

PENURUNAN PERILAKU MEMBOLOS SISWA MELALUI PENDEKATAN KONSELING SINGKAT BERFOKUS SOLUSI

Dwi Ratnawati Wahyuningsih^{1*}, Budi Purwoko², Bakhrudin All Habsy³

¹²³Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya,
Surabaya, Indonesia

*24011355033@mhs.unesa.ac.id

Keywords

*Solution-Focused
Brief Counseling;
Truancy;
Students*

Abstract

This study aims to explore the effectiveness of Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) in reducing student truancy behavior. Employing a guidance and counseling action research methodology, the research involved three 11th-grade students identified with habitual truancy. The SFBC approach emphasizes problem resolution by identifying precise solutions tailored to students' challenges. The study was conducted over two cycles, each comprising four stages: planning, implementation of SFBC, observation, and reflection. In the first cycle, a reduction in truancy was observed: student A decreased from 7 to 4 instances, student B from 4 to 2, and student C from 5 to 3. The second cycle demonstrated a more significant decline: student A from 4 to 1, student B from 2 to 0, and student C from 3 to 1. These findings suggest that SFBC is an effective intervention for mitigating truancy among students.

Kata Kunci

Berfokus Solusi;
Membolos;
Siswa

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pengetahuan mengenai penurunan perilaku membolos siswa melalui pendekatan konseling singkat berfokus solusi. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan dalam bimbingan konseling (PTBK). Subjek dari penelitian adalah siswa kelas XI yang memiliki perilaku membolos yang berjumlah 3 orang. Pendekatan konseling singkat berfokus solusi yang menekankan pada penyelesaian masalah dengan mencari solusi secara tepat yang dihadapi siswa. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, masing-masing siklus mempunyai prosedur 4 tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi, pengamatan, dan refleksi. Pada siklus satu dapat dilihat adanya penurunan perilaku membolos konseli A dari 7 menjadi 4, konseli B dari 4 menjadi 2, dan konseli C dari 5

menjadi 3. Pada siklus dua diketahui terdapat penurunan yang signifikan dari masing-masing siswa yaitu konseli A dari 4 menjadi 1, konseli B dari 2 menjadi 0, dan konseli C dari 3 menjadi 1. Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa konseling singkat berfokus solusi efektif dalam menurunkan perilaku membolos siswa.

Pendahuluan

Perilaku membolos merupakan perilaku tidak masuk sekolah tanpa izin dan alasan yang tepat. Adapun yang menjadi salah satu penyebab perilaku membolos siswa tidak masuk pembelajaran karena kurangnya kesadaran mengenai tanggung jawabnya sebagai siswa, malas mengerjakan tugas, teman yang kurang akrab, kurang motivasi, tidak fokus saat pembelajaran, sering tidur tengah malam yang menyebabkan siswa kesulitan untuk bangun pada pagi hari dan akhirnya tidak berangkat sekolah.

Membolos adalah masalah serius yang akan mempengaruhi keberhasilan belajar siswa. Selain itu membolos merupakan perilaku yang melanggar kedisiplinan terhadap peraturan di sekolah. Membolos merupakan perilaku tidak hadir atau absensi tanpa keterangan di sekolah. Perilaku membolos akan menjadi masalah besar yang akan mempengaruhi keberhasilan siswa, karena seringnya meninggalkan pembelajaran di sekolah. Perilaku membolos banyak terjadi pada siswa sekolah menengah, hasil survei penyebab siswa membolos yaitu pengaruh teman sebaya, kepribadian siswa, pola asuh orang tua, lingkungan yang penuh ancaman, mencemaskan, dan pihak sekolah yang kurang peduli yang terjadi pada siswa (Affandi, 2024).

Berdasarkan hasil survei permasalahan bimbingan konseling di sekolah, perilaku membolos yang dilakukan siswa dikarenakan bangun kesiangan, malas belajar, menghindari tugas sekolah, takut menjawab pertanyaan guru, ada keperluan penting, dan mencari perhatian. Perilaku membolos adalah perilaku siswa yang tidak menghadiri pembelajaran yang ada di sekolah dan hal ini membuat resah jika hal itu akan berakibat negatif untuk siswa jika masalah ini tidak segera diatasi.

Berdasarkan wawancara dengan tiga siswa yang sering membolos sekolah yang mengatakan bahwa mereka ingin mengurangi perilaku membolosnya tetapi tidak mengetahui cara atau solusi agar mereka mampu menurunkan perilaku membolosnya. Sebagai guru bimbingan konseling akan berupaya membantu dengan memberikan layanan konseling singkat berfokus solusi untuk mengurangi perilaku membolos.

Pemilihan konseling individu dengan pendekatan terapi singkat berfokus solusi untuk mengurangi perilaku membolos yang dialami oleh konseli karena berdasarkan hasil observasi dan wawancara perilaku membolos tidak ingin dilakukannya namun masing-masing tidak mengetahui caranya untuk mengatasinya.

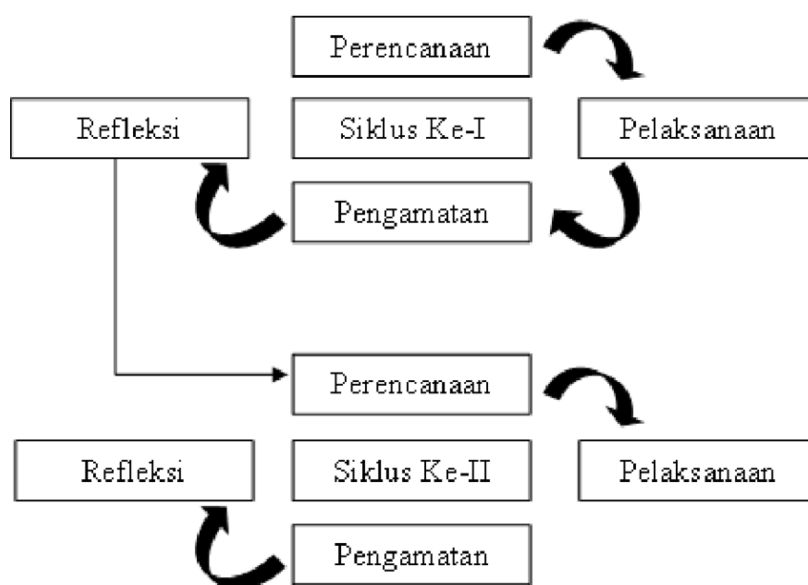
Melalui konseling singkat berfokus solusi konselor dan konseli dapat berkolaborasi dalam membantu permasalahan konseli dengan menemukan solusi-solusi mengurangi permasalahan membolos. Penerapan *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk mengurangi perilaku membolos di SMPN 33 Surabaya mengalami penurunan perilaku membolos (Setyowati, 2019). Penelitian juga dilakukan oleh Rahmawati (2022) pemberian intervensi pertanyaan ekspansi dapat mengurangi perilaku membolos siswa. Penelitian pendekatan SFBC efektif untuk meningkatkan efikasi diri (Maynawati, 2023).

Dalam konseling individu singkat berfokus solusi siswa adalah individu yang mandiri dan mampu menyelesaikan masalahnya dengan berkolaborasi dengan konselor untuk mengeksplorasi kelebihan konseli, penemuan solusi dan rencana tindakan intervensi yang akan dilakukan sehingga terbentuk perilaku positif baru yaitu menjadi individu yang lebih bertanggung jawab dengan solusi-solusi yang ditemukannya sendiri sehingga perilaku membolosnya mengalami penurunan.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini dilakukan untuk memberikan salah solusi bagi guru bimbingan konseling untuk mengurangi perilaku membolos siswa, karena perilaku membolos ini jika dibiarkan maka akan memicu permasalahan lainnya.

Metode Penelitian

Metode penelitian ini dengan menggunakan metode Penelitian Tindakan dalam Bimbingan Konseling (PTBK) dari model penelitian Kemmis dan Mc. Taggart (Arikunto, 2010). Menurut Suyadi (2014) metode penelitian dalam penelitian tindakan bimbingan konseling merupakan proses tindakan yang berisi langkah-langkah yang akan ditempuh peneliti untuk memberikan tindakan kepada konseli. Adapun subjek penelitian siswa yang mempunyai perilaku membolos. Berikut gambar bagan tentang penelitian tindakan bimbingan konseling, sebagai berikut:



Gambar 1. Bagan Model Penelitian Tindakan

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan observasi dan wawancara yaitu mengamati perilaku membolos konseli sebelum diberikan konseling singkat berfokus solusi. Perilaku membolos yang dialami konseli A yaitu sering tidak masuk sekolah tanpa keterangan, tidur larut malam, tidak konsentrasi mengikuti pelajaran, tidak bisa bangun pagi, dan tinggal di tempat kos. Hal yang membuat konseli melakukan perilaku membolos karena sering begadang, main game, dan kumpul bersama teman-teman. Hal inilah yang menyebabkan konseli sering tidak masuk ke sekolah tanpa keterangan. Berikutnya konseli B sering tidak masuk sekolah karena tidak akrab dengan teman sekelas, prestasi belajarnya menurun, hasil nilai ulangan kurang bagus, dan sakit

sering kambuh. Sedangkan penyebab konseli C tidak masuk sekolah karena bangun kesiangan, main ponsel sampai larut malam, dan sejak SMP tinggal dengan kakeknya dan kedua orang tuanya tinggal di luar kota sehingga konseli kurang perhatian dan pemantauan. Penelitian tindakan bimbingan konseling ini dilakukan dengan memberikan konseling singkat berfokus solusi ini dengan 2 tahapan yaitu siklus satu dan siklus dua.

Siklus 1

Pada siklus satu ini, terdiri atas 4 tahapan:

1. Perencanaan

Tindakan pada siklus 1 direncanakan selama 2 pertemuan yaitu minggu 3 dan 4 bulan Februari 2025. Pertemuan dilakukan di ruang bimbingan konseling. Pertemuan pertama untuk menyusun jadwal pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi, menentukan tempat dan pelaksanaan tindakan. Pada pertemuan kedua melaksanakan konseling dan evaluasi mengenai hasil yang dicapai.

2. Pelaksanaan

- a. Pembinaan hubungan, konselor menerima konseli dengan baik, mendengarkan apa yang dikeluhkan dengan empati, dan memberikan dukungan sehingga konseli merasa nyaman dan terbuka menceritakan masalahnya.
- b. Analisis masalah, konselor memberikan pertanyaan skala dan membuat konseli menunjukkan permasalahan membolusnya ada pada skala 1-10. Selain itu, konselor juga mendengarkan apa yang dirasakan konseli saat ini.
- c. Penentuan tujuan konseling, konselor mengajak konseli untuk menentukan tujuan konseling yaitu mengubah perilaku konseli menjadi lebih adaptif, dengan mengurangi perilaku membolusnya.
- d. Perancangan intervensi, konselor menggunakan teknik-teknik intervensi dalam bentuk pertanyaan keajaiban yang digunakan sebagai langkah-langkah perubahan perilaku membolos dan pertanyaan pengecualian, yang merupakan solusi nyata yang ditemukan konseli untuk mengurangi perilaku membolusnya.

- e. Pengakhiran, langkah terakhir yang dilakukan konselor adalah mengidentifikasi perubahan positif atas perilaku konseli, memberikan pujian atas kemampuannya bisa bangun pagi sehingga tidak terlambat ke sekolah dan mengikuti pembelajaran dengan baik, dan mengevaluasi tindak lanjut pemberian konseling singkat berfokus solusi pada siklus kedua.

3. Pengamatan

Tabel 1. Perilaku Membolos Siklus 1

Subjek	Kondisi Awal	Siklus 1
A	7	4
B	4	2
C	5	3

Pada hasil pengamatan perilaku membolos siswa pada saat kondisi awal sebelum diberikan konseling singkat berfokus solusi memperlihatkan perilaku membolos dengan jumlah terbanyak dilakukan oleh konseli A, C, kemudian B. Setelah diberikan layanan konseling individu singkat berfokus solusi pada siklus 1 terjadi perubahan perilaku membolos siswa, dalam hal ini siswa mulai paham akan perilaku membolusnya suatu hal yang merugikan dan bisa mencari solusi dan menerapkan perubahan-perubahan perilaku yaitu menjaga pola makan tinggi protein, berserat, melakukan aktifitas fisik pada sore harinya, sehingga ada perubahan pola tidur bisa tidur lebih awal dan masuk sekolah, meskipun masih belum maksimal.

4. Refleksi

Setelah melakukan konseling singkat berfokus solusi pada siklus pertama, terdapat refleksi yaitu rentang waktu pembangunan hubungan baik terlalu singkat, fokus pada permasalahan yang dialami konseli tidak banyak bertanya tentang masa lalu konseli, menggunakan pertanyaan keajaiban untuk meningkatkan perilaku positif konseli. Setelah mengikuti konseling berfokus solusi konseli A, B, dan C bisa sedikit menurunkan perilaku membolusnya meski hasil belum maksimal.

Siklus 2

Dalam pelaksanaan siklus dua telah dilakukan upaya perbaikan yang didasarkan pada hasil refleksi siklus sebelumnya. Siklus dua ini dilaksanakan pada minggu 1 dan 2 bulan Maret 2025. Pada siklus ini melalui tahap-tahap sebagai berikut:

1. Perencanaan

Pelaksanaan siklus dua direncanakan 2 kali pertemuan dan kegiatan konseling singkat berfokus solusi dilakukan di ruang konseling individu. Tindakan yang dilakukan pada siklus 2 hampir sama dengan siklus 1, yang berbeda yaitu pelaksanaannya dilakukan pada pagi hari sehingga siswa lebih bersemangat dalam melaksanakan kegiatan konseling individu.

2. Pelaksanaan

- a. Pembinaan hubungan baik, pada siklus pertama pembinaan hubungan dengan konseli terlalu singkat kurang dekat, sehingga dilakukan perbaikan yaitu konselor dengan penuh semangat, lebih aktif menanyakan apa yang dirasakan konseli, hal-hal yang sudah dilakukannya untuk mengatasi masalahnya.
- b. Analisis permasalahan, pada siklus dua sedikit memberikan pertanyaan umum, sehingga pada tahap ini konselor memberikan pertanyaan pada konseli dengan disertai rasa empati, merangkum, dan cek persepsi.
- c. Penetapan tujuan konseling, konselor sangat aktif mengajak konseli untuk membuat tujuan dengan usaha untuk mengubah perilakunya menjadi lebih baik dengan memahami dampak-dampak membolos yang akan merugikan diri sendiri dan juga nilai akademiknya sehingga kebiasaan membolos ada penurunan karena sebentar lagi akan kenaikan kelas ke kelas XII.
- d. Perancangan intervensi, konselor memberikan pertanyaan berskala 1-10 untuk melihat perubahan perilaku membolos masing-masing konseli, pertanyaan ajaib yang digunakan sebagai tujuan konseling. Pertanyaan pengecualian diberikan sebagai bentuk solusi yang dapat dipilih oleh konseli yaitu hal-hal yang bisa dilakukan agar konseli bisa tidur malam lebih awal selain pola makan, aktifitas fisik, tidur di lantai bawah, ditambah dengan

aktifitas membaca dan mengurangi main handphone satu jam sebelum jam tidur yang diinginkan.

- e. Pengakhiran, konselor memberikan penguatan kepada konseli atas pelaksanaan konseling yang sudah dilakukan, memberikan pujian perubahan perilaku positif konseli A, B, dan C yang bisa menurunkan perilaku membolosnya.

3. Pengamatan

Tabel 2. Perilaku Membolos Siklus 2

Subjek	Siklus 1	Siklus 2
A	4	1
B	2	0
C	3	1

Hasil pengamatan perilaku membolos siswa setelah dilaksanakan layanan konseling singkat berfokus solusi pada siklus dua tersebut siswa mulai menampakkan perubahan yang signifikan. Siswa mulai paham akan tujuan konseling yang dilakukan, masing-masing konseli mulai paham akan tanggung jawabnya sebagai siswa secara mandiri dan memahami dampak perilaku membolosnya yaitu mengalami kerugian tidak mendapatkan materi pelajaran, nilai ulangan mengalami penurunan dan mulai menyadari bahwa perilaku membolosnya akan diubah. Hal ini tampak konseli A masih satu kali membolos, konseli B sudah tidak membolos, dan konseli C masih satu kali membolos.

4. Refleksi

Setelah melakukan konseling pada siklus dua, refleksi yang dilakukan oleh konselor dengan mengubah atau memperbaiki saat pelaksanaan layanan konseling singkat berfokus solusi, konseli lebih dekat dan akrab untuk berkolaborasi, berpendapat dalam dan berhasil dalam penemuan solusi-solusi untuk memperbaiki perilaku membolosnya. Setelah mengikuti layanan konseling singkat berfokus solusi konseli A, B, dan C perilaku membolosnya mengalami penurunan secara signifikan.

Tabel 3. Perilaku Membolos Siklus 1 dan 2

Subjek	Kondisi Awal	Siklus 1	Siklus 2
A	7	4	1
B	4	2	0
C	5	3	1

Faktor yang menyebabkan perilaku membolos yaitu berkurangnya pemikiran positif, mengikuti teman sebaya, dan adanya sikap altruisme (Yandri, 2019). Melalui penerapan teknik konseling singkat berfokus solusi diperoleh perubahan perilaku dari hasil observasi yang dilakukan (Muslikah, 2020). Perilaku membolos terjadi penurunan karena adanya keinginan sangat kuat dari konseli untuk berusaha mengurangi perilakunya dan aktif mengikuti kegiatan konseling singkat berfokus solusi secara kooperatif.

Adapun teknik yang dilakukan dalam konseling singkat berfokus solusi dengan memberikan intervensi-intervensi bisa berupa pertanyaan berskala, pertanyaan pengecualian, pertanyaan keajaiban, pemberian tugas di rumah, umpan balik dan pengakhiran (Hidayat, 2021). Adapun tahapan dari proses konseling singkat berfokus solusi adalah tahap membangun hubungan kolaborasi, merumuskan tujuan khusus, membangun solusi, memfasilitasi pemahaman, mengevaluasi terminasi dan melakukan tindak lanjut (Mulawarman, 2020).

Penerapan konseling kelompok pendekatan konseling singkat berfokus solusi efektif mengurangi perilaku membolos (Setyawati, 2019). Kemudian terdapat penurunan perilaku prokrastinasi akademik siswa setelah diberikan konseling SFBT. (Manulahmi, 2021). Penurunan perilaku membolos pada konseli A, B, dan C dapat membantu konseli mengubah perilaku yang salah dan menghasilkan perilaku yang baru yaitu menjadi siswa aktif masuk sekolah. Hasil penelitian pendekatan SFBT dapat digunakan juga untuk pengembangan konsep diri akademik siswa di sekolah (Nugroho, 2018).

Simpulan

Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa konseling singkat berfokus solusi efektif menurunkan perilaku membolos siswa. Pada pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi konseli A, B, dan C menunjukkan partisipasi aktif yaitu mau berusaha berubah lebih baik, menggapai cita-citanya, dan menemukan solusi untuk menurunkan perilaku membolosnya.

Daftar Pustaka

- Adi, dkk. 2019. Studi Kasus Perilaku Membolos Dua Siswa SMK. *Jurnal psikoedukasi dan konseling*. 3(1). 33-39
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Eryanti, Devi. SFBT untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri. Desember 2020, hlm.221-233. <http://syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic>
- Habsy, Bakhrudin All. 2022. *Panorama Teori Konseling Modern dan Post Modern*. Malang: Media N. Creative.
- Fathoni, dkk. 2020. Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa SMA Negeri 7 Kota Kediri. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*. 30-34.
- Hasiana. 2020. Pengaruh Terapi Realitas Dalam Menangani Perilaku Membolos Sekolah (Studi Kasus). *Jurnal Bikotetik*. 4(2). 62-67.
- Hidayat Arifin. 2021. Bimbingan dan Konseling Dalam Perspektif Konseling Postmodernisme. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. 3 (1). 117- 134.
- Maynawati, Nur. 2023. Penerapan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi diri. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol. 10. <https://doi.org/10.26877/empati.v10i2.17277>
- Mulawarman. 2020. SFBC (solution focused brief counseling) konseling singkat berfokus solusi konsep, riset dan prosedur. Jakarta. Kencana.
- Rahmawati Y. 2022. Implementasi Konseling Individu Dengan Teknik Expectation Dalam Mencegah Perilaku Membolos Di SMK Muhammadiyah Petahanan. *Journal of contemporary Islamic counseling*. 2 (1). 1-12.

- Setyowati, Indah. 2019. Penerapan Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Therapy (Sfbt) Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Di SMPN 33 Surabaya. *Jurnal bimbingan dan konseling*. 9 (3). 33- 41
- Sitorus, M. 2020. Studi tentang Pemanfaatan Waktu Siswa Membolos pada Siswa Kelas X di Sekolah Menengah Kejuruan Telekomunikasi Pekanbaru. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Suwarsa. 2021. Pengaruh Pajak Restoran Dan Pajak Hotel Terhadap Pendapatan Asli Daerah Kota Padangsidempuan Periode 2018-2020. *Jurnal Akuntansi*. 14 (2). 71-85.
- Wijayanti, T. 2020. Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Motivasi Belajar Dengan Pendekatan SFBC (Teknik Miracle Question). *Jurnal Nusantara Research*. 7(2). 106 -114.

