sebesar 82,7,

dan faktor sekolah memiliki nilai sebesar 78,2.

Dalam mengatasi perilaku membolos pihak sekolah selama ini hanya memberikan hukuman tanpa memahami latar belakang permasalahan siswa. Aspek pribadi, sekolah dan keluarga tidak yang melatarbelakangi perilaku membolos tidak pernah mendapat perhatian dari pihak sekolah. Hal tersebut akhirnya membuat siswa tidak betah berada disekolah ataupun masuk sekolah dan memutuskan untuk membolos. Untuk mengatasi masalah tersebut peneliti memberikan treatment berupa konseling perorangan. Menurut Prayitno (2004: 1) Tujuan umum layanan konseling perorangan adalah terentaskannya masalah yang dialami siswa. Melalui layanan ini pula komelior membantu mengurangi beban siswa, meningkatkan kemampuan, dan mengembangkan potensi yang diberi oleh siswa.

Pendekatan yang digunakan pada konseling individual dalam penelitian ini adalah pendekatan behavior dengan teknik *self management*. Menurut pandangan behavioristik, setiap orang dipandang memiliki kecenderungan positif dan negatif yang sama. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya (Corey, 2005: 195). Proses belajar yang salah tersebut terjadi



karena individu bermasalah mempunyai kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya. Selain dari proses belajar yang salah tingkahlaku adaptif juga dapat terjadi karena kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat. Perilaku membolos merupakan perilaku yang muncul sebagai akibat dari proses belajar sehingga dalam mengatasi perilaku tersebut dapat dilakukan dengan menggunakan teknik konseling yang terkait dengan konsep behavioral.

Setelah siswa mendapatkan treatment berupa konseling individual pendekatan behavior dengan teknik *self management*, diketahui bahwa terjadi penurunan perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif pada *post test* menunjukkan bahwa keenam siswa rata-rata masuk dalam kategori tinggi dalam perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling. Setelah mendapatkan konseling rata-rata tersebut berubah menjadi kategori rendah. Persentase perilaku membolos keenam siswa sebelum mendapatkan konseling rata-rata adalah 76, kemudian turun menjadi 43,5. Apabila dibandingkan antara nilai prosentase pada keadaan awal dengan prosentase keadaan akhir setelah mendapatkan konseling maka terjadi penurunan sebesar 32,5.

Penurunan juga terjadi pada aspek yang mempengaruhi perilaku membolos. Hasil analisis deskriptif pada aspek pribadi, sekolah dan keluarga menunjukkan bahwa keenam siswa rata-rata masuk dalam kategori tinggi sebelum mendapatkan konseling individual pendekatan Behavior dengan teknik *self management*. Namun setelah mendapatkan konseling individual pendekatan behavior dengan teknik *self management* keenam siswa rata-rata masuk dalam kategori rendah. Pada aspek pribadi persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 82,7. Namun setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik *self management* turun menjadi 48,3. Pada aspek sekolah rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 78,2. Setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik *self-management* turun menjadi 40,7. Sedangkan pada aspek keluarga persentase rata-rata perilaku membolos sebelum mendapatkan konseling adalah 72,7. Setelah mendapat perlakuan berupa konseling individual pendekatan behavior teknik *self management* turun menjadi 41,5.

Pengentasan perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self*

*management* dilakukan melalui beberapa tahap konseling dengan enam kali pertemuan. Ada empat tahap dalam layanan konseling individual yang dilakukan peneliti. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Rosjidan (dalam Komalasari dkk, 2011: 157) yang menjelaskan bahwa konseling behaviorial memiliki empat tahap yaitu: menetapkan assesment (*assesment*), menentukan tujuan (*goal setting*), implementasi teknik (*technique implementation*), dan evaluasi-terminasi (*evaluation and termination*).

Tahap pertama pelaksanaan treatment layanan konseling individual pendekatan behaviorial dengan teknik *self management* adalah melakukan assesment. Pada tahap pertama ini peneliti menciptakan rapport, eksplorasi diri siswa, identifikasi masalah siswa, dan menetapkan inti masalah siswa. Pada tahap pertama ini rata-rata siswa terkejut mendapat panggilan untuk melakukan konseling. Saat melakukan eksplorasi masalah dan identifikasi masalah pada pertemuan pertama kebanyakan siswa masih merasa canggung untuk menceritakan masalah latar belakang perilaku membolosnya. Namun dengan berbagai usaha peneliti akhirnya bisa mengajak siswa untuk terbuka menceritakan permasalahannya.

Tahap kedua adalah goal setting yaitu menentukan tujuan dari proses konseling. Pada pertemuan ketiga ini siswa bersama dengan peneliti menentukan tujuan utama konseling dan sub tujuan konseling. Dari tahap kedua ini disepakati bahwa tujuan utama dari kegiatan konseling adalah untuk mengatasi perilaku membolos. Sedangkan sub tujuan dari kegiatan konseling adalah mengatasi faktor penyebab perilaku membolos siswa.

Tahap ketiga adalah penerapan teknik konseling yaitu pemberian treatment. Teknik yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos adalah teknik *self management*. Pada tahap ini peneliti memberikan lembar *self management* kepada siswa. Lembar ini berisikan apa saja yang harus dilakukan oleh siswa untuk mengatasi perilaku membolosnya. Pada saat menerima lembar *self management* siswa merasa bingung dengan berbagai pernyataan yang ada dalam lembar tersebut. Selanjutnya peneliti menjelaskan berbagai pernyataan yang ada dalam lembar tersebut kepada siswa.

Tahap keempat adalah evaluasi dan terminasi. Pada tahap terakhir ini peneliti melakukan evaluasi dengan memberikan penilaian segera. Penilaian segera tersebut siswa menyatakan bahwa siswa menjadi faham terhadap masalah yang dihadapinya. Perasaan siswa menjadi senang karena

beban permasalahan yang merjadi faktor perilaku membolos selama ini dapat diungkapkan melalui kegiatan konseling. Siswa juga menyatakan bahwa akan berusaha melakukan rencana yang sudah dirancang dalam lembar *self management*. Selain menggunakan penilaian segera

Setelah melalui serangkaian tahapan konseling tersebut akhirnya siswa mengalami penurunan perilaku membolos. Penurunan tersebut selain ditunjukkan dari hasil *post test* juga ditunjukkan dari hasil *uji validitas* dan *reliabilitas*. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan *uji validitas* dan *reliabilitas* diperoleh nilai *Alpha* sebesar 0,681, kemudian nilai ini kita bandingkan dengan nilai *r tabel* dengan nilai  $N=30$  dicari pada distribusi nilai *r tabel* signifikansi 5% diperoleh nilai *r tabel* sebesar 0,361. Dapat disimpulkan nilai  $\text{Alpha} = 0,681 > r \text{ tabel} = 0,361$  artinya item-item angket pengaruh konseling behavior teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa dapat dikatakan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

## B. Simpulan dan Saran

1. Perilaku membolos MU, MR, GD, NR, EP, dan SM sebelum mendapatkan *treatment* termasuk dalam kategori tinggi. Hasil *pre-test* menunjukkan nilai rata-rata perilaku membolos sebelum mengikuti konseling

individual pendekatan behavior dengan teknik *Self Management* sebesar 76 yang termasuk dalam kategori tinggi.

2. Perilaku membolos MU, MR, GD, NR, EP, dan SM setelah mendapatkan *treatment* mengalami penurunan dan masuk dalam kategori sedang. Hasil *post test* menunjukkan nilai rata-rata perilaku membolos setelah mengikuti konseling individual pendekatan behavior dengan teknik *Self Management* adalah sebesar 43,5 yang termasuk dalam kategori sedang.
3. Terdapat perubahan yang positif yaitu berupa penurunan yang signifikan pada perilaku membolos setelah diberi layanan konseling individual dengan pendekatan behavior melalui teknik *self management*. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan *uji validitas* dan *reliabilitas* diperoleh nilai *Alpha* sebesar 0,681, kemudian nilai ini kita bandingkan dengan nilai *r tabel* dengan nilai  $N = 30$  dicari pada distribusi nilai *r tabel* signifikansi 5% diperoleh nilai *r tabel* sebesar 0,361. Dapat disimpulkan nilai  $\text{Alpha} = 0,681 > r \text{ tabel} = 0,361$  artinya item-item angket pengaruh konseling behavior teknik *self management* terhadap perilaku membolos siswa dapat dikatakan

reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

### Saran

Berdasarkan simpulan hasil penelitian di SMP PGRI 1 Kediri di atas, maka dapat direkomendasikan beberapa saran:

- a. Untuk wakil kepala sekolah bidang kesiswaan, diharapkan tidak menggunakan tindakan kekerasan ataupun hukuman untuk mengatasi masalah perilaku membolos.
- b. Untuk konselor sekolah, diharapkan dapat memberikan layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self management* sebagai upaya dalam mengatasi perilaku membolos.
- c. Untuk siswa, hendaknya dapat meningkatkan kesadaran bahwa perilaku membolos yang dilakukan merupakan perilaku yang tidak terpuji, sehingga dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.
- d. Untuk peneliti selanjutnya, agar dapat dijadikan bahan penelitian lebih lanjut atau peneliti lain pada waktu yang akan datang menghasilkan temuan yang lebih baik dan sempurna.

### IV. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, G. 2007. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. (Terjemahan E. Koswara), Bandung: Rafika Aditama Press.
- Komalasari, G., Eka, W., & Gantina,. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Prayitno dan Amti, E. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dab Konseling*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika Edisi ke-6*. Bandung: Tarsito
- Sugiharto, DYP. 2007. *Konseling Proaktif Dengan Strategi Pengelolaan Diri*. Semarang: Tidak Diterbitkan.