



**PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGATASI PERILAKU MEMBOLOS SAAT PEMBELAJARAN DARING PADA SISWA SMA PGRI 2 KAYEN**

Oleh:  
**NIKEN VERA WESMI**  
**201731016**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2021**



**PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGATASI PERILAKU MEMBOLOS SAAT PEMBELAJARAN DARING PADA SISWA SMA PGRI 2 KAYEN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Muria Kudus Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Progam Studi Bimbingan Dan Konseling**

**Oleh :  
Niken Vera Wesmi  
201731016**

**PROGAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2021**

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO :

Seseorang yang tidak mau merasakan pahitnya belajar, maka ia akan merasakan hinanya kebodohan sepanjang hidupnya. (Imam Syafi'i)

### PERSEMBAHAN :

1. Kedua orang tua tersayang Bapak (Wahyudi) dan ibu (Sri sudarsih) yang selalu mendoakan serta mendukung penuh tanpa henti.
2. Sodara-sodara yang sudah mendukung serta memberikan semangat kepada peneliti.
3. Teman-teman seperjuangan BK angkatan 2017 yang telah memberikan dukungan serta memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi.
4. Almamater Universitas Muria Kudus

## PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi dengan judul “Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Saat Pembelajaran Daring Pada Siswa SMA PGRI 2 Kayen Tahun Pelajaran 2020/2021” oleh Niken Vera Wesmi NIM 201731016 program studi Bimbingan dan Konseling telah disetujui untuk di uji.

Kudus, 21 Juli 2021

**Pembimbing I**



**Drs. Arista Kiswanto, M.Pd**  
NIDN. 0611116401

**Pembimbing II**



**Dr. Santoso, M.Pd**  
NIDN. 0629086201

**Mengetahui,**

**Ka. Prodi Bimbingan dan Konseling**



**Drs. Arista Kiswanto, M.Pd**  
NIDN. 0611116401

## PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Niken Vera Wesmi (NIM: 201731016) ini telah telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, 17 Agustus 2021

Tim Penguji



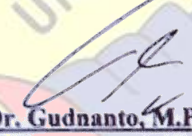
Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd  
NIDN. 061111640

, Ketua



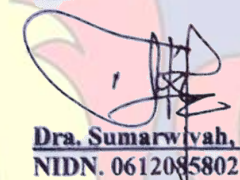
Dr. Santoso, M.Pd  
NIDN. 0629086201

, Anggota



Dr. Gudnanto, M.Pd, Kons  
NIDN. 0610107903

, Anggota



Dra. Sumarwah, M.Pd, Kons  
NIDN. 0612085802

, Anggota

Mengetahui,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Dekan,



Drs. Sucipto, M.Pd. Kons  
NIDN. 0629086302



## PRAKATA

Dengan mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul: “Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Saat Pembelajaran Daring”. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar guna memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan serta bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini peneliti menyampaikan terimakasih kepada Bapak/Ibu:

1. Drs. Sucipto, M.Pd., Kons. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian dengan judul “Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Self management* Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Saat Pembelajaran Daring”.
2. Drs. Arista Kiswanto, M.Pd. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus serta dosen pembimbing I yang telah sabar dalam membimbing, selalu memberikan motivasi serta arahan hingga terselesainya penulisan skripsi ini.
3. Dr. Santoso, M.Pd. Selaku Dosen pembimbing II yang telah banyak membantu kelancaran penelitian dan telah membimbing saya, memberikan arahan, saran dan motivasi hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.
4. Seluruh bapak dan ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang memberikan ilmu dan berbagai pengalaman kepada peneliti selama ini..
5. Kepala sekolah SMA PGRI 3 Kayen dan Guru Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolahan tersebut.

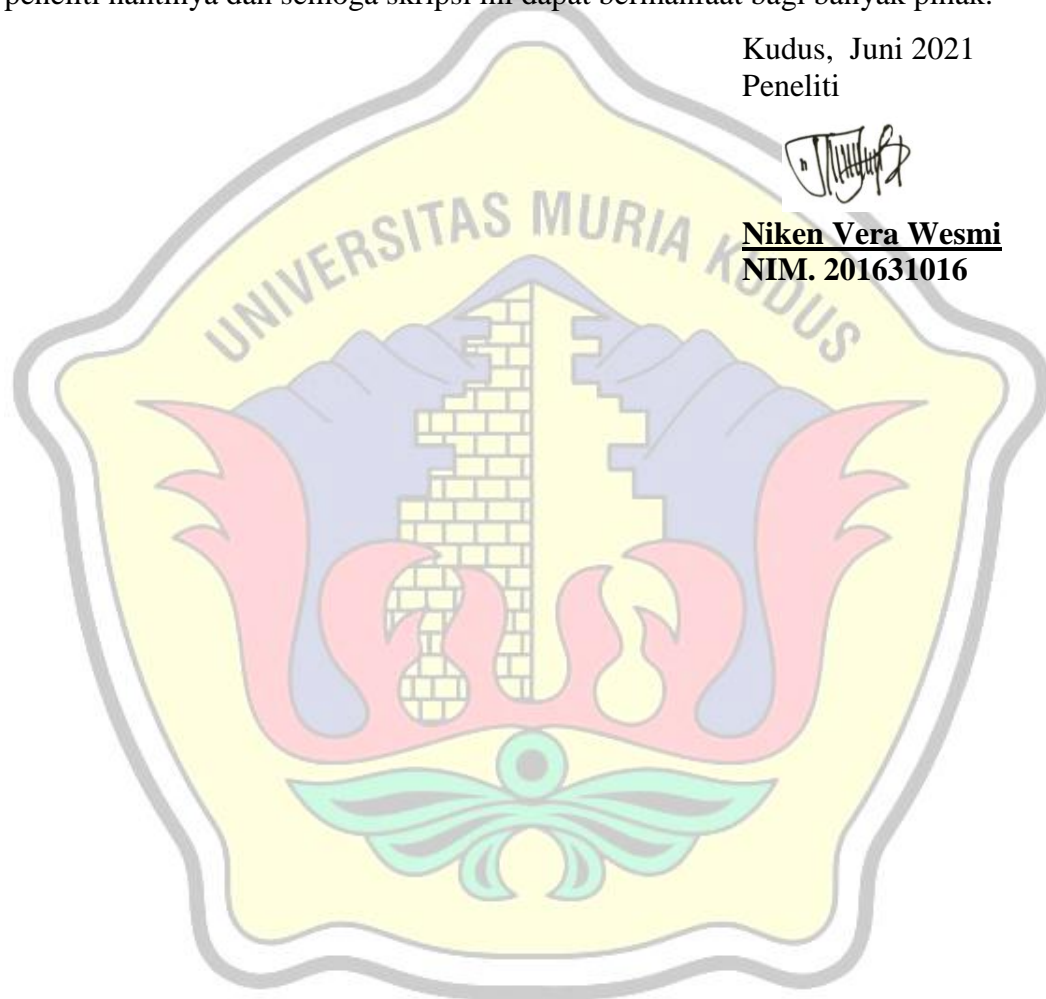
6. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah terlibat dalam proses penulisan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan yang telah dilakukan dengan ikhlas oleh semua pihak mendapat balasan yang terbaik oleh Allah SWT. Dengan kerendahan hati, peneliti menyadari penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. maka karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang dapat membangun peneliti nantinya dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak.

Kudus, Juni 2021  
Peneliti



**Niken Vera Wesmi**  
**NIM. 201631016**





## ABSTRACT

Wesmi, Niken Vera. 2021. **Application of Behavioristic Counseling With Self Techniques to Overcome Ditching Behavior During Online Learning for High School Students PGRI 2 Kayen**. Thesis. Guidance and Counseling of the Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Supervisor (1) Drs. Arista Kiswanto, Mpd. (2) Dr. Santoso, M.Pd

The purpose of this study: 1. To describe the factors that cause student truancy behavior during online learning in SMA PGRI 2 Kayen high school students for the academic year 2020/2021. 2. Overcoming truancy behavior during online learning in SMA PGRI 2 Kayen students through behavioristic counseling with self-management techniques.

Skipping behavior during online learning is certainly very detrimental to students because students cannot follow lessons which will certainly have an impact on student grades. In this problem, the researcher uses behavioristic counseling with self-management techniques to solve student problems. The behavioristic approach is a counseling approach that is carried out by counselors to clients to solve problems and make decisions that are centered on human behavior by including systematic application and changing individuals from maladaptive behavior to become more adaptive. While self-management is self-management of thoughts, words and actions that are carried out, thus encouraging self-avoidance of things that are not good and increasing better deeds.

The type of research used is qualitative research, the subjects studied are 2 students of SMA PGRI 2 Kayen who have truant behavior when learning online. The method of data collection uses the method of observation, interviews, documentation which is carried out in depth so that later it will get accurate results on the problems to be studied.

The results of this study that the counseling process at SMA PGRI 2 Kayen, the counselee has been able to form new behavior by managing behavior, namely the counselee is not lazy to do the task, the counselee is able to manage himself to get up early, the counselee follows the online learning and the counselee no longer truant when learning online.

Based on these results, it can be said that the behavioristic counseling approach with self-management techniques is able to overcome truancy behavior during online learning. Researchers hope that students are able to maintain the behavioral changes that have been formed.

**Keywords:** truant behavior during online learning, Behavioristic Counseling, Self management techniques.

## ABSTRAK

Wesmi, Niken Vera. 2021. *Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Saat Pembelajaran Daring Pada Siswa SMA PGRI 2 Kayen*. Skripsi. Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Dosen Pembimbing (1) Drs. Arista Kiswanto, Mpd. (2) Dr. Santoso, M.Pd

Tujuan penelitian ini: 1. Mendeskripsikan faktor-faktor penyebab perilaku membolos siswa saat pembelajaran daring pada siswa SMA PGRI 2 kayen tahun ajaran 2020/2021. 2. Mengatasi perilaku membolos saat pembelajaran daring pada siswa SMA PGRI 2 Kayen melalui konseling behavioristik dengan teknik *self management*.

Perilaku membolos saat pembelajaran daring tentunya sangat merugikan siswa karena siswa tidak bisa mengikuti pelajaran yang tentunya akan berdampak pada nilai siswa. Pada permasalahan ini peneliti menggunakan konseling behavioristik dengan teknik *self management* untuk menyelesaikan permasalahan siswa. Pendekatan behavioristik suatu pendekatan konseling yang dilakukan konselor kepada klien untuk memecahkan suatu permasalahan dan mengambil keputusan yang berpusat pada tingkah laku manusia dengan menyertakan penerapan yang sistematis dan merubah individu pada perilaku maladaptif menjadi lebih adaptif. Sedangkan *self management* merupakan pengelolaan diri terhadap pikiran, ucapan dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik serta meningkatkan perbuatan yang lebih baik.

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif, subjek yang diteliti yaitu 2 siswa SMA PGRI 2 Kayen yang memiliki perilaku membolos saat pembelajaran daring. Metode pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara, dokumentasi yang dilakukan secara mendalam sehingga nantinya akan mendapatkan hasil yang akurat terhadap permasalahan yang akan diteliti.

Hasil penelitian ini bahwa proses konseling di SMA PGRI 2 Kayen, konseli sudah mampu membentuk perilaku baru dengan mengelola tingkah laku yakni konseli sudah tidak malas-malasan mengerjakan tugas, konseli sudah mampu mengelola diri untuk bangun pagi, konseli mengikuti pembelajaran yang dilakukan secara daring serta konseli tidak lagi membolos saat pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat dikatakan bahwa pendekatan konseling behavioristik dengan teknik *self management* mampu mengatasi perilaku membolos saat pembelajaran daring. Peneliti berharap peserta didik mampu mempertahankan perubahan perilaku yang sudah terbentuk.

**Kata Kunci:** Perilaku membolos saat pembelajaran daring, Konseling Behavioristik, Teknik *self management*.

## DAFTAR ISI

LOGO.....	ii
SKRIPSI.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	v
PENGESAHAN SKRIPSI .....	vii
PRAKATA.....	vii
ABSTRACT.....	ix
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian.....	6
1.2.1 Fokus Penelitian.....	6
1.2.2 Lokus Penelitian.....	6
1.3 Rumusan Masalah .....	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	8
1.5.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.5.2 Manfaat Praktis .....	8
1.5.2.1 Siswa .....	8
1.5.2.2 Kepala sekolah .....	8
1.5.2.3 Guru Bimbingan dan Konseling .....	8
1.5.2.4 Peneliti .....	9
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	11

2.1	Kajian Teori.....	11
2.1.1	Konseling Behavioristik.....	11
2.1.1.1	Pengertian Konseling Behavioristik.....	11
2.1.1.2	Karakteristik Konseling Behavioristik.....	12
2.1.1.3	Tujuan Konseling Behavioristik .....	13
2.1.1.4	Ciri-Ciri Konseling Behavioristik .....	14
2.1.1.5	Asumsi Tingkah Laku Bemasalah .....	15
2.1.1.6	Tahap-Tahap Konseling Behavioristik .....	16
2.1.1.7	Teknik-Teknik Konseling Behavioristik.....	20
2.1.2	Teknik Self management.....	21
2.1.2.1	Pengertian Teknik <i>Self management</i> .....	21
2.1.2.2	Tujuan Teknik Self management .....	22
2.1.2.3	Faktor Yang Mempengaruhi Teknik <i>Self management</i> .....	22
2.1.2.4	Manfaat Self management.....	24
2.1.2.5	Langkah-Langkah Teknik <i>Self management</i> .....	25
2.1.3	Perilaku Membolos .....	27
2.1.3.1	Pengertian Perilaku Membolos .....	27
2.1.3.2	Gejala Siswa Membolos.....	28
2.1.3.3	Faktor Yang Menyebabkan siswa membolos .....	29
2.1.3.4	Dampak Perilaku Membolos.....	30
2.1.4	Pembelajaran Daring .....	31
2.1.4.1	Pengertian Pembelajaran Daring.....	31
2.1.4.2	Sistem Pembelajaran Daring.....	32
2.1.4.3	Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring .....	33
2.2	Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik <i>Self management</i> Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Saat Pembelajaran Daring .....	34
2.3	Kajian Penelitian Relevan .....	36
2.4	Kerangka Berpikir .....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....		41
3.1	Rancangan Penelitian .....	41
3.2	Data dan Sumber Data.....	45

3.3 Pengumpulan Data .....	47
3.3.1 Observasi.....	47
3.3.2 Wawancara.....	52
3.3.3 Dokumentasi.....	60
3.4 Analisis Data .....	60
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>64</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	64
4.1.1 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siswa Memiliki Perilaku Membolos Konseli (AK Dan DC).....	65
4.1.1.1 Konseli I (AK).....	65
4.1.1.2 Konseli II (DC) .....	65
4.1.2 Pelaksanaan Konseling Behavioristik Teknik Self Management .....	66
4.1.2.1 Deskripsi Konseli 1 (AK).....	66
4.1.2.1.1 Identifikasi Masalah Konseli 1 (AK).....	67
4.1.2.1.2 Pengumpulan Data.....	68
4.1.2.1.3 Pelaksanaan Konseling .....	71
4.1.2.1.4 Kesimpulan Kasus Konseli 1 (AK) .....	91
4.1.2.2 Deskripsi Konseli 2 (DC).....	94
4.1.2.2.1 Identifikasi Masalah Konseli 2 (DC).....	95
4.1.2.2.2 Pengumpulan Data.....	96
4.1.2.2.3 Pelaksanaan Konseling .....	99
4.1.2.2.4 Kesimpulan Kasus Konseli 2 (DC).....	119
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	122
4.2.1 Pembahasan Konseli 1 (AK).....	122
4.2.2 Pembahasan Konseli 2 (DC) .....	125
4.2.3 Penerapan Konseling Behavioristik Ditinjau Dari Penelitian Sebelumnya .....	128
4.3 Temuan-Temuan Di Lapangan.....	129
4.3.1 Kendala-Kendala Saat Penelitian.....	129

4.3.2 Usaha-Usaha Yang Dilakukan Peneliti.....	129
4.3.3 Kemudahan-Kemudahan Selama Proses Penelitian.....	130
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>131</b>
5.1 Simpulan.....	131
5.1.1 Kasus Konseli 1(AK) .....	131
5.1.2 Kasus Konseli 2 (DC) .....	132
5.2 Saran.....	134
5.2.1 Bagi Siswa.....	135
5.2.2 Kepala Sekolah.....	135
5.2.3 Guru Bimbingan dan Konseling.....	135
5.2.4 Peneliti.....	135
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>136</b>



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Skema Kerangka Berpikir..... 40



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan Penelitian .....	44
Table 3.2 Daftar Subjek Penelitian .....	47





## DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-Kisi Wawancara Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Saat Pembelajaran Daring Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management. ....	140
2. Hasil Wawancara Penelitian Dengan Siswa .....	141
3. Hasil Wawancara Penelitian Dengan Guru Bimbingan Dan Konseling.....	144
4. Hasil Wawancara Penelitian Dengan Wali Kelas .....	149
5. Kisi-Kisi Observasi Untuk Mengatasi Kebiasaan Membolos Saat Pembelajaran Daring Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik <i>Self Management</i> .....	153
6. Hasil Observasi Sebelum Konseling.....	154
7. Hasil Observasi Sesudah Konseling .....	156
8. Persiapan Konseling Individu Ak .....	158
9. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Semester (Ganjil/Genap) Tahun Pelajaran 2020/2021 .....	164
10. Pelaksanaan Konseling Pertemuan 1 (Ak).....	165
11. Laporan Pelaksanaan Dan Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan .....	179
12. Laiseg .....	181
13. Dokumentasi Konseling Pertemuan I (Ak).....	182
14. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Semester (Ganjil/Genap) Tahun Pelajaran 2020/2021 .....	183
15. Pelaksanaan Konseling Pertemuan 2 (Ak).....	184
16. Laporan Pelaksanaan Dan Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan .....	192
17. Laiseg.....	194
18. Dokumentasi Konseling Pertemuan Ii (Ak).....	195
19. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Semester (Ganjil/Genap) Tahun Pelajaran 2020/2021 .....	196
20. Pelaksanaan Konseling Pertemuan 3 (Ak).....	197

21. Laporan Pelaksanaan Dan Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan .....	205
22. Laiseg .....	207
23. Dokumentasi Konseling Pertemuan Iii (Ak).....	208
24. Hasil Wawancara Penelitian Dengan Siswa .....	209
25. Hasil Wawancara Penelitian Dengan Guru Bimbingan Dan Konseling .....	212
26. Hasil Wawancara Penelitian Dengan Wali Kelas .....	216
27. Hasil Observasi Sebelum Konseling.....	219
28. Hasil Observasi Sesudah Konseling .....	221
29. Persiapan Konseling Individu Dc .....	223
30. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Semester (Ganjil/Genap) Tahun Pelajaran 2020/2021 .....	230
31. Pelaksanaan Konseling Pertemuan 1 (Dc).....	231
32. Laporan Pelaksanaan Dan Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan .....	246
33. Laiseg .....	248
34. Dokumentasi Konseling Pertemuan I (Dc).....	249
35. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Semester (Ganjil/Genap) Tahun Pelajaran 2020/2021 .....	250
36. Pelaksanaan Konseling Pertemuan 2 (Dc).....	251
37. Laporan Pelaksanaan Dan Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan .....	257
38. Laiseg .....	259
39. Dokumentasi Konseling Pertemuan Ii (Dc).....	260
40. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Semester (Ganjil/Genap) Tahun Pelajaran 2020/2021 .....	261
41. Pelaksanaan Konseling Pertemuan 3 (Dc).....	262
42. Laporan Pelaksanaan Dan Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan .....	270
43. Laiseg .....	272
44. Dokumentasi Konseling Pertemuan Iii (Dc).....	273
45. Daftar Riwayat Hidup .....	280