

## KONSELING BEHAVIOUR DALAM PENERAPAN DISIPLIN BELAJAR SISWA YANG HIPERAKTIF

<sup>1</sup>Alma Fauziah Rachmah · <sup>2</sup>Lita

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi PIAUD Fakultas Agama Islam Universitas Majalengka, Jawa Barat  
Indonesia

<sup>2</sup>Dosen Program Studi PIAUD Fakultas Agama Islam Universitas Majalengka, Jawa Barat  
Indonesia.

Email : <sup>1</sup>[almafauziahrachma@gmail.com](mailto:almafauziahrachma@gmail.com).

<sup>2</sup>[litamagisterpiaud@gmail.com](mailto:litamagisterpiaud@gmail.com)

---

|                         |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Submit:<br>2022-07-29   | Abstrak | Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling Behaviour dalam penerapan disiplin belajar, yaitu pada siswa yang hiperaktif. Anak hiperaktif itu anak yang tidak bisa diam melainkan dapat menimbulkan banyak masalah di lingkungan rumah dan sekolahnya. Permasalahan akan anak yang hiperaktif dapat mengalami kesulitan dalam belajarnya terutama saat anak menerapkan disiplin belajar. Dengan adanya kajian literatur, hal ini dapat menemukan penyebab terjadinya anak yang hiperaktif dan juga tahu akan solusi yang diberikannya, yaitu dengan metode pembelajaran kepada anak yang mengalami perilaku tersebut dalam penerapan disiplin belajar. Adapun beberapa faktor yang dialami anak yang hiperaktif, diantaranya pada perilaku yang berlebihan, tidak bisa diam, tidak bisa berkonsentrasi, tidak bisa tenang, selalu gelisah dan tidak bisa mengendalikan dirinya dalam segala situasi dan juga bisa dikatakan suka bertindak semaunya. |
| Diterima:<br>2022-07-31 |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

Kata Kunci

Pembelajaran, Hiperaktif, Anak, Konseling CBT

---

|                          |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Disetujui:<br>2022-08-08 | Abstrak | <i>This study aims to determine Behaviour counseling in the application of learning discipline, namely for hyperactive students at RA Al-Manshuriyah. Hyperactive children are children who cannot be silent but can cause many problems in their home and school environment. One of the problems known from research at RA Al-Manshuriyah is that there are hyperactive children, because with this hyperactive children will have difficulty in learning, especially when children apply learning discipline. With this research, it can find the causes of hyperactive children and also know the solutions it provides, namely by learning methods for children who experience this behavior in the application of learning discipline. The results of this study can show several factors experienced by hyperactive children, including excessive behavior, cannot be silent, cannot concentrate, cannot be calm, always restless and cannot control himself in all situations and can also be said to like to act as he pleases.</i> |
|--------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Keywords

*Learning, CBT Counseling*

---

### PENDAHULUAN

Masa usia dini adalah masa yang sangat penting bagi perkembangan kehidupan manusia, karena pada masa ini seluruh aspek perkembangan anak dapat berkembang dengan luar biasa, itu pun jika dapat di stimulasi dengan baik. Nur'aini dalam Ramli (2003:2) menjelaskan bahwa dari segi perkembangan kepribadian anak, masa usia dini merupakan masa-masa penting yang sangat menentukan perkembangan kepribadian manusia karena pada masa tersebut terbentuk dasar-dasar

struktur kepribadian pada anak yang hiperaktif.

Anak yang memiliki gangguan hiperaktif dapat dibedakan dari perkembangan dan tingkah lakunya. Anak yang memiliki gangguan hiperaktif memiliki beberapa ciri-ciri yang salah satunya itu tidak bisa memusatkan perhatiannya, untuk pembelajaran di sekolahnya justru hal itulah yang paling dibutuhkan untuk berjalannya pembelajaran di sekolah.

Tidak semua anak dapat melewati proses perkembangan pada sosial dan emosi dengan baik, karena pada perjalanan kehidupan anak biasanya banyak ditemukan anak yang tidak mampu mengungkapkan apa yang sedang dialaminya dan apa yang harus dilakukannya, sehingga timbul perilaku aneh atau menyimpang pada sosial dan emosionalnya. Hiperaktif adalah gangguan tingkah laku yang tidak normal yang disebabkan pada sarafnya dengan gejala utama, yaitu tidak mampu memusatkan perhatiannya.

Perilaku hiperaktif juga membawa dampak bagi dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya. Anak hiperaktif adalah anak yang memungkinkan dapat menimbulkan banyak masalah di lingkungan rumah dan sekolahnya. Masalah-masalah tersebut bisa berupa prestasi belajar yang turun naik bahkan bisa menjadi buruk bahkan terkadang anak yang hiperaktif itu tidak memiliki teman pada umumnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut, masa perkembangan anak itu dapat berpusat pada perilaku dan kepribadiannya yang baik karena anak akan lebih mudah di arahkan ketika anak tersebut masih berada dalam rentang usia dininya termasuk dalam aspek-aspek perkembangannya.

## KAJIAN PUSTAKA

### Konsep Dasar Anak Hiperaktif

Anak yang hiperaktif bisa dikatakan kurang mendapatkan perhatian dan juga dalam penanganannya kurang, jadi anak hiperaktif biasanya suka mencari perhatian disituasi apapun maupun pembelajaran dimulai. Anak yang hiperaktif biasanya kurang memiliki teman yang banyak karena sikapnya yang suka sembarangan, acuh tak acuh, suka mengganggu teman, suka merusak dan juga memiliki permasalahan dalam gangguan belajarnya.

Hiperaktif juga dikenal dengan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) yang merupakan suatu gangguan pemusatan perhatian dimana penderita mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dan bertahan dalam satu pekerjaan dalam waktu tertentu, sehingga anak-anak yang mengalami hiperaktif mempunyai kesulitan untuk berkonsentrasi, pikirannya selalu kemana-mana. Selain tidak dapat berkonsentrasi penderita hiperaktif juga mengalami kesulitan untuk mengontrol gerak tubuhnya (Haryantiningsih, 2015:2).

Kondisi hiperaktif mempunyai ciri-ciri menonjol yaitu mengalami kecemasan. Ditunjukkan dengan kondisi tangan atau kaki “menggeliat” di kursi, tidak tahan lama duduk di dalam kelas seperti anak normal biasanya, aktif berlarian atau melakukan gerakan berlebihan pada keadaan yang tidak semestinya, sedangkan gejala impulsifitas pada dirinya ditandai dengan seringnya menjawab pertanyaan sebelum penanya selesai mengajukan suatu pertanyaan, kurang mampu bersabar dalam kegiatan antri atau menunggu, senang menginterupsi atau mengganggu orang lain, seperti rmemotong diskusi (Hrisna, 2014:34).

Rezeki (2014:68) menjelaskan bahwa upaya penanganan perilaku hiperaktif sama seperti yang dilakukan oleh orangtua dan gurunya yaitu: kurangi gangguan perhatian anak pada guru seperti mendudukan anak dekat dengan guru, menggunakan pekerjaan rumah untuk komunikasi orangtua dan guru, memberikan penekanan positif, seperti orangtua harus selalu memperhatikan tingkah lakunya yang positif dengan memberi pujian ketika anak sedang duduk dengan tenang, dan mengawasi anak.

### Konsep Dasar Disiplin Belajar

Disiplin adalah sikap atau tingkah laku seseorang yang patuh terhadap aturannya yang berlaku atau suatu kebiasaan seseorang yang melakukan kegiatan secara teratur dan tepat waktu, sedangkan belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku seseorang secara keseluruhan untuk memperoleh suatu pengalamannya dalam belajar.

Kedisiplinan belajar itu merupakan suatu sikap, tingkah laku dan perbuatan siswa yang melakukan aktivitas belajarnya dengan keputusan, peraturan-peraturan yang telah ditetapkan bersama, baik persetujuan tertulis maupun tidak tertulis antara siswa dengan guru di sekolah maupun dengan orang tua di rumah idan hasilnya itu dapat penguasaan pada pengetahuan serta kebijaksanaannya.

Pengertian disiplin menurut Surahman dalam Tu'u, (2004:24) menjelaskan bahwa upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib yang berdasarkan dari dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya.

Secara psikologi, belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2005 dalam Hasanuddin. (2016:17).

Tujuan seluruh disiplin adalah membentuk perilaku sedemikian rupa hingga saat ini akan sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan pada kelompok budaya, tempat individu dan diidentifikasi. Tu'u, (2004:28) menjelaskan pentingnya disiplin bagi para siswa, yaitu sebagai berikut:

- a. Memberi dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang.
- b. Membantu siswa memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan.
- c. Cara menyelesaikan tuntutan yang ingin ditunjukkan peserta didik terhadap lingkungannya.
- d. Untuk mengatur keseimbangan keinginan individu satu dengan individu lainnya.
- e. Menjauhi siswa melakukan hal-hal yang dilarang sekolah.
- f. Mendorong siswa melakukan hal-hal yang baik dan benar.
- g. Peserta didik belajar hidup dengan kebiasaan yang baik, positif, dan bermanfaat baginya dan lingkungannya.
- h. Kebiasaan baik untuk menyebabkan ketenangan jiwanya dan lingkungannya.

Hasanuddin, (2016:18) mengemukakan bahwa upaya dalam menegakkan disiplin belajar perlu adanya penegakkan, agar tidak terjadi pelanggaran. Bila pelanggaran terjadi akan berakibat terganggunya usaha pencapaian tujuan pengajaran. Usaha yang bisa dilakukan sekolah untuk menciptakan disiplin bagi siswa, yaitu dengan menetapkan berbagai peraturan yang disebut tata tertib. Meskipun sudah ada tata tertib yang disertai berbagai sanksi dan hukuman, belum tentu siswa mau menaati tata tertib tersebut.

Tu'u (2004:29) mengemukakan bahwa sebab-sebab pelanggaran disiplin biasanya bersumber dari reaksi negatif karena kurang terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan. Misalnya, kurang perhatian dan kurang kasih sayang, kurang penghargaan, hubungan sosial kurang dan juga kebutuhan fisik yang belum terpenuhi.

Selain itu, Tu'u (2004:31) mengemukakan bahwa ada juga penyebab pelanggaran disiplin, antara lain sebagai berikut:

- a. Disiplin sekolah yang kurang direncanakan dengan baik dan mantap.
- b. Perencanaan yang baik, tetapi implementasinya kurang baik dan kurang dimonitor oleh kepala sekolah.
- c. Penerapan disiplin yang tidak konsisten dan tidak konsekuen.
- d. Kebijakan kepala sekolah yang belum memprioritaskan peningkatan dan pemantapan disiplin sekolah.
- e. Kurang kerjasama dan dukungan guru-guru dalam perencanaan dan implementasi disiplin sekolah.
- f. Kurangnya dukungan dan partisipasi orang tua dalam menangani disiplin sekolah, secara khusus siswa yang bermasalah.
- g. Siswa disekolah tersebut banyak yang berasal dari siswa yang bermasalah dalam disiplin diri. Anak-anak cenderung melanggar dan mengabaikan tata tertib sekolah.

Tu'u (2004:104-107) mengemukakan bahwa ada macam-macam kedisiplinan belajar, yang meliputi sebagai berikut:

- a. Dapat mengatur waktu belajar, yaitu rangkaian ketika proses perbuatan atau keadaan berada berlangsung. Waktu juga sebagai saat yang tertentu untuk melakukan sesuatu.
- b. Rajin dan teratur belajar, yaitu rajin dapat diartikan suka, senang dan sungguh-sungguh. Sementara teratur berarti ada waktu dan jadwal tertentu yang sudah disediakan. Jadi, sikap rajin dan teratur tidak terjadi begitu saja, tapi terbentuk dari satu usaha, latihan dan usaha membiasakan diri.

- c. Perhatian di kelas, yaitu sikap dan tindakan yang melihat, mendengarkan dengan sungguh-sungguh terhadap satu yang sedang dihadapi. Pembelajaran di kelas merupakan perhatian siswa yang sudah semestinya tertuju pada pelajaran yang sedang berlangsung.
- d. Ketertiban diri saat belajar di kelas, yaitu kelas yang kondusif saat kegiatan pembelajaran berlangsung seperti halnya kelas yang tenang dan tertib. Peserta didik yang ada di kelas diharapkan agar masing-masing menjaga ketertiban dan ketenangan kelas.

### Konsep Konseling Behaviour

Teori belajar behavior adalah sebuah teori yang mempelajari tingkah laku manusia. Desmita (2009:44) menjelaskan bahwa teori belajar behavior merupakan teori belajar memahami tingkah laku manusia yang menggunakan pendekatan objektif, mekanistik, dan materialistik, sehingga perubahan tingkah laku pada diri seseorang dapat dilakukan melalui upaya pengkondisian.

Mempelajari tingkah laku seseorang seharusnya dilakukan melalui pengujian dan pengamatan atas tingkah laku yang terlihat, bukan dengan mengamati kegiatan bagian-bagian dalam tubuh. Teori ini mengutamakan pengamatan, sebab pengamatan merupakan suatu hal penting untuk melihat terjadi atau tidaknya perubahan tingkah laku tersebut.

Behaviorisme adalah sebuah kelompok teori yang memiliki kesamaan dalam mencermati dan menelaah perilaku manusia yang menyebar di berbagai wilayah, selain Amerika teori ini berkembang di daratan Inggris, Perancis, dan Rusia. Tokoh-tokoh yang terkenal dalam teori ini meliputi E.L.Thorndike, I.P.Pavlov, B.F.Skinner dan J.B.Watson.

### Konsep Konseling Behaviour menurut Ivan Petrovich Pavlov

Jahja (2013:100-102) mengemukakan bahwa *classic conditioning* (pengkondisian atau persyaratan klasik) adalah teori yang dikembangkan oleh Pavlov, karena dengan adanya pengembangan ini dapat mengkondisikan stimulus anak untuk meraih respon yang diinginkan melalui asosiasi antara stimulus asli (*unconditioned stimulus*) dengan stimulus buatan (*conditioned stimulus*).

Dalam menerapkan strategi Pavlov, ternyata individu dapat dikendalikan melalui cara dengan mengganti stimulus alami dengan stimulus yang tepat untuk mendapatkan pengulangan respon yang diinginkan, sementara individu tidak menyadari bahwasannya Pavlov dikendalikan oleh stimulus yang berasal dari luar dirinya.

Teori belajar pengkondisian klasik merujuk pada sejumlah prosedur pelatihan karena satu stimulus dan rangsangan dapat muncul untuk menggantikan stimulus lainnya dalam mengembangkan suatu respon. Kata *klasikal* yang mengawali nama teori ini semata-mata dipakai untuk menghargai karya Pavlov yang dianggap paling dahulu dibidang *conditioning* (upaya pengkondisian) dan untuk membedakannya dari teori *conditioning* lainnya. Stimulus itu yang menyebabkan adanya pengulangan tingkah laku dan berfungsi sebagai penguat (Zulhammi, 2015:105-127).

Teori belajar Behaviorisme menurut Muflihini (2009:11) menjelaskan bahwa dapat diklasifikasikan persamaan dan perbedaannya sebagai berikut seperti; dalam persamaannya, yaitu menekankan pada *perubahan* perilaku sebagai hasil belajar. Sedangkan perbedaannya itu, menurut Pavlov bahwa "seseorang dalam proses belajar melibatkan adanya respon kondisi, pengulangan stimulus tanpa stimulus utama, kemudian ada respon kondisi dengan satu stimulus, disitulah individu belajar menghasilkan respon kondisi pada satu stimulus, namun tidak dari stimulus yang sama dan kondisi berbeda".

### KESIMPULAN

Perilaku anak yang hiperaktif merupakan suatu tanggapan anak yang memiliki sikap berupa perilaku yang berlebihan, tidak bisa diam, tidak bisa berkonsentrasi, tidak bisa tenang, selalu gelisah dan tidak bisa mengendalikan dirinya dalam segala situasi dan juga bisa dikatakan suka bertindak semaunya. Ciri dari perilaku anak yang hiperaktif, meliputi: suka mengganggu teman, suka menyakiti teman, suka berlarian kesana kemari, suka berpindah dari satu aktivitas ke aktivitas yang lainnya, tidak sabaran, suka bergerak dan suka berjalan-jalan.

Adanya guru pembimbing dan guru pelajar penting untuk pelayanan pada anak yang hiperaktif, agar bisa mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa khususnya anak usia dini dalam mengembangkan konsep diri dan kedisiplinan dalam belajarnya.

Tujuan dari konseling kelompok behavioral disini agar dapat membantu untuk mengontrol tingkah laku pada anak dan juga dapat membantu anak dalam mempelajari perilakunya agar berubah ke tahapan yang lebih baik.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Desmita. (2009). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Haryantiningsih, Rina. (2015). Studi Kasus Anak Hiperaktif Dan Usaha Guru Dalam Memusatkan Perhatian Belajar Siswa Di Mi Muhammadiyah Ceporan Kabupaten Karanganyar Tahun Pelajaran 2014/2015. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hasanuddin, Sultan. (2016). Hubungan Disiplin Belajar Dengan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di Smpn 2 Ponre Kabupaten Bone. Al-Iltizam. Vol, 1. No, 1. Juni.
- Hrisna, F. (2014). Writing Skill for Adhd: Terapi Dan Bimbingan Menulis Untuk Anak ADHD. Sleman: Maxima.
- Jahja, Yudrik. (2013). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Kencana Prenamadia Group.
- Muflihini, Muh Hizbul. (2009). Dalam Pembelajaran (Analisis Strategi Inovasi Pembelajaran). Jurnal Ilmiah Kependidikan. Vol, 1. No, 2.
- Ramli, T. (2003). Pendidikan Moral Dalam Keluarga. Grasindo: Jakarta.
- Rejeki, Sri. (2014). ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). Mitra Buku: Yogyakarta.
- Tulus Tu'u. (2004). Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi siswa. Jakarta: Grasindo.
- Zulhammi. (2015). Teori Belajar Behavioristik dan Humanistik dalam Perspektif Pendidikan Islam. Jurnal Darul Ilmi. Vol, 3. No, 1.