



**PENERAPAN KONSELING BEHAVIOUR DENGAN TEKNIK SHAPING
UNTUK MENINGKATKAN KEBIASAAN BELAJAR
SISWA KELAS XI F 6 SMA N 2 KUDUS**

TAHUN AJARAN 2023/2024

DISUSUN OLEH

MUHAMMAD FAIZUL JISMI

NIM 201931045

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2024**



**PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK
SHAPING UNTUK MENINGKATKAN KEBIASAAN BELAJAR
SISWA KELAS XI F 6 SMA N 2 KUDUS
TAHUN AJARAN 2023/2024**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas .Muria Kudus untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi BImbingan dan Konseling**

Oleh:

Muhammad Faizul Jismi

NIM 201931045

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2024**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

٥ فَإِنَّمَا مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) إِنَّمَا مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦) ﴿الشرح﴾

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.” [QS. Al-Insyirah : 5-6]-۶]

Persembahan

Skripsi ini kupersembahkan Untuk :

- Kedua Orang Tuaku Bapak Teguh Puji Hardi dan Ibu Shofiatu Rohmah
- ALM ayahku Bapak Sutopo yang selalu saya doakan
- Keluarga Tercintaku

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

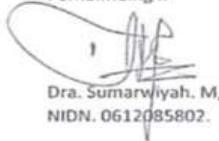
Skripsi Oleh Muhammad Faizul Jismi (NIM 201931045) ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji,

Kudus, 3 November 2023
Pembimbing I



Drs. Sucipto. M,Pd. Kons,
NIDN. 0610118701

Kudus, 3 November 2023
Pembimbing II



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

Mengetahui,
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Ketua


Drs. Arista Kiswantoro. M,pd
NIDN. 0611116401

PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skrripsi Oleh Muhammad Faizul Jismi (NIM 201931045) ini telah dipertahankan
didepan Tim Pengaji sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan
Bimbingan dan Konseling

Kudus 15 Desember 2023
Tim Pengaji

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

Ketua

Adnan Padkhurosi, S.Pd., M.Pd.
NIDN. -

Anggota

Dr. Richma Hidayati, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0612028801

Anggota

Drs. Arista Kiswanto, M.Pd
NIDN. 0611116401

Anggota

Mengetahui
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan,



Drs. Sucipto, M.Pd. Kons
NIDN. 0610118701

KATA PENGANTAR

Dengan mengucap puja dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT, karena atas karunianya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas XI F 6 SMA N 2 Kudus Tahun Ajaran 2023/2024”. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling di Universitas Muria Kudus. Didalam penyusunan Skripsi ini, penulis menyadari dalam penulisan Skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan Skripsi ini.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat banyak pihak yang terlibat dan turut serta dalam membantu dalam menyelesaikan, mulai dari awal hingga penulisan Skripsi ini selesai. Peneliti tidak dapat membahas dalam bentuk materi, namun hanya dapat mengucapkan banyak terimakasih.

Secara khusus peneliti sampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Darsono, M.Si. selaku Rektor Universitas Muria Kudus yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk melaksanakan Pendidikan di Universitas Muria Kudus
2. Drs. Sucipto. M.Pd, Kons Dekan FKIP Universitas Muria Kudus sekaligus pembimbing I yang telah memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Drs. Arista Kiswantoro. M,pd., Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah menyetujui judul skripsi dan telah banyak membantu penulis sehingga skripsi ini dapat tersusun dengan baik.
5. Dra. Sumarwiyah, M.Pd. Kons Dosen pembimbing II yang senantiasa memberikan semangat, kemudahan serta bimbingan dalam menyusun skripsi
6. Semua Dosen Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.
7. Bapak Nur Affifudin selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Kudus yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian di SMAN 2 Kudus
8. Guru serta tenaga pendidik SMA Negeri 2 Kudus yang telah membantu dalam melaksanakan proses penelitian ini

9. Semua pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah mendo'akan dan membantu serta memotivasi demi kelancaran serta keberhasilan dalam menyusun proposal skripsi ini.

Penulis hanya dapat mengucapkan terima kasih serta mendoakan atas kebaikan semua pihak, semoga Allah SWT senantiasa memberikan yang terbaik. Tiada manusia yang sempurna begitu pula dalam menyusun skripsi ini.

Kudus, 3 November 2023

Penulis,



**Muhammad Faizul Jismi
NIM. 201931045**

ABSTRAK

Jismi, Muhammad Faizul. 201913045. **Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Pada Siswa Kelas XI F 6 SMA N 2 Kudus Tahun Ajaran 2023/2024.** Bimbingan dan Konseling. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Muria Kudus. Dosen Pembimbing: (1) Drs. Sucipto. M.pd, Kons (2) Dra. Sumarwiyah. M.pd, Kons

Kata Kunci: Konseling Behavioristik, Teknik Shaping, Kebiasaan Belajar.

Belajar merupakan hasil yang sangat permanen dalam perilaku hasil dari pengalaman maupun latihan. Kebiasaan belajar adalah salah satu cara bagi siswa untuk mendapatkan kenyamanan dalam kegiatan belajar siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah. Kebiasaan belajar akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Tujuan penelitian ini untuk 1. Menemukan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kebiasaan belajar siswa di kelas XI F 6 SMA Negeri 2 Kudus Kudus 2. Membantu meningkatkan kebiasaan belajar siswa di kelas XI F 6 SMA Negeri 2 Kudus Tahun Ajaran 2023/2024, melalui konseling Behavioral dengan Teknik Shaping.

Konseling Behavioristik merupakan Konseling yang berdasar perilaku manusia yang berlandaskan kepada teori belajar, modifikasi tingkah laku dan pendekatan-pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berkaitan dengan tingkah laku. Teknik Shaping adalah sebuah teknik konseling behavioristik dimana fokus utama teknik shaping adalah pembentukan perilaku yang baru dengan cara pemberian reinforcement di setiap tingkah laku yang ditampilkan secara berkala hingga mendekati perilaku yang diharapkan.

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan metode pendekatan studi kasus. Jenis penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti menggunakan penelitian lapangan (*field research*) yakni penelitian yang dilaksanakan dalam kancan kehidupan yang sebenarnya. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1. Observasi 2. Wawancara 3. Dokumentasi. Sedangkan untuk subjek penelitian ini dipilih dari kelas XI F 6 yaitu JRA dan MAC. Dipilihnya 2 subjek tersebut berdasarkan hasil dari observasi dan wawancara yang dilakukan serta hasil dari Analisis Kebutuhan Peserta Didik AKPD .

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konseling behaviour dengan teknik shaping efektif dalam membentuk perilaku baru. Ini dapat dilihat dari hasil wawancara dan observasi sebelum dan setelah konseling menunjukkan hasil yang sangat pesat ini dapat dilihat dari persentase hasil wawancara diperoleh skor 34 dan dalam kategori yang kurang. Setelah dilakukan konseling dengan 3 kali pertemuan, hasil wawancara dengan JRA meningkat menjadi 57 dengan kategori baik. Sedangkan untuk konseli ke II diperoleh hasil analisis wawancara sebelum dilaksanakannya konseling diperoleh skor 30 dan dalam kategori yang kurang. Setelah dilakukan konseling dengan 3 kali pertemuan, hasil wawancara dengan MAC meningkat menjadi 58 dengan kategori baik.

Berdasarkan hasil konseling yang telah dilaksanakan selama 3 kali dan dengan 2 subjek yang telah ditentukan maka dapat disimpulkan konseling behaviour dengan teknik *shaping* telah berhasil dalam membentuk tingkah laku baru yaitu kebiasaan belajar konseli JRA dan MAC yang semakin baik.



ABSTRACT

Jismi, Muhammad Faizul. 201913045. *Application of Behavioristic Counseling with Shaping Techniques to Improve Study Habits in Class XI F 6 Students of SMA N 2 Kudus Academic Year 2023/2024.* Guidance and counseling. Faculty of Teacher Training and Education. Muria Kudus University. Supervisor (1) Drs. Sucipto. M.pd, Kons (2) Dra. Sumarwiyah. M.pd, Kons

Keywords: *Behavioristic Counseling, Shaping Techniques, Study Habits.*

Learning is a very permanent result in behavior resulting from experience and practice. Study habits are one way for students to gain comfort in student learning activities both at school and outside school. Study habits will influence student learning outcomes. The aim of this research is to 1. Find out what factors influence the study habits of students in class XI F 6 SMA Negeri 2 Kudus Kudus 2. Help improve the study habits of students in class Behavioral counseling with Shaping Techniques.

Behavioristic Counseling is counseling based on human behavior which is based on learning theory, behavior modification and approaches to counseling and psychotherapy related to behavior. The shaping technique is a behavioristic counseling technique where the main focus of the shaping technique is the formation of new behavior by providing reinforcement for each behavior that is displayed periodically until it approaches the expected behavior.

This type of research uses qualitative research methods with a case study approach. The type of research carried out by researchers uses field research, namely research carried out in real life. . The data collection methods used in this research are: 1. Observation 2. Interview 3. Documentation. Meanwhile, the subjects for this research were selected from class XI F 6, namely JRA and MAC. The 2 subjects were chosen based on the results of observations and interviews conducted along with the results of the AKPD Student Needs Analysis ()

The results of this research show that behavioral counseling using shaping techniques is effective in forming new behavior. This can be seen from the results of interviews and observations before and after counseling showing very rapid results. This can be seen from the percentage of interview results that obtained a score of 34 and in the poor category. After counseling with 3 meetings, the results of the interview with JRA increased to 57 in the good category. Meanwhile, for the second counselee, the results of the interview analysis before the counseling were carried out obtained a score of 30 and were in the poor category. After counseling with 3 meetings, the results of the interview with MAC increased to 58 in the good category.

Based on the results of counseling which has been carried out 3 times and with 2 predetermined subjects, it can be concluded that behavioral counseling with shaping techniques has been successful in forming new behavior, namely the study habits of JRA and MAC counselees are getting better.



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
LOGO.....	ii
HALAMAN JUDUL	iii
MOTTO DAN PERSEMPAHAN	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Fokus dan Lokus Penelitian	5
1.2.1 Fokus Penelitian	5
1.2.2 Lokus Penelitian.....	6
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4. Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB II	8
KAJIAN PUSTAKA	8
2.1. Kajian Teori	8
2.1.1. Konseling Behavioristik dengan Teknik <i>Shaping</i>	8
2.1.1.1 Pandangan Tentang Manusia	9
2.1.1.2 Konsep Dasar Konseling Behavioristik.....	11

2.1.1.3 Tujuan Konseling Behavioristik	12
2.1.1.4 Peran dan Fungsi Konselor dalam Konseling Behavioristik	13
2.1.1.5 Karakteristik Konseling Behavioristik	14
2.1.1.6. Langkah Langkah Konseling Behavioristik	15
2.1.1.7 Teknik Konseling Behavioristik	18
2.1.2 Teknik Shaping	22
2.1.2.1 Pengertian Teknik Shaping	22
2.1.2.2 Tujuan Teknik <i>Shaping</i>	22
2.1.2.3 Aspek Aspek Teknik <i>Shaping</i>	23
2.1.2.4 Langkah Langkah Teknik <i>Shaping</i>	24
2.1.2.5 Penerapan Perencanaan Teknik <i>Shaping</i>	25
2.1.2.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas <i>Shaping</i>	26
2.1.3 Kebiasaan Belajar	27
2.1.3.1. Pengertian Kebiasaan Belajar	27
2.1.3.2. Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Belajar	27
2.1.3.2.1 Faktor Internal Siswa	28
2.1.3.2.2. Faktor Eksternal Siswa	29
2.1.3.3. Indikator Kebiasaan Belajar	30
2.1.3.3. Aspek Kebiasaan Belajar	33
2.1.3.4. Jenis-Jenis Kebiasaan Belajar	35
2.1.3.4.1. Kebiasaan Belajar yang Baik	36
2.1.3.4.2 Kebiasaan Belajar yang Buruk	37
2.1.3.5. Pembentukan Kebiasaan Belajar yang Baik	37
2.1.3.6 Cara Meningkatkan Kebiasaan Belajar yang Baik	39
2.1.3.7 Penerapan Konseling Behavior Dengan Shaping Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa	40
2.2 Penelitian yang Relevan	42
2.3 Kerangka Berpikir	44
METODE PENELITIAN	47
3.1 Rancangan Penelitian	47
3.1.1 Studi Kasus	49
3.1.2. Jenis Penelitian	50
3.2. Data dan Sumber Data	51

3.2.2. Sumber Data.....	51
3.2.1. Data	52
3.3. Subjek Penelitian	52
3.4. Metode Pengumpulan Data.....	53
3.4.1. Metode Observasi.....	53
3.4.2 Metode Wawancara	58
3.4.2.1 Tujuan Wawancara	58
3.4.2.2 Jenis-Jenis Wawancara	59
3.4.2.3 Sumber Wawancara	59
3.4.2.4 Pedoman Wawancara	60
3.4.3. Metode Dokumentasi	67
3.5 Analisis Data.....	67
3.6 Indikator Keberhasilan.....	71
BAB IV	73
HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	73
4.1. Hasil penelitian	73
4.1.1. Identifikasi kasus konseli (JRA)	73
4.1.1.1 Deskripsi Masalah Klien I	74
4.1.1.2 Pengumpulan data	75
4.1.1.2.1 Wawancara	75
4.1.1.2.2 Observasi	76
4.1.1.2.3 Dokumentasi.....	76
4.1.1.3 Diagnosis	76
4.1.1.2 Pelaksanaan konseling.....	77
1. Konseling Pertama Pada Tanggal 10 Agustus 2023.....	77
2. Konseling kedua pada tanggal 14 Agustus 2023	83
3. Konseling Ketiga pada tanggal 21 Agustus 2023	87
4.1.1.3 Kesimpulan Konseli I (JRA)	93
4.1.2. Identifikasi kasus konseli II (MAC)	94
4.1.1.1 Deskripsi Masalah Klien I	95
4.1.2.2 Pengumpulan data	96
4.1.2.2.1 Wawancara	96
4.1.2.2.2 Observasi	97

4.1.2.2.3 Dokumentasi.....	97
4.1.2.3 Diagnosis	98
4.1.2.4 Pelaksanaan konseling.....	98
1. Konseling Pertama Pada Tanggal 11 Agustus 2023.....	99
2. Konseling kedua pada tanggal 15 Agustus 2023	105
3. Konseling Ketiga pada tanggal 21 Agustus 2023	109
4.1.1.3 Kesimpulan Konseli II (MAC).....	115
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	116
4.2.1. Pembahasan Hasil Konseling Dengan Konseling I (JRA)	116
4.2.1.1 Penerapan Konseling Behavioristik Ditinjau dari Penelitian Sebelumnya Konseli I (JRA).....	121
4.2.2. Pembahasan Hasil Konseling Dengan Konseling II (MAC).....	121
4.2.2.1 Penerapan Konseling Behavioristik Ditinjau Dari Penelitian Sebelumnya Konseli II (MAC).....	126
4.3 Temuan-Temuan di Lapangan	127
4.3.1 Kendala-Kendala Saat Penelitian	127
4.3.2 Usaha-usaha yang Dilakukan Peneliti Dalam Mengatasi Kendala-Kendala pada saat melakukan Penelitian	127
4.3.3 Kemudahan-Kemudahan Selama Melakukan Penelitian	128
BAB V	129
KESIMPULAN DAN SARAN	129
5.1 Kesimpulan	129
5.1.1 Konseli JRA	129
5.1.2 Konseli MAC	130
5.2 Saran	131
5.2.1 Peserta Didik.....	131
5.2.2 Bagi Wali Kelas	131
5.2.3 Bagi Guru BK.....	131
5.2.4 Bagi Penelitian Selanjutnya	131
DAFTAR PUSTAKA.....	132
LAMPIRAN.....	135
PERNYATAAN.....	210
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	211

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Subyek Penilitian	51
Tabel 2 Jadwal Penelitian Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Shaping Guna Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa XI F 6 SMAN 2 Kudus	71



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa	45
Gambar 2 Skema Penelitian Studi Kasus	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap wali kelas	135
Lampiran 2 Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Guru BK	137
Lampiran 3 Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Konseli.....	139
Lampiran 4 Lampiran Observasi Sebelum Konseling konseli 1.....	141
Lampiran 5 Persiapan Penelitian Konseling Individual Konseli I.....	143
Lampiran 6 RPL Konseling Individual Konseli I	146
Lampiran 7 Lapelprog Konseling 1 Konseli I.....	147
Lampiran 8 Verbatim I Konseli I	148
Lampiran 9 Penilaian Hasil Segera	152
Lampiran 10 Dokumentasi Pelaksanaan Konseling I (JRA).....	153
Lampiran 11 RPL Pertemuan ke II Konseli I	154
Lampiran 12 Lapelprog pertemuan 2 konseli I.....	155
Lampiran 13 Verbatim pertemuan ke 2 Konseli I.....	156
Lampiran 14 Penilaian Hasil Segera Pertemuan ke 2	160
Lampiran 15 Dokumentasi Pelaksanaan Konseling ke 2	161
Lampiran 16 RPL pertemuan ke 3 konseli I	162
Lampiran 17 Lapelprog pertemuan ke 3 konseli I	163
Lampiran 18 Verbatim pertemuan ke 3 konseli I.....	164
Lampiran 19 Penilaian Hasil Segera	168
Lampiran 20 Dokumentasi pertemuan ke 3 konseli 1	169
Lampiran 21 Hasil Analisis setelah konseling konseli I	170
Lampiran 22 Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Konseli II	172
Lampiran 23 Lampiran Observasi Sebelum Konseling konseli II	174
Lampiran 24 Persiapan Penelitian konseling individual konseli II.....	176
Lampiran 25 RPL pertemuan pertama konseli II	179
Lampiran 26 Lapelprog pertemuan pertama konseli II.....	180
Lampiran 27 Verbatim pertemuan 1 konseli II	181
Lampiran 28 Penilaian Hasil Segera pertemuan 1 Konseli II	186
Lampiran 29 Dokumentasi Pelaksanaan Konseling.....	187
Lampiran 30 RPL pertemuan ke 2 Konseli II	188
Lampiran 31 Lapelprog pertemuan ke 2 konseli II	189
Lampiran 32 Verbatim pertemuan ke 2 konseli II	190
Lampiran 33 Penilaian Segera pertemuan ke 2 Konseli II.....	194
Lampiran 34 dokumentasi pelaksanaan konseling.....	195
Lampiran 35 RPL pertemuan ke 3 konseli II	196
Lampiran 36 Lapelprog pertemuan ke 3 konseli II	197
Lampiran 37 Verbatim pertemuan ke 3 konseli II	198
Lampiran 38 Penilaian Hasil Segera pertemuan ke 3 konseli III	203
Lampiran 39 Dokumentasi pelaksanaan konseling.....	204
Lampiran 40 Hasil analisis setelah konseling	205
Lampiran 41 surat izin penelitian.....	207
Lampiran 42 Surat keterangan telah melaksanakan penelitian	208