



PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* DALAM MENGATASI RENDAHNYA ETIKA PERGAULAN SIKAP SOPAN SANTUN SISWA KELAS VIII SMP N 4 KUDUS

Oleh :
YUNI RAHAYU
NIM 201831025

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

2023



PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* DALAM MENGATASI RENDAHNYA ETIKA PERGAULAN SIKAP SOPAN SANTUN SISWA KELAS VIII SMP N 4 KUDUS

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Muria Kudus Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Oleh

YUNI RAHAYU

201831025

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

2023

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto:

“Hanya pendidikan yang bisa menyelamatkan masa depan, tanpa pendidikan Indonesia tak mungkin bertahan”.

(Najwa Shihab)

Persembahan

Kupersembahkan skripsi ini untuk:

1. Bapak dan ibuku tercinta yang selalu memberikan bimbingan dan adik-adikku yang selalu memberikan semangat, arahan serta doanya dalam proses pembuatan skripsi ini.
2. Teman-temanku yang selalu memberikan masukan, motivasi, serta memberikan semangat dalam proses ini.
3. Almameter FKIP angkatan 2018.

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Penerapan Konseling Behavioristik Teknik *Self-Management* Dalam Mengatasi Rendahnya Etika Pergaulan Sikap Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kudus” oleh Yuni Rahayu. NIM 201831025 Program Studi Bimbingan dan Konseling telah disetujui untuk diuji.

Kudus, 24 Februari 2023

Pembimbing I




Drs. Masturi, MM.
NIDK. 8931760023

Pembimbing II



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

Mengetahui
Ka. Program Studi Bimbingan dan Konseling



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

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi oleh Yuni Rahayu (NIM: 201831025) ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, 7 Maret 2023


Tim Penguji


Drs. Mastari, M.M
NIDK. 8931760023

, Ketua


Drs. Arista Kiswanto, M.Pd
NIDN. 0611116401

, Anggota


Dr. Indah Lestari, S.Pd., M.Pd., Kons
NIDN. 0610118701

, Anggota


Dr. Santoso, M.Pd.
NIDN. 0629086201

, Anggota

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan



Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.
NIDN. 06229086302

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT, peneliti panjatkan atas segala limpahan rahmat, taufiq dan inayahnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini dengan judul “Penerapan Konseling Behavioristik Teknik *Self-Management* Dalam Mengatasi Rendahnya Etika Pergaulan Sikap Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kudus”.

Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat-sahabat dan para pengikutnya yang telah membawa dan mengembangkan agama islam hingga sekarang ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dorongan serta bantuan baik moril maupun materil dari semua pihak yang tidak dapat peneliti cantumkan satu persatu. Untuk itu dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Drs. Sucipto, M.Pd, Kons. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan studi di Universitas Muria Kudus.
2. Drs. Arista Kiswanto, M.Pd. selaku Ka. Prodi Bimbingan dan Konseling di Universitas Muria Kudus dan Selaku Pembimbing II yang telah banyak memberi masukan dan arahan dalam penyelesaian penelitian skripsi ini dengan penuh kesabaran hingga proses pembuatan skripsi ini selesai.
3. Drs. Masturi, MM. selaku Pembimbing I yang telah memberi bimbingan hingga terselesaikannya skripsi penelitian ini.
4. Semua dosen bimbingan dan konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat terhadap peneliti.
5. Kepada keluarga besar SMP Negeri 4 Kudus, khususnya terhadap siswa kelas VIII yang telah berpartisipasi dalam proses penelitian ini.
6. Semua Pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang membantu peneliti baik secara langsung maupun secara tidak dalam penulisan proposal ini.

Semoga dengan segala kebaikan yang telah dilakukan dengan ikhlas semua pihak mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun.

Kudus, 2 April 2022

Peneliti

Yuni Rahayu
201831025



ABSTRACT

Rahayu, Yuni. 2023. *“Application of Behavioristic Counseling Self-Management Techniques in Overcoming Association Low Ethics Of Association, Politeness Attitudes of Class VIII Students of SMP N 4 Kudus”*. Thesis. Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Advisor (i) Drs. Masturi, MM, (ii) Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.

Keywords: Manners, Association Ethics, Behavioral Counseling, Self-Management Techniques

The aims of this study were: 1. To describe the factors that cause the level of politeness in students' social etiquette in class VIII SMP Negeri 4 Kudus 2. to obtain treatment for students' politeness in social etiquette through behavioral counseling services with self-management techniques for class VIII SMP Land 4 Holy.

Manners are the behavior of someone who upholds the values of respect, respect, and noble character and is considered as a guide in the daily social interactions of the community. The manners of students will always vary. As students have a high attitude of courtesy, and some are low. Students who have a high attitude of courtesy will always be polite without being asked or asked. To deal with the problem of good manners in overcoming low social ethics, researchers seek to apply behavioral counseling with self-management techniques to change maladaptive attitudes to adaptive ones.

This type of research is a qualitative research in the form of a case study conducted at SMP Negeri 4 Kudus. The subjects in this study were 2 students, namely TS and KA who experienced social ethics problems, especially low politeness and counseling took place for three meetings. Data collection methods used are observation, interview, and documentation methods.

The results of this study are that in the process of providing behavioral counseling services with self-management techniques, the counselee is able to change his problematic behavior into the behavior that the counselee expects, that is, students can respect and appreciate the teacher, not speak harshly and dirtyly, do not criticize other people's conversations, listen to the advice of the teacher, can be friendly when in the school environment, can respect the decisions and opinions of others.

on these results, it can be concluded that behavioral counseling services with self-management techniques can handle the politeness of students at SMP Negeri 4 Kudus. In this study, researchers expect students to be able to maintain their behavior properly so they don't experience social ethic problems, especially low politeness.

ABSTRAK

Rahayu, Yuni. 2023. *“Penerapan Konseling Behavioristik Teknik Self-Management Dalam Mengatasi Rendahnya Etika Pergaulan Sikap Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kudus”*. Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing (i) Drs. Masturi, MM, (ii) Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.

Kata Kunci: Sopan Santun, Etika Pergaulan, Konseling Behavioral, Teknik *Self-Management*

Tujuan penelitian ini adalah: 1. Mendeskripsikan faktor yang menyebabkan tingkat sikap sopan santun siswa dalam etika pergaulan kelas VIII SMP Negeri 4 Kudus 2. untuk memperoleh penanganan sikap sopan santun siswa dalam etika pergaulan melalui layanan konseling behaviorial dengan teknik *self-management* untuk kelas VIII SMP Negeri 4 Kudus.

Sopan santun merupakan perilaku seseorang yang menjunjung tinggi nilai-nilai menghormati, menghargai, dan berakhlak mulia dan dianggap sebagai tuntunan pergaulan sehari-hari masyarakat. Sikap sopan santun siswa akan selalu beragam. Sebagai peserta didik memiliki sikap sopan santun yang tinggi, dan sebagian lagi ada yang rendah. Peserta didik yang memiliki sikap sopan santun yang tinggi akan senantiasa bersikap sopan santun tanpa di suruh atau di minta. Untuk menangani permasalahan sikap sopan santun dalam mengatasi etika pergaulan yang rendah, peneliti berupaya menerapkan konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk mengubah sikap maladaptif menjadi adaptif.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan bentuk studi kasus yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Kudus. Subjek dalam penelitian ini ada 2 siswa yaitu TS dan KA yang mengalami masalah etika pergaulan khususnya sikap sopan santun yang rendah dan berlangsung konseling selama tiga kali pertemuan. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu metode observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini bahwa proses pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik *self-management*, konseli mampu mengubah tingkah lakunya yang bermasalah menjadi tingkah laku yang konseli harapkan yaitu siswa dapat mengormati dan menghargai guru, tidak berkata-kata kasar dan kotor, tidak mencela pembicaraan orang lain, mendengarkan nasehat dari guru, dapat bersikap ramah saat berada di lingkungan sekolah, dapat menghargai keputusan dan pendapat dari orang lain.

. Berdasarkan dari hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling behavioral dengan teknik *self-management* dapat menangani sikap sopan santun siswa di SMP Negeri 4 Kudus. Pada penelitian ini, peneliti mengharapkan siswa mampu mempertahankan tingkah lakunya dengan baik sehingga tidak mengalami permasalahan etika pergaulan khususnya sikap sopan santun yang rendah.

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan	4
1.4. Manfaat Penelitian	5
1.5. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
2.1. Kajian Teori	6
2.1.1. Sopan Santun	6
2.1.1.1. Pengertian Sopan Santun.....	6
2.1.1.2. Manfaat Sopan Santun	7
2.1.1.3. Macam-macam Sopan Santun	7
2.1.1.4. Bentuk-bentuk Sopan Santun	8
2.1.1.5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Sopan Santun	10
2.1.2. Etika Pergaulan	11

2.1.2.1. Pengertian Etika	11
2.1.2.2. Macam-macam Etika	12
2.1.2.3. Pengertian Pergaulan.....	13
2.1.2.4. Pengertian Etika Pergaulan	14
2.1.2.5. Tujuan Etika Pergaulan	15
2.1.2.6. Faktor Yang Mempengaruhi Etika Pergaulan.....	15
2.1.2.7. Prinsip Etika Pergaulan	17
2.1.2.8. Ciri-ciri Etika Pergaulan.....	19
2.1.2.9. Upaya Meningkatkan Pemahaman Etika Pergaulan Siswa	20
2.1.2.10. Cara Bergaul Yang Efektif	21
2.1.3. Konseling Behavioral.....	23
2.1.3.1. Pengertian Konseling Behavioral	23
2.1.3.2. Tujuan Konseling Behavioral	23
2.1.3.3. Ciri-ciri Konseling Behavioral.....	24
2.1.3.4. Tahap-tahap Konseling Behavioral	26
2.1.4. Teknik Self-Management.....	32
2.1.4.1. Pengertian Teknik Self-Management (Pengelolaan Diri)..	32
2.1.4.2. Tujuan Teknik Self-Management	32
2.1.4.3. Prinsip-prinsip Self-Management	33
2.1.4.4. Manfaat Teknik Self-Management	33
2.1.4.5. Tahap-tahap Teknik Self-Management	34
2.1.4.6. Faktor Yang Mempengaruhi Self-Management	35
2.2. Kajian Teori Yang Relevan	36
2.3. Kerangka Berfikir	38
BAB III METODE PENELITIAN	40
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	40
3.2. Rancangan Penelitian	40
3.3. Data dan Sumber Data	44
3.3.1. Data Primer	44

3.3.2. Data Sekunder	45
3.3.3. Sumber Data	45
3.4. Metode Pengumpulan Data	46
3.4.1. Wawancara.....	46
3.4.1.1. Pengertian Wawancara.....	46
3.4.1.2. Macam-macam Wawancara	47
3.4.1.3. Tujuan Wawancara.....	48
3.4.1.4. Langkah-langkah Wawancara.....	49
3.4.1.5. Pedoman Wawancara	51
3.4.2. Observasi	61
3.4.2.1. Pengertian Observasi.....	61
3.4.2.2. Tujuan Observasi	61
3.4.2.3. Macam-macam Observasi.....	62
3.4.2.4. Pedoman Observasi.....	62
3.4.3. Dokumentasi	66
3.4.3.1. Pengertian Dokumentasi	66
3.5. Analisis Data	67
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	70
4.1. Hasil Penelitian	70
4.2. Deskripsi Data Konseli I (TS).....	71
4.2.1. Deskripsi Identitas Konseli.....	71
4.2.2. Deskripsi Masalah	72
4.2.3. Pengumpulan Data Konseli I (TS)	72
4.2.4. Pelaksanaan Konseling Individu Terhadap Konseli I	75
4.2.5. Kesimpulan Konseli I (TS).....	86
4.3. Deskripsi Data Konseli II (KA)	88
4.3.1. Deskripsi Identitas Konseli.....	89
4.3.2. Deskripsi Masalah	89
4.3.3. Pengumpulan Data Konseli II (KA).....	90
4.3.4. Pelaksanaan Konseling Individu Terhadap Konseli II....	92

4.3.5. Kesimpulan Konseli II (KA)	104
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	107
5.1. Kesimpulan.....	107
5.1.1. Kasus Konseli I (TS)	107
5.1.2. Kasus Konseli II (KA).....	108
5.2. Saran	109
DAFTAR PUSTAKA	111
DAFTAR LAMPIRAN	113



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Tahap dan Prosedur Konseling Behavioral.....	26
Tabel 2.2	Pelaksanaan Kegiatan Konseling	29
Tabel 3.1	Subjek Penelitian Layanan Konseling Behavioristik Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Dalam Mengatasi Rendahnya Etika Pergaulan Sikap Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kudus	46
Tabel 3.2	Kisi-kisi Wawancara Subjek Penelitian Layanan Konseling Behavioristik Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Dalam Mengatasi Rendahnya Etika Pergaulan Sikap Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kudus.....	52
Tabel 3.3	Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling Kelas VIII SMP N 4 Kudus.....	53
Tabel 3.4	Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Guru Wali Kelas VIII SMP N 4 Kudus	55
Tabel 3.5	Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Teman Dekat Konseli	57
Tabel 3.6	Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Subjek Penelitian.....	59
Tabel 3.7	Pedoman Observasi Peneliti Terhadap Konseli Sebelum Pelaksanaan Konseling	64
Tabel 3.8	Pedoman Observasi Peneliti Terhadap Konseli Sesudah Pelaksanaan Konseling	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Kerangka Berfikir Subjek Penelitian Layanan Konseling Behavioristik Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Dalam Mengatasi Rendahnya Etika Pergaulan Sikap Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kudus.....	39
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Subjek Penelitian.....	113
Lampiran 2	Hasil Observasi Sebelum Konseling	114
Lampiran 3	Hasil Observasi Sesudah Konseling.....	115
Lampiran 4	Hasil Wawancara Dengan Guru BK	116
Lampiran 5	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas	118
Lampiran 6	Hasil Wawancara Dengan Teman Dekat.....	120
Lampiran 7	Hasil Wawancara Dengan Konseli (TS)	122
Lampiran 8	Persiapan Konseling (TS).....	124
Lampiran 9	Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling I (TS)....	129
Lampiran 10	Verbatim Konseling Pertemuan I (TS).....	130
Lampiran 11	Laporan Hasil Konseling I (TS)	138
Lampiran 12	Penilaian Hasil Konseling I (TS).....	140
Lampiran 13	Dokumentasi Konseling Pertemuan I (TS)	141
Lampiran 14	Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling II (TS) ...	142
Lampiran 15	Verbatim Konseling Pertemuan II (TS)	143
Lampiran 16	Laporan Hasil Konseling II (TS).....	148
Lampiran 17	Penilaian Hasil Konseling II (TS)	150
Lampiran 18	Dokumentasi Konseling Pertemuan II (TS)	151
Lampiran 19	Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling III (TS)..	152
Lampiran 20	Verbatim Konseling Pertemuan III (TS).....	153
Lampiran 21	Laporan Hasil Konseling III (TS)	158

Lampiran 22	Penilaian Hasil Konseling III (TS)	160
Lampiran 23	Dokumentasi Hasil Konseling III (TS)	161
Lampiran 24	Hasil Observasi Sebelum Konseling (KA).....	162
Lampiran 25	Hasil Observasi Sesudah Konseling (KA)	163
Lampiran 26	Hasil Wawancara Dengan Guru BK	164
Lampiran 27	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas	166
Lampiran 28	Hasil Wawancara Dengan Teman Dekat Konseli	168
Lampiran 29	Hasil Wawancara Dengan Konseli (KA)	170
Lampiran 30	Persiapan Konseling (KA).....	172
Lampiran 31	Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling I (KA) ...	177
Lampiran 32	Verbatim Konseling Pertemuan I (KA).....	178
Lampiran 33	Laporan Hasil Konseling I (KA)	185
Lampiran 34	Penilaian Hasil Konseling I (KA)	187
Lampiran 35	Dokumentasi Konseling Pertemuan I (KA)	188
Lampiran 36	Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling II (KA) ..	189
Lampiran 37	Verbatim Hasil Konseling II (KA).....	190
Lampiran 38	Laporan Hasil Konseling II (KA).....	195
Lampiran 39	Penilaian Hasil Konseling II (KA)	197
Lampiran 40	Dokumentasi Konsleing Pertemuan II (KA).....	198
Lampiran 41	Rencana Pelaksanaan Konseling III (KA).....	199
Lampiran 42	Verbatim Konseling Pertemuan III KA)	200
Lampiran 43	Laporan Hasil Konseling III (KA)	204

Lampiran 44	Penilaian Hasil Konseling III (KA).....	206
Lampiran 45	Dokumentasi Konseli Pertemuan III (KA).....	207
Lampiran 46	Surat Ijin Penelitian	208
Lampiran 47	Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	209
Lampiran 48	Surat Keterangan Selesai Bimbingan Skripsi.....	210
Lampiran 49	Surat Permohonan Ujian Skripsi	211
Lampiran 50	Kartu Bimbingan	212
Lampiran 51	Surat Orisinalitas Skripsi.....	216

