

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Pustaka

##### 1. Bimbingan Konseling Islam

###### a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling terdiri dari dua gabungan istilah Bahasa Inggris, yakni *guidance* dan *counseling*. *Guidance* dari asal kata *guide*, yang artinya memberikan nasehat (*giving advice*), menunjukkan jalan (*showing the way*), memberikan petunjuk (*giving instruction*), menuntun (*conducting*), memimpin (*leading*), mengarahkan (*governing*), mengatur (*regulating*).<sup>1</sup> Asal kata *counseling* adalah *counsel*, yang artinya adalah anjuran (*to give counsel*), nasehat (*to obtain counsel*), pembicaraan (*to take counsel*),<sup>2</sup>

Peraturan Pemerintah Nomor 29/90 Pasal 27 disebutkan bahwa bimbingan bisa diartikan sebagai “bantuan yang diberikan pada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan”.<sup>3</sup>

Seperti yang kutipan Dewa Ketut Sukardi bahwa Rochman Natawidjaya menerangkan bahwa:

Bimbingan bisa didefinisikan sebagai suatu proses diberikannya bantuan pada seseorang yang dilaksanakan dengan terus menerus agar seseorang paham akan dirinya sendiri sehingga ia sanggup mengarahkan dirinya dan mampu bertindak dengan wajar sesuai

---

<sup>1</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1997), 65.

<sup>2</sup> Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar* (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), 70.

<sup>3</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cpta, 2000), 18.

dengan tuntunan dan kondisi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat, serta kehidupan yang umum. Sehingga akhirnya ia akan mampu menikmati kebahagiaan hidupnya dan bisa memberi sumbangan yang berarti pada kehidupan masyarakat umum. Bimbingan menuntun seseorang memperoleh perkembangan diri dengan optimal sebagai makhluk sosial”.<sup>4</sup>

Dari beberapa pengertian mengenai bimbingan sebagaimana telah diuraikan oleh tokoh-tokoh di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan ialah suatu proses memberi pendampingan atau arahan kepada seseorang atau sekelompok orang yang dilaksanakan oleh guru pembimbing secara sistematis dan terus-menerus agar seseorang atau sekelompok individu menjadi pribadi mandiri.

Sementara itu, Dewa Ketut Sukardi mengemukakan konseling yang diartikan sebagai terjemahan dari *counseling* yang berarti bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan ataupun sebagai teknik, “layanan konseling adalah jantung hati layanan bimbingan secara keseluruhan”.<sup>5</sup>

Sedangkan pengertian konseling berdasarkan penuturan Rochman Natawidjaja sebagaimana yang dikutip oleh Dewa Ketut Sukardi ialah:

Jenis layanan yang menjadi bagian yang terpadu dari bimbingan. Dapat dikatakan bahwa konseling adalah hubungan timbal balik antara dua individu, dimana yang satu (yaitu konselor) berusaha memberi bantuan pada yang lainnya (yaitu klien) untuk

---

<sup>4</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan.....*, 19.

<sup>5</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan.....*, 20.

sampai pada pencapaian mengerti mengenai dirinya sendiri terkait hubungan dengan berbagai permasalahan yang dihadapinya di masa yang akan datang.<sup>6</sup>

Dari penjabaran di atas diperoleh kesimpulan bahwa pengertian tentang konseling adalah suatu upaya bantuan melalui tatap muka atau *face to face* antara konselor dan klien berisi usaha yang unik, selaras, manusiawi, yang diselenggarakan dalam suasana keahlian dan dilakukan berdasarkan norma-norma yang berlaku, dengan harapan klien mendapatkan kepercayaan diri dan konsep diri sendiri sehingga mampu merubah tingkah lakunya menjadi lebih baik pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang.

Ada berbagai pandangan terkait adanya hubungan dan kedudukan antara bimbingan dan konseling, salah satunya menyatakan bahwa konseling adalah cara atau teknik bimbingan, dengan kata lain konseling ada di dalam bimbingan. Sedang pendapat yang lain memandang bahwa bimbingan sebagai pencegahan timbulnya masalah yang dialami oleh individu. Dapat dikatakan pula bahwa sifat atau fungsi bimbingan adalah *preventif* (pencegahan), sementara konseling bersifat *kuratif* dan *korektif*. Meskipun demikian bimbingan dan konseling selalu dipertemukan pada objek yang sama yakni permasalahan, adapun perbedaannya ada pada perlakuan dan perhatian dari masalah.

Bimbingan dan konseling secara umum dibanding dengan bimbingan dan Konseling Islam berdasarkan penuturan pakar Thohari Musnamar mempunyai perbedaan, di antaranya adalah:<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan.....*, 21.

<sup>7</sup> Thoha Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Yogyakarta: UII Press. 1992), 9.

- 1) Di barat, umumnya proses layanan bimbingan dan konseling tidak dikaitkan dengan Tuhan maupun ajaran agama. Layanan bimbingan dan konseling hanya dinilai sebagai masalah keduniawian semata. Sementara Islam menganjurkan aktivitas layanan bimbingan dan konseling menjadi suatu bentuk ibadah pada Allah SWT yakni suatu pemberian bantuan pada orang lain dan dikategorikan sebagai bentuk sedekah.
- 2) Secara umum konsep layanan bimbingan dan konseling semata-mata hanya berdasarkan pada pikiran manusia. Teori bimbingan dan konseling yang ada hanya didasarkan pada pengalaman di masa silam. Sementara itu, konsep bimbingan dan konseling Islami berlandaskan Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, pengalaman manusia, serta aktivitas akal.
- 3) Di Barat, layanan Bimbingan dan konseling tidak dikonsepsikan untuk membahas persoalan hidup sesudah mati, tetapi layanan bimbingan dan konseling Islam dikonsepsikan sebaliknya, terdapat keyakinan mengenai kehidupan sesudah mati.
- 4) Konsep pelayanan bimbingan dan konseling di barat tidak mengaitkannya dengan pahala dan dosa. Sementara bimbingan dan konseling Islam membahas pahala dan dosa yang telah diperbuat.

Beberapa perbedaan tadi melahirkan beberapa definisi, di antaranya adalah:

- 1) Thohari menuturkan bimbingan dan konseling Islam adalah sesuatu proses pemberian pendampingan atau bantuan terhadap individu sehingga ia mampu menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang sepatutnya hidup sesuai dengan aturan dan petunjuk Allah

SWT, sehingga memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat.<sup>8</sup>

- 2) Yahya Jaya mengartikan bimbingan dan konseling Agama Islam sebagai pelayanan bantuan baik pendampingan maupun bantuan yang diberi oleh konselor agama terhadap orang yang menghadapi masalah dalam keberagaman hidup, ingin mengembangkan dimensi dan potensi keberagamaannya dengan sebaik mungkin, baik secara individu maupun kelompok, sehingga mampu jadi orang yang dewasa dan mandiri dalam menjalankan agama yaitu di bidang bimbingan ibadah, akidah, akhlak, dan muamalah melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung dengan dasar keimanan dan ketaqwaan yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadits.<sup>9</sup>
- 3) Ainur Rahim Faqih mengatakan bahwa bimbingan dan konseling Islam merupakan suatu proses dari berbagai pemberian bantuan kepada individu sehingga mampu hidup selaras dengan petunjuk dan ketentuan Allah SWT, agar dapat menggapai hidup dunia dan akhirat yang bahagia.<sup>10</sup>

Uraian pendapat-pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan dan konseling Islam ialah suatu usaha dari berbagai proses yang dapat diupayakan untuk mengembangkan potensi dan menuntaskan permasalahan yang dihadapi klien supaya mencapai hidup bahagia di dunia dan akherat berlandaskan ajaran Islam.

---

<sup>8</sup> Thoha Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan....*, 55.

<sup>9</sup> Yahya Jaya, *Bimbingan dan Konseling Agama Islam* (Padang: Angkasa Raya, 2004),108

<sup>10</sup> Yahya Jaya, *Bimbingan dan Konseling....*, 109.

b. Landasan Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam landasan utamanya ialah Al-Qur'an dan As-Sunnah. Kedua hal itu merupakan pokok dari segala sumber pedoman hidup umat Islam dari keseluruhan aspek kehidupan mereka. Nabi SAW. bersabda: Aku tinggalkan pada kalian dua perkara (pusaka), kalian tidak akan pernah sesat selama kalian berpegang teguh kepada keduanya, yaitu kitabullah dan sunnah Rasul-Nya (Ashbahan: Kitab Thabaqat Asmaul Muhadditsin, dari Anas bin Malik). Dipertegas lagi sebagaimana tercantum dalam surat Yunus ayat 57, disebutkan: "Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman".

Landasan filosofis Islam terkait pentingnya konseling bagi pengembangan dan kelengkapan bimbingan konseling Islam karena meliputi:<sup>11</sup>

1) Falsafah mengenai dunia manusia (citra manusia)

Bimbingan dan Konseling Islam dilaksanakan oleh, terhadap, dan bagi kepentingan, manusia. Karena itu pandangan yang berkenaan dengan manusia atau hakekat manusia selanjutnya menjadi penentu dan menjadi landasan operasional bimbingan dan konseling Islam, sebab pandangan terkait hakekat manusia akan mempengaruhi semua tindakan bimbingan dan konseling tersebut.

2) Falsafah mengenai manusia dan kehidupan

Manusia pada dasarnya mempunyai dua unsur utama yakni jasmani dan rohani, berawal dari sinilah diketahui bahwa Allah menciptakan jasmani atau jasad lalu meniupkan roh sehingga manusia itu menjadi hidup.

---

<sup>11</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), 6-9.

3) Falsafah mengenai pernikahan dan keluarga

Menurut kodratnya, manusia hidup membutuhkan bantuan dari manusia lain, bahkan manusia baru akan menjadi manusia jikalau ada di lingkungan serta berinteraksi dengan manusia lain. Karena itulah manusia disebut makhluk sosial. Demikian ini tergambar dalam kehidupan keluarga, di mana dari hubungan suami dan istri akan dihasilkan anak. Sehingga bisa dikatakan bahwa manusia dianjurkan untuk menikah dan berkeluarga.

4) Falsafah mengenai pendidikan

Manusia diciptakan untuk menyembah pada Yang Kuasa, diharuskan untuk mematuhi perintahNya dan menjauhi larangan-Nya. Semua ini dapat terwujud jika manusia mau belajar sebagaimana ayat yang pertama kali diturunkan yang berarti bacalah.

5) Falsafah mengenai masyarakat

Sebagai makhluk sosial, manusia memerlukan bantuan orang lain, berinteraksi dengan lingkungannya, seperti firman Allah yang artinya: “hai manusia, sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal”. Dari ayat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa manusia secara kodrat diciptakan untuk hidup bermasyarakat.

6) Falsafah mengenai usaha mencari nafkah atau kerja dan sebagainya.

Setiap manusia memiliki wujud yang unik, mempunyai kepribadian sendiri, atau mempunyai eksistensinya sendiri untuk mencari nafkah. Sebagai makhluk sosial bermakna setiap manusia memiliki tugas memperdulikan dirinya sendiri, semua kepentingannya sendiri, tidak hanya kepentingan orang lain.

Adapun cabang ilmu yang membantu melengkapi dan membantu sehingga dijadikan landasan gerak operasional bimbingan dan konseling Islami adalah:<sup>12</sup>

- 1) Ilmu kejiwaan (psikologi)
- 2) Ilmu-ilmu kemasyarakatan seperti antropologi sosial, sosiologi, dan sebagainya.
- 3) Ilmu hukum Islam

c. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Diselenggarakannya bimbingan konseling Islam mempunyai tujuan untuk menuntun seseorang mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya supaya memperoleh hidup bahagia di dunia dan akherat. Sedangkan fungsi dari bimbingan dan konseling Islam adalah sebagai berikut:<sup>13</sup>

- 1) Fungsi *preventif* ialah menuntun individu mencegah munculnya masalah bagi dirinya.
- 2) Fungsi *kuratif* atau *korektif* berarti menuntun individu mengatasi permasalahan yang dihadapinya.
- 3) Fungsi *preservatif* yakni menuntun sesama untuk menjaga situasi dan keadaan yang awalnya tidak baik atau bermasalah menjadi baik (mendapat solusi) dan keadaan baik itu bertahan lama.
- 4) Fungsi *developmental* ialah menuntun sesama memelihara dan mengembangkan situasi dan keadaan yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkan hal itu menjadi peyebab timbulnya masalah baginya.

---

<sup>12</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam.....*, 5-6.

<sup>13</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling.dalam Islam.....*, 37

Ditilik dari sifatnya, Dewa Ketut Sukardi mengemukakan bahwa fungsi bimbingan dan konseling yaitu:<sup>14</sup>

1) Fungsi pencegahan (*preventif*)

Bimbingan dan konseling sebagai fungsi pencegahan maksudnya sebagai upaya pencegahan terhadap munculnya persoalan. Layanan yang diberikan pada fungsi ini berupa bantuan untuk siswa agar dapat menghindari dari bermacam persoalan yang dapat menghambat perkembangannya.

2) Fungsi Pemahaman

Bimbingan dan konseling sebagai fungsi pemahaman artinya dihasilkannya sesuatu yang dibutuhkan terkait dengan kebutuhan pengembangan siswa oleh pihak-pihak tertentu. Fungsi ini meliputi:

- a) Pemahaman terkait diri siswa oleh siswa sendiri, guru, orang tua, serta guru pembimbing.
- b) Pemahaman terkait lingkungan siswa di antaranya lingkungan sekolah dan keluarga.
- c) Pemahaman terkait lingkungan yang lebih luas.

3) Fungsi Perbaikan

Meskipun fungsi-fungsi seperti pencegahan dan pemahaman telah dipraktekkan, ternyata masih bisa saja siswa menghadapi berbagai permasalahan khusus. Di sinilah fungsi perbaikan berperan. Fungsi perbaikan akan menghasilkan teratasinya berbagai persoalan yang dihadapi siswa.

4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi ini merupakan fungsi layanan bimbingan dan konseling yang menuntun siswa agar siswa mampu mengembangkan dan

---

<sup>14</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan.....*, 26-27.

memelihara pribadinya dengan utuh dengan terarah, mantap serta berkelanjutan.

Adapun tujuan dari bimbingan dan konseling Islam diuraikan dalam rincian berikut, yaitu:

- 1) Agar terwujud suatu perbaikan, perbuatan, kebersihan juga kesehatan jiwa sehingga jiwa merasakan ketenangan dan kedamaian, bisa bersikap lapang dada serta memperoleh pencerahan taufik dan hidayah dari Tuhan.
- 2) Agar terwujud suatu perbaikan, kesopanan, dan perubahan sikap/perbuatan yang bisa bermanfaat untuk dirinya sendiri, keluarganya, lingkungan social, lingkungan kerja serta alam sekitarnya.
- 3) Agar terwujud kecerdasan rasa atau emosi pada seseorang sehingga timbul dan berkembang sikap toleransi, kasih sayang, tolong menolong, dan kesetiakawanan.
- 4) Agar terwujud kecerdasan spiritual di dalam diri seseorang sehingga timbul dan berkembang keinginan untuk bersikap taat kepada Tuhannya, tulus dalam menaati semua perintahNya dan tabah saat mendapat ujian dariNya.
- 5) Agar terwujud potensi Ilahiyah, di mana individu yang mempunyai potensi ini bisa melakukan tugas diriaya sebagai khalifah secara baik dan benar serta mampu secara baik dalam mengatasi berbagai masalah hidup, selain itu juga bisa memberi manfaat dan keselamatan untuk lingkungan individu itu dalam berbagai sudut pandang kehidupan.
- 6) Untuk memulihkan pola pikir dan kebiasaan klien sehingga sesuai dengan kaidah ajaran Islam yaitu berlandaskan menurut Al-Quran dan As-Sunnah.

Adapun secara umum dan khusus, tujuan dari Bimbingan dan Konseling Islam adalah:<sup>15</sup>

- 1) Secara umum, tujuan bimbingan dan konseling adalah menuntun seseorang menjadi manusia seutuhnya supaya mendapat kehidupan dunia dan akherat yang bahagia.
- 2) Secara khusus, bimbingan dan konseling mempunyai tujuan:
  - a) menuntun seseorang supaya dapat menghadapi persoalan.
  - b) menuntun seseorang dalam memecahkan persoalan yang dihadapinya
  - c) menuntun seseorang memelihara dan mengembangkan situasi dan keadaan yang baik atau yang tetap baik menjadi tetap baik atau lebih baik lagi, sehingga tidak akan menjadi sumber persoalan bagi dirinya dan orang lain.

#### d. Metode dan Teknik Bimbingan dan Konseling Islam

##### 1) Pengertian Metode Bimbingan dan Konseling Islam

Metode merupakan cara untuk memahami permasalahan hingga akan memperoleh hasil yang memuaskan. Sedangkan teknik adalah diterapkannya metode ke dalam praktek. Pada kasus ini akan dilihat bimbingan dan konseling sebagai proses komunikasi.

##### 2) Bentuk Metode Bimbingan dan Konseling Islam

Metode bimbingan dan konseling Islami dikategorikan dari segi komunikasi adalah sebagai berikut:

##### 1) Metode komunikasi langsung atau metode langsung

Metode ini memposisikan konselor berkomunikasi melalui tatap muka langsung

---

<sup>15</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam....*, 35-36

dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini terdiri dari:

(1) Metode Individual

Di sini konselor berkomunikasi secara langsung dengan individu yang dibimbingnya. Adapun teknik yang dapat dilakukan untuk melakukan metode ini adalah:<sup>16</sup>

- (a) Percakapan pribadi, yakni konselor berkomunikasi langsung atau bertatap muka dengan klien yang dibimbingnya.
- (b) Anjingsana ke rumah, yakni konselor berdialog dengan klien yang dilakukan di rumah klien yang dimanfaatkan juga untuk melakukan pengamatan terhadap keadaan rumah klien serta lingkungan sekitarnya.
- (c) Anjingsana dan pengamatan kerja, yakni konselor melakukan pembicaraan secara pribadi saat klien berada di tempat kerja sekaligus melakukan pengamatan kerja klien dan lingkungannya.

(2) Metode Kelompok

Dalam metode ini, konselor mengadakan tatap muka langsung dalam kelompok. Bimbingan kelompok umumnya dilakukan dalam tiga kategori kelompok, yakni kelompok kecil beranggotakan 2-6 orang, kelompok sedang beranggotakan 7-12 orang, dan kelompok besar beranggotakan 13-20 orang ataupun kelas yang berisi 20-40

---

<sup>16</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam....*, 54

orang.<sup>17</sup> Adapun metode yang dilakukan dalam kelompok ialah:<sup>18</sup>

- (a) Diskusi kelompok, konselor membimbing para klien yang memiliki persoalan yang sama dengan cara melakukan diskusi kelompok.
- (b) Karyawisata, bimbingan secara langsung yang dilakukan konselor pada kelompok dengan menggunakan ajang karyawisata sebagai wadahnya.
- (c) Sosiodrama, konselor melakukan bimbingan ini dengan metode bermain peran guna menyelesaikan persoalan para klien.
- (d) Psikodrama, bimbingan ini diterapkan konselor dengan bermain peran untuk mengatasi persoalan yang dihadapi klien.
- (e) Group *teaching*, konselor memberi bimbingan pada kelompok melalui ceramah yang berisi materi bimbingan khusus yang sudah dipersiapkan.

## 2) Metode komunikasi tidak langsung atau metode tidak langsung

Metode ini ialah metode bimbingan atau konseling yang diberikan dengan bantuan media komunikasi massa yang bisa dilaksanakan secara sendiri/individual ataupun kelompok bahkan massal.

- (1) Metode Individual
  - (a) Mediana dengan surat

---

<sup>17</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling* (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2012,), 75.

<sup>18</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling.....*, 55.

- (b) Mediana *handphone* dan sebagainya.
- (2) Metode kelompok / massal, yaitu: <sup>19</sup>
  - (a) Mediana dengan bimbingan
  - (b) Mediana dengan brosur
  - (c) Mediana dengan surat kabar/majalah
  - (d) Mediana televisi.
  - (e) Mediana radio.
- 3) Faktor yang mempengaruhi Metode dan teknik bimbingan konseling
 

Metode dan teknik yang dipakai dalam kegiatan bimbingan atau konseling dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut: <sup>20</sup>

  - 1) Persoalan yang sedang digarap saat itu.
  - 2) Tujuan dilakukan penggarapan persoalan.
  - 3) Kondisi klien yang sedang dibimbing
  - 4) Kemampuan konselor dalam menerapkan metode/teknik
  - 5) Administrasi dan organisasi layanan bimbingan dan konseling
  - 6) Kondisi fasilitas bimbingan.
  - 7) Kondisi dan situasi lingkungan sekitar
  - 8) Biaya yang tersedia.

## 2. Konseling Behavioristik

### a. Pandangan Konseling Behavioristik tentang Manusia

Manusia menurut pendekatan behavioristik dalam konseling adalah makhluk yang peka di mana perilakunya dikendalikan oleh berbagai faktor dari luar. Melalui hukum-hukum belajar, tingkah laku dipelajari manusia ketika berhubungan dengan lingkungan. Kepuasan atau ketidakpuasan yang diperoleh seseorang bias menimbulkan tingkah laku tertentu. Hal ini berarti

<sup>19</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling.....*, 55.

<sup>20</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling.....*, 55.

lewat pengalamannya, seseorang akan mengembangkan pola-pola kebutuhan yang mengarahkan orang tersebut pada pola-pola tingkah laku tertentu.<sup>21</sup>

Pendekatan behavioristik menganggap manusia pada dasarnya dipengaruhi oleh lingkungan di mana dia berada sehingga dapat memiliki kecenderungan positif atau negative. Behavioristik memandang tingkah laku sebagai bentuk dari kepribadian manusia. Tingkah laku diperoleh dari pengalaman seseorang ketika melakukan interaksi dengan lingkungannya. Tingkah laku yang baik merupakan hasil dari lingkungan yang baik, begitu juga sebaliknya. Tingkah laku seseorang merupakan produk dari lingkungan.<sup>22</sup>

Gantina Komalasari, dkk., memberi definisi mengenai pandangan pendekatan behavioral sebagai berikut:

suatu pendekatan konseling yang berkenaan tentang perilaku seseorang yang menekankan pendekatan dengan sistematis dan terstruktur serta beranggapan bahwa perilaku bisa dipelajari dan ada proses belajarnya yaitu melalui belajar dan kedewasaan. Pada akhirnya perilaku lama dapat menjadi perilaku baru. Manusia dianggap mempunyai potensi untuk berperilaku baik maupun buruk. Manusia bisa melakukan refleksi atas perilakunya sendiri, bisa mengatur dan mengendalikan perilakunya serta mampu belajar perilaku

---

<sup>21</sup> Prayitno, *Konseling Pancawaskita* (Padang: Universitas Negeri Padang Press, 2005), 71.

<sup>22</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), 168.

baru atau bisa mempengaruhi perilaku orang lain.<sup>23</sup>

Setelah mencermati pendapat-pendapat sebelumnya, diperoleh kesimpulan bahwa konseling behavioristik memandang manusia dari segi tingkah lakunya, dan tingkah laku yang ditunjukkan oleh manusia adalah hasil belajar yang didapat dari proses interaksi manusia dengan lingkungan di sekitarnya.

b. Ciri-Ciri Konseling Behavioristik

Dibanding pendekatan lainnya, konseling behavioristik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:<sup>24</sup>

- 1) Perhatian ditekankan pada perilaku yang terlihat dan spesifik.
- 2) Kecermatan dan penjabaran target dari *treatment* yang dilakukan.
- 3) Perumusan prosedur *treatment* yang khusus disesuaikan dengan masalah.
- 4) Penafsiran obyektif terhadap hasil terapi yang diperoleh.

Adapun ciri-ciri utama dari konseling behavioral adalah:

1) Proses pendidikan

Sebagai suatu proses pendidikan, konseling menuntun klien belajar mengenai tingkah lakunya untuk mengatasi masalahnya. Di dalam konseling diterapkan prinsip-prinsip belajar dan prosedur belajar efektif guna membentuk dasar-dasar pemberian bantuan kepada klien.

2) Teknik dirakit secara individual

Penerapan teknik konseling yang diberikan ke setiap klien tidaklah sama

---

<sup>23</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011), 152.

<sup>24</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap* (Bandung: PT Refika Aditama, 2003), 199.

disesuaikan dengan persoalan dan karakteristik dari klien. Pada proses konselingnya, penentuan tujuan konseling, proses asesmen, dan teknik-teknik dibangun oleh klien dibantu konselor.

### 3) Metodologi ilmiah

Konseling *behavior* didasarkan atas metode ilmiah saat melakukan asesmen dan evaluasi konseling. Konseling ini memakai observasi sistematis, kuantifikasi data, dan pengontrolan yang tepat.<sup>25</sup>

Setelah diuraikan paparan ahli terkait ciri-ciri dari konseling behavioristic pada uraian sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling behavioristik mempunyai karakteristik lebih memperhatikan tingkah laku yang terlihat dari hasil belajar pada lingkungannya, dan memecahkan masalah dengan menerapkan teknik yang sesuai dengan persoalan yang sedang dihadapi.

#### c. Perilaku Bermasalah

Gantina Komalasari berpendapat bahwa perilaku yang bermasalah dalam konseling behavioral adalah perilaku yang berlebihan (*excessive*) dan perilaku yang kurang (*deficit*).<sup>26</sup> Definisi perilaku bermasalah dilihat dari sudut pandang behavioristik adalah sebagai berikut:<sup>27</sup>

Perilaku yang tidak tepat atau perilaku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan. Perilaku tidak sesuai dibentuk oleh serangkaian proses interaksi dengan lingkungannya. Yang berarti bahwa secara sosial, perilaku seseorang terbentuk tidak tepat dan dalam beberapa saat didapatkan

---

<sup>25</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*....,153.

<sup>26</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*....,157.

<sup>27</sup> Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2004), 112.

ganjaran dari pihak tertentu. Hal demikian ini akhirnya menjadikan perilaku yang tidak tepat atau perilaku yang tidak diharapkan secara sosial itu menguat pada diri individu.

Sementara itu dalam konsep behavioristik, perilaku bermasalah menurut Lubis adalah:<sup>28</sup>

Perilaku yang tidak tepat atau tidak sesuai dengan yang diinginkan oleh lingkungan. Perilaku dikategorikan sebagai bermasalah itu didasarkan pada perbedaannya dengan perilaku normal yang menekankan pada aspek penyesuaian diri pada lingkungannya. Perilaku bermasalah dapat ditandai oleh timbulnya konflik antara individu dengan lingkungan. Ini merupakan hal yang menyebabkan kesulitan dan ketidakpuasan pada diri seseorang.

Pendapat-pendapat di atas mengatakan bahwa perilaku bermasalah bisa diatasi melalui konseling behavioristik, sehingga penulis mendefinisikan perilaku bermasalah sebagai perilaku yang negative baik itu perilaku yang kurang ataupun juga perilaku yang berlebihan. Jadi kedua perilaku tersebut tidak pantas dengan yang diinginkan tampak dari seorang individu. Perilaku ini tampak dalam diri seseorang dikarenakan proses interaksi dengan lingkungannya yang kurang tepat.

#### d. Tujuan Konseling Behavioristik

Konseling behavioristik mempunyai tujuan untuk menjalani kehidupan tanpa mengalami perilaku simtomatik, yakni kehidupan tanpa mengalami hambatan atau kesulitan perilaku, yang bisa berakibat rasa tidakpuas dalam jangka panjang

---

<sup>28</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), 169.

dan dapat merasai konflik dalam menjalani kehidupan sosial.<sup>29</sup>

Konseling behavioristik secara khusus mempunyai tujuan mengubah perilaku yang bermasalah dalam penyesuaian melalui upaya-upaya menguatkan perilaku yang diinginkan, dan menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan serta membantu menemukan upaya-upaya agar mempunyai perilaku yang sesuai.

Dengan konseling behavioristik klien akan dibimbing untuk meninggalkan respon-respon lama yang bisa merusak diri, dan belajar respon-respon baru yang lebih sehat. Terapi behaviorial berbeda dengan terapi lain. Terapi ini ditandai dengan:<sup>30</sup>

- 1) Formulasi prosedur *treatment* khusus sesuai dengan persoalan khusus.
- 2) Difokuskan pada perilaku yang terlihat dan spesifik.
- 3) Kecermatan dan penjabaran tujuan-tujuan *treatment* (perlakuan).
- 4) Penilaian objektif berkenaan dengan hasil konseling.

Terapi behaviorial mempunyai target untuk memperoleh perilaku baru, menyingkirkan perilaku yang *maladaptif* dan menguatkan serta mempertahankan perilaku yang diharapkan. Jadi orientasi konseling behavioristik adalah untuk mengubah atau memodifikasi perilaku klien, yang di antaranya untuk:<sup>31</sup>

- 1) Membentuk kondisi-kondisi baru bagi proses belajar.
- 2) Menyerap pengalaman belajar yang *adaptif* namun belum dipelajari.

---

<sup>29</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*..., 113.

<sup>30</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: CV. Alfabeta, 2010), 70.

<sup>31</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*...,156.

- 3) Mengarahkan klien menghilangkan respon-respon lama yang *maladaptif* atau dapat merusak diri dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat dan tepat (*adjustive*).
- 4) Klien belajar perilaku baru dan meminimalisir perilaku yang *maladaptif*, menguatkan serta mempertahankan perilaku yang diharapkan.
- 5) Penentuan tujuan dan perilaku serta usaha mencapai sasaran dikerjakan bersama antara klien dan konselor.

Dari beberapa pendapat sebelumnya berkenaan dengan tujuan dari konseling behavioristik bisa ditarik kesimpulan bahwa tujuan konseling behavioristik untuk mengubah perilaku yang bermasalah atau tidak sesuai dengan lingkungan sosial menjadi perilaku yang sesuai, untuk kemudian perilaku yang sesuai tersebut diperkuat sehingga dapat senantiasa melekat di dalam diri individu.

### **3. Teknik *Self Management***

#### **a. Pengertian Teknik *Self Management***

*Self management* merupakan proses di mana klien mengarahkan perubahan perilaku dirinya dengan menerapkan satu teknik atau kombinasi teknik. Klien diharuskan aktif menggerakkan variable internal, eksternal, untuk menuju perubahan perilaku yang diharapkan. Meski konselor yang memotivasi dan melatih prosedur ini, klien-lah yang mengendalikan pelaksanaan teknik ini. Di dalam pengaplikasian prosedur *self management*, klien mengarahkan upaya perubahan dengan mengubah aspek-aspek lingkungannya atau dengan mengatur konsekuensi.

*Self management* sebagai prosedur di mana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya

sendiri<sup>32</sup>, biasanya subyek terlibat pada lima komponen dasar yakni menentukan perilaku sasaran, memantau perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melakukan prosedur tersebut dan mengevaluasi efektifitas prosedur tersebut.<sup>33</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *self management* ialah suatu proses di mana klien mengontrol perubahan perilaku mereka sendiri dengan menerapkan keterampilan yang didapatnya ketika mengikuti sesi konseling. Keterampilan individu tersebut untuk memotivasi diri dan mengelola semua unsur.

b. Tahapan *Self Management*

Di dalam *self management* terdapat empat tahapan, yakni *self monitoring*, *self reward*, *self contracting*, dan *stimulus control*. Berikut uraiannya:<sup>34</sup>

- 1) *Self monitoring* yakni klien melakukan pengamatan dan mencatat sesuatu mengenai dirinya sendiri dan interaksinya dengan situasi lingkungan. Pada tahapan ini klien mengumpulkan data pokok yang berkaitan dengan tingkah laku yang ingin diperbaiki.
- 2) *Self reward* yakni untuk menguatkan atau untuk meningkatkan respon yang diinginkan dari stimulus dengan memakai berbagai bentuk. *Self reward* ini bisa memakai berbagai bentuk seperti perangsang makanan, benda, aktivitas fisik, simbolis verbal ataupun imajinasi.
- 3) *Self contracting* yakni membuat perencanaan dengan klien yang ditujukan untuk merubah perilaku.

---

<sup>32</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2014), 141.

<sup>33</sup> Mochammad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2014), 150.

<sup>34</sup> Mochammad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling.....*, 153.

- 4) *Stimulus control* yakni menyusun kondisi-kondisi lingkungan menjadi ketentuan yang telah direncanakan sebelumnya yang membuat terlaksananya atau dilaksanakannya perilaku yang diinginkan. Kondisi lingkungan difungsikan menjadi tanda dari suatu respon tertentu. Tanda di sini merupakan suatu stimulus untuk suatu respon yang diinginkan.

#### 4. Disiplin Belajar

##### a. Pengertian Disiplin

Istilah disiplin dalam kehidupan sehari-hari sering kita dengar. Oleh sebab itu disiplin bisa didefinisikan sebagai kepatuhan atau ketaatan seseorang pada tata tertib atau norma yang berlaku.<sup>35</sup> Adapun tata tertib merupakan semua aturan yang berlaku dalam lingkungan sekitar kita, yaitu aturan yang ada di lingkungan sosial seseorang dan peraturan-peraturan yang tertulis maupun tidak tertulis. Adapun pengertian belajar ialah suatu proses yang diusahakan oleh individu untuk mendapat suatu perubahan perilaku baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri sewaktu melakukan interaksi dengan lingkungannya.<sup>36</sup>

Kedisiplinan seseorang untuk mematuhi atau taat pada tata tertib atau norma yang berlaku, Aturan-aturan serta kaidah-kaidah yang berlaku adalah hal yang sangat krusial dalam berbagai aktivitas seseorang / individu karena menjadi salah satu alat guna memperoleh tujuan atau hasilnya.

Berikut akan dijabarkan mengenai arti disiplin menurut pendapat beberapa ahli, yaitu sebagai berikut:

---

<sup>35</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2001), 208.

<sup>36</sup> Slameto, *Belajar dan Factor Yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 1999), 2.

1) Menurut Imam Ahmad Ibnu Nizar:

Disiplin merupakan kesediaan untuk mematuhi aturan dan larangan. Kepatuhan yang dimaksud di sini bukan sekedar patuh disebabkan adanya tekanan-tekanan dari luar, melainkan kepatuhan yang dilandasi oleh adanya kesadaran mengenai nilai dan pentingnya aturan-aturan dan larangan tersebut.

Jadi disiplin ialah sesuatu yang terpatri di hati seseorang yang memberikan dorongan bagi individu tersebut dalam melaksanakan sesuatu sebagaimana yang digariskan oleh aturan dan norma yang dianut.<sup>37</sup>

2) Pendapat Suharsini Arikunto menyatakan bahwa:

Disiplin adalah suatu bentuk ketaatan individu kepada peraturan, tata tertib atau norma yang dianut berdasarkan dorongan dari dalam dirinya sesuai dengan kata hatinya.<sup>38</sup>

Jadi disiplin ialah sesuatu yang ada di dalam hati individu yang menjadi bentuk ketaatan individu pada peraturan atau tata tertib.

b. Fungsi dan tujuan

Persoalan disiplin menjadi suatu hal yang krusial di dalam dunia pendidikan terlebih bagi siswa termasuk dalam usaha belajarnya. Sebagaimana dikutip oleh Muh Said, Immanuel Kant berpendapat bahwa ada tiga faktor dari pendidikan yakni disiplin, asuhan, dan pengajaran.<sup>39</sup> Menurut Tulus Tu'u dalam bukunya yang berjudul *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*, disebutkan fungsi-fungsi dari disiplin yakni:

---

<sup>37</sup> Imam Ahmad Ibnu Nizar, *Membentuk dan Meningkatkan Disiplin Anak Sejak Dini* (Jakarta: Diva Press, 2009), 142

<sup>38</sup> Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi* (Jakarta: Rineka Cipta, 1995), 114

<sup>39</sup> Imam Ahmad Ibnu Nizar, *Membentuk dan Meningkatkan Disiplin...*, 114

1) Menata kehidupan bersama

Fungsi disiplin mempunyai maksud, antara lain mengelola tata kehidupan manusia di dalam kelompok tertentu atau dalam masyarakat.

2) Membentuk kepribadian

Lingkungan yang memiliki disiplin yang baik sangat memberi pengaruh kepada pribadi seseorang. Terlebih bagi seorang siswa yang sedang tumbuh kepribadiannya. Adanya lingkungan sekolah yang tertib, teratur, sehat, tenang, dan tenang akan sangat berperan dalam membentuk kepribadian siswa yang baik.

3) Melatih kepribadian

Terbentuknya sikap, tingkah laku, dan pola kehidupan yang baik serta berdisiplin tidak terjadi dengan serta merta dalam waktu singkat namun melalui suatu proses panjang dan memerlukan pelatihan sehingga membentuk suatu kepribadian.

4) Pemaksaan

Disiplin dapat berfungsi untuk menjadi pemaksa bagi seseorang kepada seseorang yang lain agar menaati aturan-aturan yang diberlakukan di suatu lingkungan. Bentuk disiplin semacam ini masih dangkal akan tetapi dengan pendampingan para guru, pemaksaan, pembiasaan dan latihan disiplin semacam ini dapat membuat sadar siswa bahwa disiplin itu penting baginya.

5) Hukuman

Tata tertib sekolah umumnya berisi hal-hal positif yang harus dilaksanakan oleh siswa dan guru. Sisi lainnya berisi hukuman atau sanksi bagi yang tidak mematuhi tata tertib tersebut. Hukuman tersebut dimaksudnya untuk membeberikan cara agar tidak diulangi lagi. Sanksi atau hukuman merupakan hal yang penting sebab bisa menjadi kekuatan dan

motivasi untuk siswa untuk mematuhi dan menaatinya.

6) Menciptakan lingkungan kondusif

Peraturan sekolah yang dirancang dan diterapkan secara baik dan tepat dapat berpengaruh untuk menciptakan sekolah yang memiliki lingkungan pendidikan yang kondusif bagi kegiatan pembelajaran. Tanpa adanya ketertiban, situasi kondusif bagi pembelajaran akan menjadi terganggu. Imbasnya, prestasi belajar akan ikut terganggu.<sup>40</sup>

Disiplin di sini berarti sesuatu dalam hati atau jiwa seseorang yang diwujudkan melalui kepatuhan seseorang terhadap aturan-aturan atau tata tertib yang ditujukan menciptakan lingkungan yang kondusif sehingga kegiatan-kegiatan dapat berjalan dengan lancar.

c. Bentuk-bentuk Disiplin Belajar

Tujuan akhir dalam belajar pastilah untuk mendapatkan keberhasilan. Dan agar dapat mencapai keberhasilan belajar, anak diarahkan mempunyai sikap disiplin atau bersungguh-sungguh dalam belajar. Disiplin belajar dapat dikelompokkan menjadi dua yakni:

1) Disiplin belajar di sekolah

Kedisiplinan diawali dari kebiasaan yang bisa dianggap baik, sebab mempunyai kebiasaan baik dapat memberikan hasil yang sangat memuaskan.<sup>41</sup> Saat siswa mengikuti proses belajar mengajar yang sedang diadakan di dalam kelas, maka akan terlihat siapa saja siswa yang mempunyai sikap disiplin. Siswa yang disiplin akan berusaha mengikuti proses belajar mengajar dengan sebaik-baiknya.

---

<sup>40</sup> Tulus Tu'u, *Peran Disiplin Pada Perilaku Dan Prestasi Siswa* (Jakarta: Gramedia, 2004), 38-43.

<sup>41</sup> The Liang Gie, *Cara Belajar Yang Efisien* (Yogyakarta: Pusat Kemajuan Studi, 1988), 60

Mereka sadar akan tugas dan tanggung jawabnya menjadi seorang siswa.

Bentuk-bentuk kedisiplinan siswa di sekolah di antaranya adalah:

- a) Bertanya jika kurang paham dengan pelajaran

Siswa yang menyadari tentang pentingnya arti memahami suatu pengetahuan dengan sebaik-baiknya tidak segan-segan untuk bertanya kepada guru dalam usahanya memperoleh penjelasan yang lebih lengkap tentang materi suatu pelajaran.

- b) Memperhatikan dan mendengarkan keterangan guru

Siswa yang tertanam pada dirinya sikap disiplin belajar akan senantiasa berusaha mendengarkan dan menyimak dengan baik materi yang diberikan guru, sehingga materi tersebut dapat dipahami siswa dengan baik. Masalah yang sering dihadapi oleh seorang guru di dalam kelas ialah kemampuan untuk selalu dapat menarik perhatian siswa dan menjaga agar siswa tetap memperhatikan.<sup>42</sup>

- c) Mengerjakan tugas dari guru

Dalam proses belajar mengajar, siswa tidak diharapkan hanya bersikap pasif sebagai pendengar saja, akan tetapi siswa dituntut untuk aktif belajar mandiri dan selalu mengerjakan ujian atau tes yang diberikan guru. Selain itu juga termasuk mengerjakan soal latihan yang terdapat dalam buku-buku ataupun soal buatan sendiri.<sup>43</sup>

---

<sup>42</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), 108.

<sup>43</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya....*, 89.

d) Selalu datang ke sekolah tepat waktu

Siswa yang mempunyai sikap disiplin terhadap waktu akan berusaha datang ke sekolah dengan tepat waktu, yakni sebelum tanda masuk sekolah berbunyi. Hal ini berarti siswa dapat menyiapkan diri mengikuti pelajaran sebelum guru masuk kelas.

e) Minta izin apabila tidak masuk sekolah

Sebagai institusi pendidikan formal yang memiliki tujuan mencetak siswa menjadi manusia yang patuh pada peraturan maka sekolah perlu menanamkan sikap disiplin pada siswa, dan jika ada siswa yang tidak masuk maka siswa diharuskan izin.

f) Menggunakan waktu luang selain istirahat untuk membaca

Sikap disiplin belajar yang sudah tertanam pada diri seorang siswa akan menjadikan siswa tersebut tidak menyia-nyaiakan waktu berlalu begitu saja. Siswa akan memanfaatkan waktu luang yang ada dengan membaca untuk menambah wawasannya.

g) Memakai seragam sekolah

Ketentuan pemakaian seragam di sekolah mempunyai maksud untuk menyamaratakan siswa sehingga terhindar dari rasa saling bersaing dalam berpakaian. Dengan begitu siswa yang disiplin akan mengenakan seragam sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

2) Disiplin belajar di rumah

Bentuk kedisiplinan belajar anak di rumah di antaranya adalah sebagai berikut:

a) Mengatur waktu untuk belajar

Telah dibuktikan dalam berbagai percobaan bahwa belajar yang dilakukan terus menerus tanpa jeda waktu untuk istirahat dan dilakukan dalam jangka waktu

lama menghasilkan ketidakefektifan dan ketidakefisienan. Oleh sebab itu belajar yang produktif memerlukan pembagian waktu belajar yang baik.<sup>44</sup>

- b) Mengerjakan apa yang ditugaskan bapak dan ibu guru

Dari penjelasan ini yang dimaksud berupa tugas atau pekerjaan yang dikerjakan di luar jam sekolah atau biasa disebut PR. Bagi siswa yang disiplin tidak akan melupakan tugas yang harus dikerjakannya.

- c) Membaca buku yang ada hubungannya dengan pelajaran di sekolah

Siswa yang mempunyai sifat disiplin akan senantiasa merasa selalu kurang dengan apa yang diperoleh dari gurunya sehingga siswa berkeinginan ingin menambah lagi pengetahuannya dengan membaca buku lain yang terkait dengan pelajaran. Dalam artian tidak puas.

- d) Menyiapkan pelajaran yang akan diajarkan besok

Siswa yang punya rasa disiplin meskipun hanya sebentar akan menyempatkan waktunya untuk belajar tiap hari baik besok ada ulangan maupun tidak, sebab dengan begitu bahan yang belum begitu dikuasai serta mudah terlupakan akan tetap tertanam dalam otak seseorang.<sup>45</sup>

- e) Melengkapi dan meringkas kembali catatan pelajaran

Rangkuman serta ringkasan catatan terkait materi bacaan atau pelajaran sangat membantu siswa dalam memberi gambaran mengenai garis-garis besar materi pelajaran

---

<sup>44</sup> Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1992), 114.

<sup>45</sup> Slameto, Slameto, *Belajar Dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, 87.

tersebut.<sup>46</sup> Hal ini akan menghemat waktu siswa karena tidak perlu membaca seluruh isi buku.

- f) Mengadakan belajar kelompok dengan teman

Melakukan belajar bersama teman atau belajar kelompok untuk memecahkan soal-soal yang sulit diatasi untuk dipecahkan secara bersama-sama dengan saling bertukar pikiran dengan sesama teman menjadikan soal mudah diselesaikan.

d. Penyebab Munculnya Pelanggaran Disiplin Sekolah

Maman Rachman dalam buku *Manajemen Kelas* yang dikutip oleh Tulus Tu'u mengatakan bahwa pelanggaran disiplin sekolah macam-macamnya adalah:

- 1) Pelanggaran disiplin yang timbul oleh guru, yaitu:
  - a) Rasa ingim ditakuti dan disegani.
  - b) Ucapan guru yang menyindir dan menyakitkan.
  - c) Aktifitas yang diberikan pada siswa kurang tepat.
  - d) Kurang mampu mengendalikan diri.
  - e) Pemberian tugas terlalu banyak dan berat.
  - f) Ucapan guru tidak sesuai dengan perbuatannya.
  - g) Metode yang dipakai dalam mengajar tidak variatif sehingga membosankan siswa.
  - h) Guru tidak menanamkan wibawa dan kurang tegas sehingga tidak mampu menguasai kelas yang berakibat kelas ramai.
  - i) Suka mempergunjingkan siswanya.
  - j) Gagal melaksanakan proses pembelajaran dengan menarik perhatian.
- 2) Pelanggaran disiplin yang dimunculkan oleh siswa, disebabkan oleh:
  - a) Siswa yang keluarganya tidak harmonis.

---

<sup>46</sup> Ngalm Purwanto, *Psikologi Pendidikan....*, 117.

- b) Siswa yang potensinya rendah, pasif, kemudian datang ke sekolah tanpa persiapan diri.
  - c) Siswa yang kurang istirahat di rumah sehingga mengantuk di sekolah.
  - d) Muncul kelompok-kelompok eksklusif di sekolah.
  - e) Hubungan antara siswa yang kurang harmonis.
  - f) Siswa yang senang menarik perhatian dengan bertindak aneh.
  - g) Siswa yang putus asa atau pesimis pada keadaan lingkungan dan prestasinya.
  - h) Siswa yang berangkat ke sekolah karena terpaksa.
  - i) Siswa yang kurang literasi serta tidak mengerjakan tugas-tugas dari guru.
  - j) Siswa yang hobi melanggar aturan di sekolah.
- 3) Pelanggaran disiplin yang dimunculkan oleh lingkungan, yaitu:
- a) Perasaan kecewa karena tindakan kurang adil dari pihak sekolah dalam penerapan disiplin dan hukuman.
  - b) Lingkungan pergaulan siswa yang kurang baik.
  - c) Keluarga kurang memberi dukungan dalam penerapan disiplin sekolah.
  - d) Kelas yang membosankan
  - e) Lingkungan sekolah berdekatan dengan pusat perbelanjaan seperti toko dan pasar, dan fasilitas umum seperti rumah sakit, bengkel, pabrik, dan keramaian kota.
  - f) Manajemen sekolah yang kurang baik.
  - g) Keluarga yang tidak memperdulikan anak-anaknya serta banyak problem rumah tangga.
  - h) Perencanaan dan penerapan disiplin yang kurang baik.

## 5. Kontribusi Pendekatan Behavioristik Teknik *Self Management* dalam Kontek BKI terhadap Kedisiplinan Belajar

Konseling behavioristik dapat dikatakan sebagai suatu proses yang mendampingi atau menuntun seseorang belajar mengatasi permasalahan emosional, interpersonal, dan keputusan tertentu. Penekanan istilah kedisiplinan belajar pada konteks ini adalah atas pertimbangan bahwa konselor menuntun kedisiplinan klien yaitu siswa dalam proses belajar dengan mewujudkan kondisi yang sedemikian rupa sehingga diharapkan siswa mampu memperbaiki perilakunya serta menuntaskan masalahnya.

*Self management* dalam penerapannya menuntun seseorang agar bisa mengatur atau mengarahkan sikap dan perilakunya sendiri.<sup>47</sup> Prosedur yang dilakukan dalam teknik ini adalah menentukan perilaku sasaran, memantau perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan dilakukan, menerapkan prosedur tersebut dan melakukan evaluasi efektifitas prosedur tersebut.<sup>48</sup> *Self management* mengarahkan individu agar mampu mengendalikan perilakunya sendiri.

Dalam *self management*, konselor memberi klien bimbingan atau arahan sehingga klien merubah perilaku mereka sendiri dengan menerapkan keterampilan yang dia peroleh pada waktu sesi konseling. Keterampilan yang diberikan ditujukan untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur. Dalam penelitian ini bertindak sebagai konselor adalah guru BK SMP N 1 Margoyoso Pati, konselor berperan membantu siswa untuk meningkatkan kedisiplinannya dalam proses belajar.

Bimbingan dan konseling Islam sebagai suatu proses memberi tuntunan dan arahan pada individu

---

<sup>47</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2014), 141.

<sup>48</sup> Mochammad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2014), 150.

sehingga individu tersebut mampu sadar akan eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang sudah sepatutnya hidup mengikuti ketentuan dan petunjuk dari Allah SWT, sehingga dapat mencapai dunia dan akhirat yang bahagia.<sup>49</sup> Disiplin merupakan proses perubahan atau suatu yang terbentuk dalam hati seseorang yang menjadi bentuk kepatuhan seseorang terhadap peraturan atau tata tertib. Jadi pendekatan behavioristik teknik *self management* konsep BKI di sini berkontribusi untuk mengarahkan perubahan tingkah laku siswa dengan membuatnya sadar akan eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya hidup berlandaskan pada ketentuan dan petunjuk Allah SWT dalam penelitian ini yaitu membantu siswa untuk lebih disiplin dalam belajar dengan menggunakan teknik-teknik maupun pendekatan bimbingan konseling Islam yang ada sesuai karakteristik siswanya.

## **B. Penelitian Terdahulu**

1. Arif Rohman, dengan judul “Pengaruh Peran Guru BK dan Bimbingan Orang Tua terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MTs Ihya'ul Ulum Wedarijksa Pati Tahun Ajaran 2009/2010”.

Penelitian Arif Rohman menunjukkan bahwa guru bimbingan konseling dikategorikan baik berdasarkan nilai rata-rata angket sebesar 81,00 yang masuk dalam interval 80-25 berkategori baik, sedangkan bimbingan orang tua dikategorikan baik, hal ini berdasarkan pada nilai rata-rata angket sebesar 85,033 yang masuk dalam interval 85-89 berkategori baik. kedisiplinan belajar siswa dikategorikan baik berdasarkan hasil nilai rata-rata angket sebesar 87,033 masuk dalam interval 87-91 dikategorikan baik. pengaruh antara guru bimbingan konseling dan hubungan orang tua terhadap kedisiplinan belajar siswa diketahui hasilnya setelah dikonsultasikan nilai F hitung dengan F table dengan  $db=m$  sebesar 2 lawan

---

<sup>49</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling.....*, 55

$n-m-1$  yaitu  $30-2-1=27$ , menghasilkan nilai  $F$  tabel 5% = 3,35 dan 1% = 5,49 jadi  $F_{reg} = 14,164 >$  dari  $F$  tabel 5% = 3,35 dan 1% = 5,49 serta ditunjukkan dengan nilai signifikansi  $0,00 < 0,05$  berarti signifikan. Kesimpulannya adalah terdapat pengaruh antara guru bimbingan konseling dan bimbingan orang tua terhadap kedisiplinan belajar siswa.

Penelitian ini dan penelitian Arif Rohman membahas masalah yang sama yaitu kedisiplinan belajar. Sedang perbedaannya terletak pada tujuan penelitian, jenis pendekatan penelitian, obyek penelitian, serta waktu penelitian. Tujuan peneliti Arif Rohman untuk mengetahui sejauh mana pengaruh peran guru bimbingan konseling dan bimbingan orang tua terhadap kedisiplinan belajar siswa di MTs Ihyaul Ulum Wedarijaksa Pati pada tahun 2009/2010. Pendekatan yang digunakan kuantitatif.<sup>50</sup> Berbeda dengan penelitian ini yang bertujuan mengetahui penerapan, hambatan, dan solusi dari bimbingan konseling Islam dengan pendekatan behavioristik melalui teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya disiplin belajar siswa kelas VIII SMP N 1 Margoyoso Kabupaten Pati yang dilakukan pada tahun 2019/2020. Pendekatan penelitian ini kualitatif.

2. Mifrochatin, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus dengan Judul “Pengaruh Sikap Demokratis Guru Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas XI Di MA Matholi’ul Huda Sokopuluhan Pucakwangi Pati Tahun Pelajaran 2006/2007”.

Penelitian Mifrochatin menunjukkan sikap demokratis guru kelas XI digolongkan pada kategori rendah, ini berdasarkan data yang telah dianalisis dengan metode statistic, yaitu diperoleh angka 44,92. Adapun kedisiplinan siswanya dikategorikan pada

---

<sup>50</sup> Arif Rohman, “Pengaruh Peran Guru BK dan Bimbingan Orang Tua terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MTs Ihyaul Ulum Wedarijaksa Pati Tahun Ajaran 2009/2010” (Skripsi, STAIN Kudus, 2010), xiii.

kategori sedang berdasarkan hasil angka yang diperoleh yaitu 53,23. Sedangkan pengaruh sikap demokratis guru terhadap kedisiplinan siswa kelas XI MA Matholi'ul Huda Sokopuluhan Pucakwangi Pati tahun pelajaran 2006/2007 dapat dilihat dari hasil  $r_o$  ( $r$  observasi) yang diperoleh dari rumus  $r_{xy}$  yaitu sebesar 0,571. Ini berarti " $r_o$ " lebih besar dari " $r$ " tabel, baik pada taraf signifikansi 5% " $r$ " tabel yaitu 0,388 dan taraf 1% " $r$ " tabel yaitu 0,496.

Kesamaan dengan penelitian ini adalah kedisiplinan siswa. Perbedaannya dalam hal jenis penelitian, tujuan penelitian, obyek yang diteliti, serta waktu penelitian. Jenis penelitian Mifrochatin termasuk penelitian lapangan dan memakai pendekatan kuantitatif, sedang penelitian ini termasuk kualitatif. Tujuan penelitian Mifrochatin untuk mengetahui sikap demokratis guru, seberapa besar tingkat kedisiplinan serta untuk mengetahui pengaruh sikap demokratis guru terhadap kedisiplinan siswa kelas XI di MA Matholi'ul Huda Sokopuluhan Pucakwangi Pati pada tahun pelajaran 2006/2007. Manfaat yang ingin dicapai adalah dapat menambah pengetahuan dan wawasan serta menjadi bahan pertimbangan bagi seorang guru untuk proses belajar mengajar di kelas.<sup>51</sup> Adapun pada penelitian ini dititik beratkan untuk mengetahui penerapan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan behavioristik melalui Teknik *Self management* untuk mengatasi rendahnya disiplin belajar Siswa Kelas VIII SMP N 1 Margoyoso Kabupaten Pati, tahun ajaran 2019/2020.

3. Anita Kartika Sari, Skripsi "Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik *Self Menegement* untuk Mengatasi Sikap Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Kudus", Universitas Muria Kudus, 2014.

---

<sup>51</sup> Mifrochatin, "Pengaruh Sikap Demokratis Guru Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas XI Di MA Matholi'ul Huda Sokopuluhan Pucakwangi Pati Tahun Pelajaran 2006/2007" (Skripsi, STAIN Kudus, 2007), xiii

Hasil dari penelitian yaitu bahwa sikap agresif siswa ditunjukkan dengan bicaranya yang kasar, ketidakmampuan mengendalikan emosi, gemar menyakiti teman, tidak fokus pada keterangan guru saat pelajaran berlangsung di mana saat guru mengajar siswa suka mondar-mandir di dalam ruang, sering melihat keluar, tidak mengerjakan tugas serta membantah dan mengabaikan guru maupun teman. Penyebabnya di antaranya adalah kurangnya motivasi diri, tidak mampu memajemen diri, minimnya perhatian dari orang tua, dan mudah dipengaruhi teman untuk diajak berperilaku yang tidak baik. Kemudian dilaksanakan penerapan teknik *self management* yang hasilnya mampu mengubah sikap klien menjadi sikap yang diinginkan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *self management* efektif untuk menuntun klien menjadi lebih baik.

Penelitian di atas dengan penelitian yang penulis lakukan mempunyai perbedaan. Fokus penelitian penulis pada disiplin belajar siswa, sedangkan dalam penelitian tersebut mengatasi sikap agresif siswa. Adapun kesamaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu diterapkannya konseling behavioristik dengan teknik *self menegement* dalam upaya mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa. Perbedaan lainnya adalah pada *setting* waktu, tempat, dan tahun penelitian.<sup>52</sup>

### C. Kerangka Berfikir

Pola asuh serta perlakuan yang diperoleh dari guru, orang tua, dan masyarakat membentuk sikap seorang individu. Lingkungan sangat mempengaruhi pembentukan pribadi seseorang. Seorang individu tidak secara otomatis mempunyai sebuah sikap moral pada

---

<sup>52</sup> Anita Kartika Sari, "Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik *Self Menegement* untuk Mengatasi Sikap Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Kudus" (Skripsi, Universitas Muria Kudus, 2014), ix.

dirinya sejak ia lahir. Termasuk sikap disiplin dalam dirinya. Seorang yang memiliki sikap disiplin akan mampu mengendalikan tingkah lakunya dan menampakkan nilai-nilai ketertiban, kepatuhan, keteraturan, dan ketaatan pada peran-peran yang ditetapkan. Sehingga disiplin sangat ditekankan dalam ajaran Islam, karena sikap disiplin bisa mengantarkan seseorang mencapai kesuksesan.

Dalam dunia pendidikan, siswa yang mempunyai sikap disiplin yang tinggi akan mempunyai perilaku belajar yang terarah dan teratur. Siswa dengan rasa kesadarannya akan melaksanakan aktivitas belajar tanpa paksaan. Mereka memahami bahwa dirinya perlu melakukan disiplin belajar untuk memudahkan kelancaran dalam proses pendidikan.

Masalahnya, tidak semua siswa memiliki sikap disiplin yang tinggi. Permasalahan-permasalahan yang ada di sekitar kehidupan siswa dapat mempengaruhi tinggi rendahnya sikap disiplin siswa. Menghadapi hal ini siswa memerlukan bimbingan, baik dari pihak keluarga maupun pihak sekolah. Pemberian bimbingan yang tepat dapat membantu siswa memperbaiki sikap disiplinnya. Dalam mengupayakan pembentukan karakter positif siswa dengan menuntun siswa dalam memecahkan persoalan-persoalan yang dihadapinya, pihak sekolah menyediakan tempat bagi siswa untuk meminta bimbingan dari guru BK.

Penanaman disiplin di dalam proses belajar mengajar dapat mendorong siswa untuk melakukan tugas dengan baik sesuai arahan guru. Disiplin yang diterapkan dalam belajar merupakan sebuah perilaku dalam kegiatan belajar. Agar memperoleh hasil yang diharapkan, guru BK perlu memilih dan menerapkan metode yang tepat dalam mengatasi masalah kedisiplinan siswa. Salah satu metode yang digunakan adalah memakai pendekatan behavioristik melalui teknik *self management*. *Self management* merupakan suatu strategi perubahan tingkah laku yang efektif untuk diterapkan, karena teknik *self management* dapat menjadi fasilitator siswa untuk mengatur perilaku dari siswa itu sendiri, sehingga siswa

akan sadar dan dapat merubah perilakunya untuk menjadi lebih baik. Penelitian ini menekankan kemampuan dari siswa dalam mengatur atau mengelola diri agar bisa menjadi pribadi disiplin dalam belajarnya. Adapun dengan *Self Contracting* yaitu membuat perencanaan dengan klien sebagai upaya mengubah perilaku. Sedang *Stimulus Control* adalah adanya penataan terhadap kondisi lingkungan yang telah diusahakan sebelumnya sehingga bisa mengupayakan terwujudnya perilaku tertentu yang diharapkan dari klien. Keadaan lingkungan difungsikan menjadi pertanda dari suatu respon tertentu. Dengan kata lain tanda merupakan suatu stimulus untuk suatu respons tertentu. Berdasarkan hal ini kerangka berpikir dapat digambarkan sebagai berikut:

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berpikir**

