

Konseling Kelompok Melalui Teknik Behavior Untuk Meningkatkan Kedisiplinan

Asifa Novia Fahmi*, Jarkawi, Eka Sri Handayani

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, Indonesia

*Corresponding Author: asyifanoviahmi@gmail.com

Abstract

The problem that is developing in the world of education today is an ethical problem, namely a lack of discipline. One effort that can be done is to use group counseling services. This study aims to determine the effect of behavioral group counseling services on increasing the discipline of female students at the Nurul Maad Putri Islamic Boarding School. The research method in this study was a quantitative method with pre-experimental and pretest posttest one group design. This research was conducted at the Nurul Maad Putri Islamic Boarding School with 9 female students. Collecting data in this study using observation techniques and disciplinary questionnaires. The results showed that there was an increase in the discipline of female students which was marked by a change in attitude when participating in group counseling service activities, including attending on time, enthusiastically participating in activities, as well as self-awareness to change a behavior for the better. The conclusion of this study is that group counseling services have an effect on increasing the discipline of students at the Nurul Maad Putri Islamic Boarding School.

Keywords: group counseling, discipline.

Abstrak

Masalah yang berkembang dalam dunia pendidikan saat ini adalah masalah etika, yaitu kurangnya disiplin. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok behaviorial terhadap peningkatan kedisiplinan santri putri di Pondok Pesantren Nurul Maad Putri. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pre-experimental dan desain pretest posttest one group design. Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Nurul Maad Putri dengan santri putri sebanyak 9 orang. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi dan angket kedisiplinan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan santriyati yang ditandai dengan perubahan dari sikap saat mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok, diantaranya lakukan hadir tepat waktu, antusias mengikuti kegiatan, serta adanya kesadaran diri untuk mengubah suatu perilaku menjadi lebih baik. Kesimpulan dari penelitian ini adalah layanan konseling kelompok berpengaruh terhadap peningkatan kedisiplinan santri di Pondok Pesantren Nurul Maad Putri.

Kata kunci: konseling kelompok, kedisiplinan

Article History:

Received 2022-11-15

Revised 2022-12-20

Accepted 2022-12-26

DOI:

10.31949/educatio.v8i4.3899

PENDAHULUAN

Pondok pesantren merupakan sekolah lembaga pendidikan islam yang dimana siswa atau yang lebih dikenal di kalangan pondok pesantren disebut sebagai santri (laki laki) dan santriyati (perempuan). Di pondok pesantren, santri dan santriyati akan tinggal dan menimba ilmu di ruang lingkup lingkungan pondok pesantren atau biasa disebut asrama santriyati. Pondok pesantren menerapkan kurikulum yang memfokuskan diri santri dalam menimba ilmu agama. Ciri khas lain dari pondok pesantren adalah penerapan perilaku disiplin bagi para santrinya.

Kedisiplinan adalah bagian yang tak terpisahkan dari Islam. Kedisiplinan bukan hanya sekedar tepat waktu saja, tetapi dalam segala hal atau aktifitas yang kita lakukan. Kedisiplinan merupakan bentuk ketaatan pribadi diri santriwati dalam aturan, dimana aturan merupakan sebagai bentuk pelatihan ketaatan perilaku diri untuk bertindak dan berperilaku sesuai dengan aturan. Disiplin akan menumbuhkan sikap kepatuhan, kemandirian seseorang (Sari & Rasyidah, 2019). Di dunia pendidikan hukuman atau punishment, yang umumnya istilah ini dikaitkan dengan tindakan kejahatan. Salah satu fungsi adanya hukuman adalah untuk meningkatkan kedisiplinan. Ta'zir diartikan mendidik dan memperbaiki perilaku seseorang yang telah melakukan pelanggaran agar menyadari bahwa perbuatannya menyimpang dan berjanji untuk tidak mengulangi perbuatan yang sama (Muslich, 2005).

Pondok Pesantren Santriwati Nurul Maad merupakan salah lembaga pendidikan islam yang menerapkan aturan ketat untuk membina kedisiplinan siswa. Para santri dibina untuk disiplin sesuai dengan peraturan yang berlaku, tetapi faktanya mengatakan bahwa ada beberapa santri yang tidak mengikuti kegiatan, kemudian santri diberi nasehat tetapi tetap saja ada yang masih mengulangi perbuatan yang sama. Hal ini membuktikan bahwa santri tidak akan jera jika hanya dinasehati saja agar tidak mengulangi perbuatan yang melanggar aturan.

Namun ketetapan aturan di atas masih saja ada yang melanggarnya. Beberapa pelanggaran yang kerap dilakukan diantaranya adalah sering datang terlambat pada kegiatan yang diadakan di pondok, tidak mengikuti atau datang terlambat pada saat shalat berjamaah terutama pada waktu ashar dimana waktu ini santriwati baru selesai mengikuti pembelajaran sekolah umum di pondok, dan tidak mengikuti tahfidz yang dilaksanakan setiap minggu. Sebagian kecil dari bentuk pelanggaran yang terjadi di Pondok Pesantren Santriwati Nurul Maad terutama pada santriwati tingkat awal, sanksi seperti jika terjadi keterlambatan dengan alasan yang tidak dapat ditoleransi maka ustadzah akan memberikan nasihat terlebih dahulu jika diulangi maka akan diberi hukuman berupa bersih lingkungan kelas, terlambat mengikuti pembelajaran kelas atau tidak mengikuti kegiatan tahfidz akan diberi hafalan tambahan, pelanggaran tidak mengikuti shalat ashar akan diberi hukuman berupa bersih-bersih halaman asrama atau kelas masing masing, jika terus berulang melakukan pelanggaran maka akan diberikan peringatan berupa panggilan orang tua. Maka dapat di simpulkan bahwa kedisiplinan masih kurang di terapkan pada diri santriwati.

Dalam meningkatkan kedisiplinan tentu erat kaitannya dengan perubahan tingkah laku. Peningkatan kedisiplinan diri santri dapat dilakukan melalui layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh guru atau ustadz. Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok (Fahmi & Slamet, 2016; Luddin, 2010). Layanan ini dilakukan agar para santri dapat memiliki kepercayaan diri sehingga akan mampu untuk menghadapi masa depan mereka nantinya. Pendekatan tingkah laku (*behavior*) sering digunakan dalam konseling yang di implementasikan dalam kelompok dengan harapan adanya perubahan tingkah laku kearah yang positif. Pada dasarnya seorang manusia memiliki kapasitas untuk mengatur tingkah lakunya sendiri (Elvina, 2019; Prabowo & Cahyawulan, 2016). Penelitian ini berusaha melakukan pendekatan melalui bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan *behavior* sebagai salah satu bentuk pendekatan terhadap santri. Pendekatan *behavior* ini adalah bentuk sebagai pendekatan tingkah laku untuk membangun dan membantu untuk mengidentifikasi masalah yang ada terhadap kedisiplinan santri di Pondok Pesantren putri Nurul Maad. Atas dasar latar belakang tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling dengan pendekatan *behavior* untuk meningkatkan kedisiplinan santriwati tingkat awal di Pondok Pesantren Nurul Maad.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *pre-experimental design* tipe *one group pretest-posttest* (tes awal tes akhir kelompok tunggal). Rancangan *one group pretest-posttest design* ini terdiri atas satu kelompok yang telah ditentukan. Di dalam rancangan ini dilakukan tes sebanyak dua kali, yaitu

sebelum diberi perlakuan disebut *prates* dan sesudah perlakuan disebut *pascates*. Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren putri Nurul Maad dengan sampel santriwati sebanyak 9 orang.

Dalam mengumpulkan data, penelitian ini menggunakan teknik observasi dan penyebaran angket. Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan pengamatan secara langsung ke pondok untuk meneliti kegiatan dan kedisiplinan santriwati. Ada pun lembar penilaian angket digunakan untuk mengetahui kedisiplinan siswa. teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan statistik parametrik, dengan pendekatan analisis yang digunakan adalah dengan uji t, dimana dalam melakukan uji t ini menggunakan bantuan SPSS for windows, untuk melihat signifikansi pengaruh antar variable.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2022 di pondok pesantren putri Nurul Maad Landasan Ulin. Sampel penelitian ini yaitu santriwati tingkat awal yang berjumlah 9 orang santriwati. Untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikannya perlakuan, terlebih dahulu diberikan tes awal untuk mengetahui tingkat kedisiplinan santri. Hasil tes awal dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil tes awal tingkat kedisiplinan santriwati

No Responden	<i>Pretest</i>	keriteria
1	76	Sedang
2	108	Sedang
3	106	Sedang
4	99	Sedang
5	66	Rendah
6	61	Rendah
7	93	Sedang
8	96	Sedang
9	62	rendah

Dari hasil tes pada tabel 1 tampak kedisiplinan santri ada pada kriteria sedang dan rendah, tidak santri yang memperoleh kriteria tinggi. Dari hasil ini diketahui bahwa upaya pondok selama ini untuk membina kedisiplinan santri masih belum optimal dan perlu ditingkatkan. Dengan hasil tes awal yang diperoleh, maka dilakukan perlakuan dengan melaksanakan kegiatan konseling kelompok melalui pendekatan *behavior*. Kegiatan ini dilaksanakan dalam tiga pertemuan.

Pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 10 juni 2022. Pada pertemuan pertama peneliti dan konseli melakukan di dalam kelas dengan menjadikan 9 orang sampel ini membentuk kelompok treatment dimana peneliti dan sampel dapat berinteraksi dengan mudah. Pada pertemuan ini peneliti tidak langsung dengan sesi pengungkapan masalah yang di hadapi responden tapi lebih berfokus terlebih dahulu pada pembahasan materi selain materi mengenai konseling kelompok dan pendekatan *behavior* responden juga berfokus pada pembahasan kedisiplinan. Setelah pemaparan mengenai materi yang telah di berikan peneliti, peneliti mengadakan sesi Tanya jawab dimana dimana ini dilakukan peneliti guna untuk memberikan suasana yang bertujuan agar responden tidak merasa canggung dan merasa bebas untuk menjalin interaksi sesama antar kelompok, pada sesi ini responden masih canggung dan malu, ragu dalam menjawab, takut dalam memberi masukan dalam pendapat reponden lainnya dan masih banyak diam dalam mengemukakan pendapat. Namun demikian responden tetap mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan baik tetap memberikan tanggapan mengungkapkan pada saat sesi Tanya jawab sampai kegiatan selesai,

Pertemuan kedua dilakukan pada tanggal 17 juni 2022. Pada pertemuan kedua ini peneliti memfokuskan konsentrasi santriwati pada proses perilaku, peneliti memimpin kegiatan dalam berdoa dan salam. Pada pertemuan kedua ini peneliti dan responden lebih berfokus pada diskusi mengenai masalah yang di hadapi berfokus dalam kedisiplinan dengan melakukan kegiatan konseling kelompok *behavior*, karena pada sesi pertama telah di paparkannya materi mengenai konseling kelompok pendekatan *behavior* dan kedisiplinan, peneliti juga mengarahkan antar anggota kelompok untuk saling menjaga rahasia selama

mengikuti kegiatan konseling dan untuk saling terbuka dan saling memeberikan masukan mengenai topic yang akan di berikan, dimana dalam sesi ini respondek di arahkan untuk saling mengungkapkan masalah masing masing, setelah pengungkapan maka dapat di tarik kesimpulan mengenai permasalahan yang di sepakati atau di setuju antar semua anggota, yaitu mengenai menyadari perilaku tidak disiplin. Agar tercapainya tujuan pada tahap ini maka peneliti meminta agar responden dapat menyadari tingkah laku atau perilaku responden yang kurang dalam sikap kedisiplinan, serta mengerti letak kesalahan pada sikap atau tingkah laku kedisiplina. Setelah responden mengemukakan pendapat dimana letak kesalahanya dan ini merupakan tujuan dari suatu diskusi konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan behavior adalah menyadari dan memahami tingkah laku yang negative agar dapat di ubah menjadi tingkah laku positif. Salah satu responden untuk mewakili dalam mengungkapkan pendapat menjawab, “jika tidak adanya penyadaran diri sendiri maka tidak akan terciptanya suatu sikap disiplin”.

Pada ketiga dilaksanakan pada 24 juni 2022. Pada tahap menggunakan teknik behavior yang dalam penguatan positif dimana memberikan pengutan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diharapkan muncul, hal tersebut bertujuan agar tingkah laku yang diharapkan cenderung akan diulang, meningkat dan menetap di masa yang akan datang, dengan proses belajar yang efektif untuk mengubah prilaku maladaktif melakukan penetapan tujuan. ini sepeti biasa di awali dengan membaca doa dan salam serta saling menyapa antar anggota kelompok. Pada sesi kegiatan ini peneliti memastikan bahwa kegiatan berjalan kondusif dan lancar serta kesiapan responden dalam mengikuti kegiatan, dengan pembahasan yang di lanjutkan pada pertemuan kedua dimana responden sudah mulai menyadari letak kesalahan pada perilaku responden, maka pembahasan ini adalah cara meningkatkan kedisiplinan diri. Untuk tercapainnya proses kegiatan ini dengan tujuan dari pembahasan ini yaitu dimana responden saling mengemukakan pendapat bagaimana cara meningkatkan kedisiplinan diri, maka responden menjawab”agar kedisiplinan dapat diterapkan dan mengalami peningkatan perilaku diri yang pertama adalah menyadari kesalahan, mencoba untuk tidak melakukan kesalahan yang sama, melatih diri untuk mematuhi peraturan, memaksakan diri berubah”

Setelah dilakukan treatment melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior, selanjutnya dilakukan penyebaran angket untuk melihat perubahan kedisiplinan santri. Hasil tes dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil tes akhir tingkat kedisiplinan santriwati

No Responden	Posttest	Kriteria
1	125	Tinggi
2	135	Tinggi
3	137	Tinggi
4	133	Tinggi
5	138	Tinggi
6	133	Tinggi
7	130	Tinggi
8	131	Tinggi
9	139	Tinggi

Berdasarkan tabel 1 diketahui ada 9 peserta responden yang telah mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok atau yang telah di berikannya perlakuan (*treatment*), dimana dapat di lihat responden yang telah mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok ini mengalami perubahan. Dengan hasil yang dapat di amati dari karakter atau kategori tinggi, rendah, sedang, yang dimana dapat di lihat hasil dari *posttest* dari tabel secara keseluruhan responden mendapatkan hasil yang tinggi atau dapat di kategorikan tinggi. Dari hasil ini, secara deskriptif ada peningkatan kedisiplinan santri setelah diberikan layanan konseling kelompok. Hal ini terlihat dari hasil tes juga kriteria yang dicapai. Namun untuk menguji hipotesis adanya pengaruh layanan konseling dengan pendekatan *behavior* terhadap kedisiplinan santriwati tingkat awal di Pondok Pesantren Nurul Maad maka dilakukan analisis data secara inferensial menggunakan uji perbandingan rata-rata sampel berpasangan (*Paired Samples Test*). Hasil perhitungan dengan bantuan SPSS dapat dilihat pada tabel 3.

Dari tabel 3, diketahui nilai dari Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka terdapat perbedaan kedisiplinan santri antara hasil pretest dan posttest. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan berpengaruh terhadap kedisiplinan santriwati.

Tabel 3. Hasil uji perbandingan rata-rata sampel berpasangan

		Paired Differences		T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation			
Pair 1	<i>pretest - posttest</i>	48.22222	20.02984	-7.223	8	0.000

Dengan adanya pengaruh layanan konseling dengan pendekatan *behavior* terhadap kedisiplinan maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling dengan pendekatan *behavior* dapat meningkatkan kedisiplinan santriwati tingkat awal di Pondok Pesantren Nurul Maad. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi santri diungkap dan didinamikan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan komunikasi santri berkembang secara optimal (Prayitno, 2008). Layanan konseling kelompok adalah membantu individu mencapai perkembangan yang optimal (Smith, 2011; Suryani & Khairani, 2016). Di samping itu, kemungkinan lain yang menjadi faktor peningkatan kedisiplinan adalah santri itu sendiri (internal), yaitu kecenderungan minat yang tinggi untuk berani berubah dan mengendalikan diri dalam usahanya untuk mencapai kebutuhan dasar secara bertanggung jawab dan realistis. Teori pilihan (*choice theory*) menjelaskan bahwa satu-satunya orang yang bisa anda kendalikan untuk mencapai kebutuhan dasar menurut terapi realitas adalah diri anda sendiri (Glasser 1989, Corey 2005). Ini berarti bahwa individu sangat menentukan dalam hubungannya pencapaian kebutuhan dasar secara realistis dan bertanggung jawab. Individu itu sendirilah yang memilih dirinya, untuk dirinya dan dia sendiri juga yang memilih bagaimana caranya untuk mencapai kebutuhan dasar secara sehat, tanpa harus melanggar aturan/norma/hukum yang berlaku (*right*), bertanggung jawab dan realistis.

Pengendalian diri menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas penting dari orang yang dapat mengatur impuls pikiran kebiasaan, emosi dan tingkah laku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan masyarakat (Gilliom et al, 2002, Berk 1993). Individu dengan pengendalian diri tinggi, sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Rachlin (1995) & Kendal (1993) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki aspek pengendalian diri tinggi, dapat membantu individu dalam (a) menyadari peranan pikiran dalam memunculkan emosi, (b) mengendalikan pikiran-pikiran untuk mengatasi emosi sesaat yang mengganggu, dan (c) menggunakan teknik-teknik yang efektif untuk mengendalikan atau mengubah perilaku yang tidak realistis.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh layanan konseling dengan pendekatan *behavior* terhadap kedisiplinan maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling dengan pendekatan *behavior* dapat meningkatkan kedisiplinan santriwati tingkat awal di Pondok Pesantren Nurul Maad.

DAFTAR PUSTAKA

- Berk. (1993). *Infants, Children, and Adolescents*. Massachus: Allyn & Bacon.
- Corey G. (2005). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, seventh edition*. California State University, Fullerton Diplomate in Counseling Psychology, American Board of Professional Psycholog: Brooks/Cole.
- Elvina, S. N. (2019). Teknik self management dalam pengelolaan strategi waktu kehidupan pribadi yang efektif. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2), 123-138.
- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 69-84.

- Glasser, W. (1989). *Control Theory in the Practice of Reality Therapy*. New York:Harper & Row.
- Gilliom, M., Shaw, D. S., Beck, J. E., Schonberg, M. A., & Lukon, J. L. (2002). Anger regulation in disadvantaged preschool boys: strategies, antecedents, and the development of self-control. *Developmental psychology, 38*(2), 222.
- Kendall, P. C. (1993). Cognitive-behavioral therapies with youth: guiding theory, current status, and emerging developments. *Journal of Consulting and clinical psychology, 61*(2), 235.
- Luddin, A. B. M. (2010). *Dasar Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*. Bandung: Ciptapustaka Media Perintis.
- Muslich, A. W. (2005). *Hukum Pidana Islam*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Prabowo, A. S., & Cahyawulan, W. (2016). Pendekatan Behavioral: Dua Sisi Mata Pisau. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling, 5*(1), 15-19.
- Prayitno. (2008). *Pedoman Pelaksanaan Pelayanan Konseling pada Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*
- Rachlin, H. (1995). *Self Control: Beyond Commitment Behavioral and Brain Scieeces Psychology*. Departement SUNY at story Brook N.Y. 11794-2500. Hrachlin@Psych.Ipsy.SUNYSB.Edu.
- Sari, D. R., & Rasyidah, A. Z. (2019). Peran Orang Tua Pada Kemandirian Anak Usia Dini. *Early Childhood: Jurnal Pendidikan, 3*(1), 45-57.
- Smith, M. B. (2011). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara. *Jurnal Penelitian dan Pendidikan, 8*(1), 22-32.
- Suryani, S., & Khairani, K. (2016). Pendapat Siswa tentang Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok. *Konselor, 2*(4), 180-185.