



EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI KECENDERUNGAN PERILAKU MEMBOLOS SISWA SMP NEGERI 2 BATUATAS

Sunarti Kaimudin; Rasman Sastra Wijaya

Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Buton, Kota Baubau

Email: 09sunartikaimudin@gmail.com.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa. Metode penelitian menggunakan *experimental* dengan desain penelitian *Pre Experimental Desain: One Group Pretest-Posttest design* dan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Batuatas yang berjumlah 22 siswa, dan sampel dalam penelitian ini 6 siswa teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling* jenuh. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara dan skala kecenderungan perilaku membolos. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*. Adapun hasil dalam penelitian ini mengalami pengurangan kecenderungan perilaku membolos dapat dilihat pada skor *pretest* 597 atau rata-rata atau mean 99,5, dan skor pada *posttest* 379 atau nilai rata-rata atau mean 63,1. Hasil analisis uji test statistik uji *wilcoxon* masing-masing *pretest* dan *posttest* menunjukkan nilai $Z (-2.264^a)$ dan pada nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar $0.004 < 0.05$ atau ($p < 0.05$), yang berarti ada perbedaan yang signifikan pada pengisian skala perilaku membolos siswa sebelum diberikan konseling kelompok teknik *self management (pretest)* dan setelah diberikan konseling kelompok teknik *self management (posttest)*.

Kata Kunci : Konseling Kelompok; *Self Management*; Kecenderungan Perilaku Membolos

PENDAHULUAN

Perilaku membolos sebenarnya bukan hal yang baru lagi bagi siswa, sebab perilaku membolos itu sendiri telah ada sejak dulu. Tindakan membolos sebagai sebuah jawaban atas kejenuhan yang sering dialami oleh siswa. Pada akhirnya membolos menjadi fenomena yang menghambat proses pembelajaran siswa dan apabila masalah ini tidak segera ditangani secara serius maka dikhawatirkan banyak hal negatif yang muncul sebagai dampak dari perilaku tersebut.

Perilaku membolos merupakan tanggapan atau reaksi individu yang terwujud dalam gerakan meninggalkan pelajaran saat jam pelajaran berlangsung dan tidak mengikuti proses belajar mengajar di sekolah (Afkarina et al., 2022). Perilaku membolos yang dilakukan siswa dengan bermacam-macam alasan merupakan usaha untuk membela diri mereka agar tidak mendapatkan hukuman yang berat dari sekolahnya atau agar tidak mendapat surat panggilan orang tua serta surat pelanggaran tata tertib. Perilaku membolos ini juga termasuk dalam kategori kenakalan remaja yang terjadi di sekolah dan dapat berakibat buruk pada siswa itu sendiri bahkan akan berakibat buruk juga kepada teman, keluarga dan lingkungan sosialnya.

Menurut Rahmawati (2022) menyatakan bahwa membolos sekolah lalu bergelandangan

sepanjang jalan atau bersembunyi di tempat-tempat terpencil sambil melakukan eksperimen dengan bermacam-macam kedurjanaan dan tindak a-susila. membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian lingkungan yang buruk (Vibrianti 2023). Sarwono (2018) menyatakan bahwa kenakalan yang melawan status, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, mengingkari status orang tua dengan cara minggat dari rumah atau membantah perintah mereka, dan sebagainya.

Terjadinya perilaku membolos tersebut siswa terhadap mata pelajaran tertentu didalam kelas yang diakibatkan guru yang mengajar menggunakan pendekatan, model atau metode yang secara konvensional itu-itu saja, seperti ceramah, diskusi dan pemberian tugas. Disamping itu faktor internal siswa juga berpengaruh akibat kurangnya perhatian dari orang tua sehingga malas untuk masuk sekolah. Hal ini juga dirasakan oleh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas yang hampir setiap hari membolos/tidak mengikuti pembelajaran yang berlangsung, namun demikian terlepas sekecil apapun dari jumlah tersebut harus menjadi perhatian bagi semua pihak terutama seluruh komponen di sekolah itu sendiri, sehingga pada

akhirnya dapat berefek positif kepada teman-temannya dan tidak merugikan dirinya dan orang lain.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMP Negeri 2 Batutas siswa membolos pada saat jam pelajaran berlangsung dengan berbagai alasan seperti halnya dengan alasan izin pulang mengambil tugas yang ketinggalan di rumah dan pada akhirnya siswa tidak kembali ke sekolah, izin pulang karena beralasan sakit, siswa keluar pada saat pembelajaran berlangsung tanpa meminta izin pada guru mata pelajaran yang berlangsung. Hasil wawancara dengan siswa yaitu proses belajar mengajar membosankan, merasa bodoh di bandingkan teman-teman, kurang berminat dalam mata pelajaran tertentu, takut masuk karena tidak mengerjakan tugas, terpengaruh oleh teman yang membolos, dan tidak senang dengan cara mengajar guru.

Selanjutnya menurut keterangan yang diperoleh dari salah satu guru mata pelajaran di sekolah tersebut fenomena membolos di SMP Negeri 2 Batutas sering terjadi pada siswa kelas VII yakni terlambat mengikuti pembelajaran di kelas, keluar masuk kelas tanpa izin dengan guru. Sehingga berdampak pada tugas-tugas yang di berikan tidak mengerjakannya, dan bahkan tidak mengikuti ulangan harian.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMP Negeri 2 Batutas mengatakan bahwa ada beberapa siswa yang mempunyai presentasi membolos paling tinggi dibanding siswa yang lain, seperti tidak masuk sekolah tanpa izin, membolos dengan cara melompat pagar, tidak mengikuti pembelajaran yang berlangsung di kelas, yakni sering tidak mengikuti proses pembelajaran di dalam kelas tanpa keterangan yang jelas, dan pulang mendahului waktu pulang yang ditetapkan oleh sekolah. Salah satu alasan siswa sering datang terlambat ke sekolah. Karena takut untuk dihukum, sehingga sering kali siswa memutuskan untuk membolos.

Perilaku membolos yang dilakukan siswa juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. Menurut keterangan guru BK bahwa yang mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran siswa tersebut pada dasarnya mempunyai prestasi belajar yang kurang baik. Dalam hal ini siswa tersebut mempunyai prestasi belajar berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi siswa tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan harian yang berada dibawah rata-rata. Rendahnya prestasi belajar siswa menurut beberapa guru mata pelajaran terjadi karena siswa tidak menguasai materi pelajaran yang disampaikan dan juga tidak memiliki catatan lengkap terkait mata pelajaran yang dipelajarinya. Selain itu sering kali siswa juga tidak

mengumpulkan tugas dan tidak mengikuti ulangan harian.

Melihat banyaknya dampak negatif yang muncul dari perilaku membolos tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Perilaku tersebut juga tergolong perilaku yang tidak adaptif sehingga di berikan sebuah perlakuan yaitu salah satunya menggunakan konseling kelompok teknik *self management*.

Menurut Wardati dan Mohammad Jauhar, (Smp et al., n.d.) merupakan suatu layanan yang membantu dalam pembahasan dan pengentasan masalah pribadi melalui di namika kelompok. Konseling kelompok tidak hanya di berikan kepada sekedar sejumlah orang, melainkan kelompok atau kumpulan orang tersebut perlu memenuhi kriteria-kriterian sehingga bisa di katakan suatu kelompok. Layanan konseling kelompok adalah layanan yang di berikan kepada sekelompok konseli guna mengatasi masalah secara bersama, sehingga mereka tidak mengalami hambatan untuk mengembangkan potensi syang di miliki secara optimal. Salah satu pendekatan bimbingan konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi masalah tersebut adalah konseling Behavior. Menurut Kazdin dalam (Jayanti 2020) Konseling *behavioral* adalah pengetrapan dari penelitian dan teori dasar dari psikologi eksperimental untuk mempengaruhi perilaku dengan tujuan untuk mengatasi problema social dan individual dan meningkatkan berfungsinya sifat manusia. Secara garis besar tugas konselor dalam konseling *behavioral* adalah mengenali serta mengeksplorasi segala kondisi mengenai individu dan membantu individu menjadi model pengambilan keputusan bagi dirinya sendiri untuk waktu yang akan datang (Al Aslamiyah et al., 2019).

Menurut Suwanto & Insan, (Suwanto, 2016) Teknik konseling kelompok yang digunakan dalam mengatasi perilaku membolos dalam konseling behavior ini adalah tekhnik *self management*. *Self management* adalah suatu strategi pengubahan perilaku yang dalam prosesnya individu mengarahkan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau terapeutik. Menurut Gunarsa, (Yohana et al., 2022) teknik *self management* meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), reinforcement yang positif (*self reward*), perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*), dan penguasaan terhadap ransangan (*stimulus control*). Terkait dengan kasus perilaku membolos, dalam teknik *self management* guru pembimbing berperan membantu siswa agar mereka dapat mengembangkan potensi dan memecahkan setiap masalahnya dengan mengimplementasikan seperangkat prinsip atau teknik tersebut

Penerapan teknik *self management* dengan mengkombinasikan teknik biasanya lebih berguna dari pada menggunakan satu teknik saja

Menurut Erinawati, (Erinawati, 2022) ada tiga teknik yang fisibel untuk diterapkan dalam melakukan strategi pengelolaan diri, yaitu: pantau diri (*self-monitoring*), kendali stimulus (*stimulus control*), dan ganjar diri (*self-reward*). Dalam upaya mengurangi perilaku membolos kali ini akan digunakan kombinasi teknik yaitu menggunakan teknik pemantauan diri dan kendali stimulus dengan tujuan agar lebih efektif.

Pemantauan diri merupakan proses dimana siswa yang membolos diminta mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Proses pemantauan diri digunakan siswa untuk mengumpulkan base line data mengenai perilaku membolos dalam suatu proses treatment. Pemantauan diri juga dapat menghasilkan perubahan, ketika siswa mengumpulkan data tentang dirinya, data tersebut dapat mempengaruhi perilakunya lebih lanjut.

METODE

Menurut Punaji Setyosari, (2015:46-47) penelitian kuantitatif erat kaitanya dengan paradigma positivistik. Para penganut pandangan positivistik ini berkeyakinan bahwa prinsip dan hukum yang bersifat umumlah yang mengatur lingkungan kehidupan sosial sebagaimana yang mengatur lingkungan fisik. Penelitian yang menganut pandangan prositivistas di landasi oleh asumsi bahwa hal yang utama dalam lingkungan sosial merupakan realitas yang bersifat bebas atau idenpenden dan relatif konstan terhadap perubahan waktu dan latar.

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan adalah *Pre-Experimental* dengan bentuk *design One-Group Pretest-Posttest Design*. Rancangan penelitian ini sedikit berbeda dengan rancangan *one-shot case study*. karena rancangan ini memberikan tes awal sebelum perlakuan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 1. Desain Penelitian *One Group Pre-Test Post-Test Design*

<i>Pre test ()</i>	<i>Perlakuan</i>	<i>Post test</i>
O1	(X)	(O2)

Keterangan:

- Pengukuran (*pre-test*/skala penilaian awal), untuk mengukur perilaku membolos siswa sebelum dilakukan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Pelaksanaan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *self management* pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas. pengukuran (*post test*/skala penilaian akhir), untuk mengukur perilaku membolos siswa setelah dilakukan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

Yang dimaksud dengan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Saputra 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Batuatas yang terdiri dari 1 kelas dengan jumlah 22 siswa

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa di kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas berjumlah 6 siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas yang akan diberikan *treatment* untuk di kurangi kecenderungan perilaku membolos.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengungkap data efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk kecenderungan perilaku membolos siswa adalah instrumen/ skala perilaku membolos dengan menggunakan analisis *uji wilcoxon*. pada uji *wilcoxon* ini di gunakan untuk membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* kelompok yang di berikan perlakuan/kelompok untuk di kurangi perilaku membolos siswa. Pernyataan dan teknik ini jika nilai signifikansi atau *Asymp. Sig (2-tailed)* < 0.05, maka hipotesis diterima, namun jika nilai signifikansi atau *Asymp. Sig(2-tailed)* > 0.05 maka hipotesis ditolak. analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 16.00 for windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dengan judul "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas" telah dilaksanakan pada bulan Maret-April tahun 2023. Penelitian ini dilaksanakan

bertujuan untuk mengurangi kecenderungan perilaku membolos siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas. Dalam menangani permasalahan ini peneliti menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

Kategorisasi tersebut didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar hipotetik masing-masing variabel yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Kategorisasi Gambaran Umum Hasil *Pretest* Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa

	Interval	F	%	Kategorisasi
Perilaku Membolos	$X < 64$	5	23	Rendah
	$96 \leq X < 64$	11	50	Sedang
	$96 \leq X$	6	27	Tinggi
	Total	22	100	

Berdasarkan hasil gambaran umum atau kategorisasi *pretest* menunjukkan bahwa rendah terdiri dari 5 siswa dengan presentasi 23%, kategori sedang 11 siswa dengan presentase 50% dan kategori tinggi 6 siswa dengan presentase 27%. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian subyek penelitian memiliki kecenderungan perilaku membolos siswa yang cukup baik atau dalam kategori sedang dan rendah, selebihnya adalah siswa memiliki kecenderungan perilaku membolos siswa yang tinggi. Sehingga siswa yang memiliki kategori tinggi berjumlah 6 siswa yang akan diberikan *treatment* dengan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi kecenderungan perilaku membolos. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Kategorisasi *Pre-test* Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa

Interval	Frekuensi	%	Kategorisasi
$X < 64$	0	0	Rendah
$96 \leq X < 64$	0	0	Sedang
$96 \leq X$	6	100	Tinggi
Jumlah		100	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa data *pre-test* dalam penelitian ini berdasarkan tiga kategorisasi, tinggi 6 siswa dengan presentase(100%), kategori sedang(0%) dan kategori rendah(0%). Data *pre-test* di jadikan sebagai subjek penelitian yang artinya siswa yang di berikan *treatment*.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 14Maret sampai dengan 14 Aprilsiswakelas VII SMP Negeri 2 Batuatas.peneliti memberikan perlakuan melalui pemberian konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku

siswa sesuai dengan rancangan yang telah dibuat oleh peneliti selama 8 kali pertemuan dengan durasi waktu 1x45 menit.

Setelah siswa mendapatkan *treatment* berupa konseling kelompok teknik *self management*, di ketahu terjadi pengurangan kecenderungan perilaku membolos siswa. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 Kategorisasi *Post-test* Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa

Interval	Frekuensi	%	Kategorisasi
$X < 64$	4	67	Rendah
$96 \leq X < 64$	2	33	Sedang
$96 \leq X$	0	0	Tinggi
Jumlah		100	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa pada hasil *post-test* dengan kategori rendah 4 siswa dengan presentase(67%), kategori sedang terdiri 2 siswa dengan presentase (33%) dan kategori rendah terdiri 0 siswa dengan presentas(0%). Sehingga dapat di simpulkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok teknik *self management* efektif mengurangi kecenderungan perilaku membolossiswa.

Tabel 5. Perbedaan hasil data *Pretest*, *Posttest*, dan Gain Skor Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa.

Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Gain Skor
AM	101	75	26
AF	97	59	38
AD	98	60	38
MG	98	55	43
R	103	72	31
AZ	100	58	42
Jumlah	597	379	218
Rata-rata	99,5	63,1	36,3

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa adanya penurunan yang sangat signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Rata-rata *pretest* perilaku membolos siswa memperoleh nilai adalah 99,5 (termasuk kategori tinggi) > rata-rata *posttest* perilaku membolos siswa memperoleh nilai adalah 63,1 (termasuk dalam kategori rendah) maka terlihat bahwa penurunan kecenderungan perilaku membolos siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

Pengurangan ini dapat dilihat berdasarkan uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Berikut adalah hasil uji *wilcoxon* dengan menggunakan perhitungan SPSS (*statistical Product and Service Solutions*) versi 16.0 for Windows:

Tabel 6. Test Statistics^b uji wilcoxon(Sumber: SPSS For 16.0)

Kelompok	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pre-test-Pos-test	-2.264 ^a	0.004

Hasil analisis uji test statistik uji *wilcoxon* pada hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan nilai *Asymp. Sig(2-tailed)* sebesar $0.004 < 0.05$ atau ($p < 0.05$), dalam pernyataan tersebut menendahkan bahwa ada perbedaan yang sebelum di berikan *treatment* dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self managemant(pre-test)* dan setelah diberikan *treatment* dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self managemant (post-test)*, sehingga konseling kelompok dengan teknik *self managemant* efektif dapat mengurangi kecenderungan perilaku membolos siswa SMP Negeri 2 Batuatas.

Pembahasan

Gambaran umum atau kategorisasi *pretest* menunjukkan bahwa rendah terdiri dari 5 siswa dengan presentasi 23%, kategori sedang 11 siswa dengan presentase 50% dan kategori tinggi 6 siswa dengan presentase 27%. Sehingga siswa yang memiliki kategori tinggi berjumlah 6 siswa yang akan diberikan *treatment* dengan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi kecenderungan perilaku membolos. Kemudian setelah diberikan *treatment* kecenderungan perilaku membolos siswa mengalami pengurangan dapat dilihat pada hasil *post-test* dengan kategori rendah 4 siswa dengan presentase(67%), kategori sedang terdiri 2 siswa dengan presentase (33%) dan kategori rendah terdiri 0 siswa dengan presentas(0%). Hal lain dapat dibuktikan dengan hasil skor yaitu pada skor *pretest* 597 atau rata-rata atau mean 99,5 , dan skor pada *posttest* 379 atau nilai rata- rata atau mean 63,1 sehingga dinyatakan mengalami penurunan. Dalam memberikan *treatment* atau perlakuan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management* dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi kecenderungan perilaku membolos siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas.

Berdasarkan aspek kecenderungan perilaku membolos mengalami pengurangan dapat dilihat hasil sebelum dan sesudah di berikan *treatment*

yaitu pada aspek personal pada skor *pretest* 200 atau rata-rata atau mean 33,3 dan skor pada *posttest* 124 atau nilai rata- rata atau mean 20,6. pada aspek sekolah pada skor *pretest* 213 atau rata-rata atau mean 35,5 dan skor pada *posttest* 128 atau nilai rata- rata atau mean 21,3. Dan pada aspek keluarga pada skor *pretest* 184 atau rata-rata atau mean 30,6 dan skor pada *posttest* 117 atau nilai rata- rata atau mean 19,5. Hal ini menunjukkan bahwa mengalami pengurangan kecenderungan perilaku membolos siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas.

Hasil analisis uji test statistik uji *wilcoxon* masing-masing *pretest* dan *posttest* mengalami perbedaan yang signifikan pada pengisian skala kecenderungan perilaku membolos sebelum diberikan konseling kelompok teknik *self management (pretest)* dan setelah diberikan konseling kelompok teknik *self management (posttest)*, sehingga konseling kelompok teknik *self management* efektif mengurangi perilaku membolos siswa SMP Negeri 2 Batuatas. Penelitian ini membuktikan bahwa konseling kelompok teknik *self managemant* dapat menurunkan kecenderungan perilaku membolos siswa. Pemberian teknik *self managemant* adalah alternatif bantuan bagi siswa yang berperilaku membolos.

Hal ini sesuai dengan pendapat Cormier & Cormier (Gantina Komalasari, 2016) mengatakan bahwa, *self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya siswa mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik. Dengan tahapan-tahapannya yaitu tahap monitori diri atau observasi diri, tahap evaluasi diri, dan tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman. *self management* dapat membantu merubah perilaku negatifnya dan mengembangkan perilaku positifnya dengan jalan mengamati diri sendiri, mencatat perilaku-perilaku tertentu (pikiran, perasaan, dan tindakannya) dan interaksinya dengan peristiwa-peristiwa lingkungannya, menata kembali lingkungan sebagai syarat khusus atau respon tertentu, Serta menghadirkan diri dan menentukan sendiri stimulus positif yang mengikuti respon yang diinginkan. Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh ulfa yang menyimpulkan bahwa teknik *self management* dapat menurunkan prokrastinasi akademik siswa dan meningkatkan kebiasaan belajar (Ulfa, et. al, 2023; Ulfa & Suarningsih, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian pelaksanaan konseling kelompok teknik *self management* efektif mengurangi kecenderungan perilaku membolos siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas. setelah diberikan konseling kelompok teknik *self management* selama 8 kali pertemuan, siswa

mampu mengurangi kecenderungan perilaku membolosnya, dapat dilihat hasil skor yaitu pada skor *pretest* 597 atau rata-rata atau mean 99,5 dan skor pada *posttest* 379 atau nilai rata-rata/mean 63,1 sehingga dinyatakan mengalami penurunan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif mengurangi kecenderungan perilaku membolos siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas.

SIMPULANDAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran umum atau kategorisasi *pretest* menunjukkan bahwa rendah terdiri dari 5 siswa dengan presentasi 23%, kategori sedang 11 siswa dengan presentase 50% dan kategori tinggi 6 siswa dengan presentase 27%. Sehingga siswa yang memiliki kategori tinggi berjumlah 6 siswa yang akan diberikan *treatment* dengan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi kecenderungan perilaku membolos.
2. Konseling kelompok teknik *self management* efektif dapat mengurangi Kecenderungan perilaku membolos siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas. setelah diberikan konseling kelompok teknik *self management* selama 8 kali pertemuan siswa mampu mengurangi kecenderungan perilaku membolosnya, dapat dilihat hasil skor yaitu pada skor *pretest* 597 atau rata-rata atau mean 99,5 dan skor pada *posttest* 379 atau nilai rata-rata atau mean 63,1 sehingga dinyatakan mengalami penurunan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif mengurangi Kecenderungan perilaku membolos siswa kelas VII SMP Negeri 2 Batuatas.
3. Hasil analisis uji test statistik uji *wilcoxon* masing-masing *pretest* dan *posttest* menunjukkan nilai Z (-2.264^a) dan pada nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar $0.004 < 0.05$ atau ($p < 0.05$), yang berarti ada perbedaan yang signifikan pada pengisian skala kecenderungan perilaku membolos siswa sebelum diberikan konseling kelompok teknik *self management* (*pretest*) dan setelah diberikan konseling kelompok teknik *self management* (*posttest*).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan, maka peneliti memberikan saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak lain:

1. Bagi pihak sekolah
Untuk guru bimbingan dan konseling dapat terus mengembangkan layanan bimbingan dan konseling baik melalui layanan bimbingan individu, kelompok maupun klasikal, karena dengan hal tersebut implementasi layanan bimbingan kelompok pada khususnya, dapat lebih dikembangkan melalui media-media bimbingan dan konseling agar metode pemberian layanan bimbingan dan konseling kelompok lebih bervariasi.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti kejenuhan belajar dan konseling kelompok teknik *self management* untuk dapat menguji variabel lain yang lebih signifikan dan menggunakan teknik konseling yang lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afkarina, A. S., Mahmudah, M., Khauli, M. I., & Jauhariyah, N. A. (2022). Peran Konseling Individu Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Siswa Mts Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi. *JKaKa: Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 2(2), 134–147.
- Al Aslamiah, T., Setyosari, P., & Praherdhiono, H. (2019). Blended Learning Dan Kemandirian Belajar Mahasiswa Teknologi Pendidikan. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2(2), 109–114.
<https://doi.org/10.17977/um038v2i22019p109>
- Erinawati. (2022). *Management Terhadap Motivasi Belajar Management Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Di Sma N 1 Bangunrejo*.
- Jayanti, N. K. D., Dantes, N., & Dharsana, I. K. (2020). Konseling Bevhioral dengan Teknik Role Playing Melalui Lesson Study untuk Meningkatkan Self Afiliasi. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(1), 41–49.
<https://doi.org/10.23887/jibk.v10i1.22212>
- Rahmawati, E. D., Oktavia, C., & Sholichah, I. F. (2022). Teknik Self-Management untuk Menurunkan Perilaku Membolos pada Siswa MA. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 6(2).

- Rosita, R., & Rasman Sastra Wijaya. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Membolos Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Baubau. *Frame (Jurnal Ilmiah Mahasiswa)*, 2(01), 118–123. Retrieved from <https://jurnal-umbuton.ac.id/index.php/frame/article/view/4985>.
- Saputra, W., Studi, P., Dan, B., Keguruan, F., Ilmu, D. A. N., & Tarakan, U. B. (2018). *perilaku membolos siswa kelas xii sma membolos siswa kelas xii sma mulawarman tarakan*.
- Shintia, n. (2023). *Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Dalam Kegiatan Beribadah Di SMP Al Azhar 1 Bandar Lampung* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).
- Suwanto, I. (2016). Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.26737/jbki.v1i1.96>
- Ulfa, M., Taherong, R., & Arifin, A. (2024). Menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa Pasca Pandemic Covid-19 Melalui Konseling Kelompok Teknik Self Management. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 4450–4471. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i1.8387>
- Vibrianti, S. R., Kiswantoro, A., & Mahardika, N. (2023). Penerapan Layanan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku