

The Effect of Cognitive Behavior Therapy (CBT) Individual Settings to Recude Truancy Behavior

Sri Rahayu Monica¹, Wahidah Fitriani², Masril³

¹²³ Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam PPs IAIN Batusangkar

Email: wahidahfitriani@iainbatusangkar.ac.id

Artikel diterima: 28 Oktober 2021; direvisi 21 November 2021; disetujui 19 Desember 2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pengaturan individual cognitive behavioral therapy (CBT) terhadap penurunan perilaku membolos siswa. Penelitian ini menggunakan desain penelitian subjek tunggal dengan populasi 10 siswa dan sampel 3 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah melalui dokumentasi. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif, dan penyajian data melalui grafik. Analisis data dilakukan dengan cara grafik garis agar dapat melihat secara langsung perubahan yang terjadi dari kondisi fasa. Hasil penelitian pada subjek A sebelum diberikan intervensi sebanyak 14 kali bolos, 5 kali fase intervensi, dan fase baseline setelah diberikan 3 kali bolos. Kemudian subjek B pada fase baseline sebelum diberikan intervensi yaitu bolos kelas 12 kali, fase intervensi berkurang menjadi 9 kali, dan fase baseline setelah pemberian intervensi sebanyak 3 kali. Selanjutnya subjek C pada fase baseline sebelum diberikan intervensi dilakukan skipping sebanyak 15 kali, fase intervensi menurun menjadi 11 kali. Kemudian pada fase baseline setelah diberikan intervensi sebanyak 2 kali. Data tersebut menunjukkan bahwa setting individual cognitive behavioral therapy (CBT) berpengaruh signifikan terhadap penurunan perilaku membolos siswa MTsN X.

Kata Kunci: perilaku membolos, terapi perilaku kognitif, pengaturan individu

ABSTRACT

This study aims to see the effect of individual cognitive behavior therapy (CBT) settings to reduce truancy behavior of students. This study used a single subject research design in which a population of 10 students and a sample of 3 students. The data collection technique used is through documentation. Data processing was carried out using descriptive statistics, and the presentation of the data through graphs. Data analysis was carried out by means of a line graph in order to be able to see firsthand the changes that occurred from the phase conditions. The results of the research on subject A before being given the intervention were 14 truants, 5 times the intervention phase, and the baseline phase after giving the intervention 3 times skipping. Then, subject B in the baseline phase before giving the intervention, namely 12 skipping classes, the intervention phase decreased to 9 times, and the baseline phase after giving the intervention 3 times. Furthermore, subject C in the baseline phase before giving the intervention was 15 times skipping, the intervention phase decreased to 11 times. Then in the baseline phase after giving the intervention 2 times. These data indicate that the individual cognitive behavior therapy (CBT) setting has a significant effect on reducing truancy behavior of students at MTsN X.

Keywords: truancy behaviour, cognitive behavior therapy, individual setting

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang ditandai dengan berbagai perubahan yang sangat cepat dan berarti. Perubahan yang terjadi itu mulai dari segi fisiologis, emosional, sosial, serta intelektual. Perubahan tersebut sangat berdampak pada perilaku remaja. Ada remaja yang tetap berperilaku sesuai harapan. Namun, ada pula perilakunya yang tidak sesuai harapan atau negatif. Di antara perilaku negatif ini adalah perilaku yang melanggar disiplin sekolah. Menurut Nopilah (dalam Sholeh & Surur; 2020) disiplin belajar siswa perlu diperhatikan dalam pembelajaran agar hasil belajar yang memuaskan dapat diraih oleh seluruh siswa. Hal ini menjadi terkendala jika siswa tidak disiplin, salah satunya adalah membolos. Membolos menjadi perhatian khusus bagi setiap sekolah baik itu di dalam ataupun di luar negeri (Sutphen, R. D., Ford., J.P., Flaherty, C. 2010; Novarita, E. 2014; Ramberg. 2018; Thastum, et al. 2019). Membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah (Indayani et al. 2014; Brenda: 2014, Brandy: 2018;). Sedangkan menurut Ramberg (2018: 2) membolos dapat didefinisikan sebagai tidak izin atau tidak hadir di sekolah dengan melihat daftar hadir dan dapat dilihat perbedaannya, mulai dari terlambat yang berulang-ulang hingga tidak hadir beberapa hari ke sekolah. Perilaku membolos merupakan bentuk perilaku yang melanggar peraturan di sekolah (Damayanti: 2013; Rini dan Muslikah 2020). Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa membolos adalah bentuk dari ketidakhadiran siswa dalam proses belajar-mengajar. Jika individu larut dalam hal tersebut maka akan berdampak pada diri individu. Penanganan terhadap perilaku siswa yang suka membolos harus menjadi perhatian yang sangat serius bagi pihak sekolah terutama bagi konselor di sekolah tersebut.

Tindakan membolos ini bisa terentaskan dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Menurut Indayani et al. (2014: 2) alasan siswa melakukan perilaku membolos yaitu: Cenderung dipengaruhi oleh teman, Ketidakhadiran siswa di sekolah tanpa keterangan, Siswa yang nekat meloncati pagar sekolah, Menghindari amarah orang tua di rumah. Menurut Ramberg (2018: 1) Alasan dibalik pembolosan yaitu mencakup aspek individu, terkait dengan keluarga, sosial, psikologis, dan sekolah. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa individu yang melakukan perilaku membolos disebabkan dari diri individu, lingkungan keluarga, sekolah, dan lingkungan pergaulannya. Untuk mengatasi hal tersebut perlu adanya perhatian dari pihak sekolah terutama konselor di sekolah karena dengan adanya perhatian dari konselor sekolah untuk mengentaskan permasalahan yang dialami siswa maka generasi muda akan terselamatkan dari pengaruh buruk yang mempengaruhinya. Dari beberapa bentuk

perilaku membolos di atas tentu ada yang menyebabkan individu melakukan tindakan tersebut. Menurut Prayitno dan Amti (1999: 61) penyebab siswa melakukan perilaku membolos adalah: Tak senang dengan sikap dan perilaku guru, Merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru, Merasa dibeda-bedakan oleh guru, Proses belajar mengajar membosankan, Merasa gagal dalam belajar, Kurang berminat terhadap mata pelajaran, Terpengaruh oleh teman yang suka membolos, Takut masuk karena tidak membuat tugas. Menurut Prayitno dan Amti (1999: 62) akibat perilaku membolos yaitu: Minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang, Gagal dalam ujian, Hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki, Tidak naik kelas, Penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya, Dikeluarkan dari sekolah. Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat dipahami akibat dari perilaku membolos ini akan membuat masa depan individu hancur. Jika masa depan individu hancur maka masa depan individu menjadi tidak jelas dan tidak menentu. Karena itu penanganan terhadap perilaku siswa yang suka membolos menjadi perhatian yang sangat serius bagi pihak sekolah terutama bagi konselor di sekolah tersebut.

Perilaku membolos merupakan perilaku yang muncul ketika proses belajar-mengajar yang tidak sesuai dengan harapan sehingga muncullah perilaku membolos pada siswa. Banyak alternatif yang dapat digunakan untuk mengatasi perilaku membolos yaitu dengan menggunakan pendekatan realitas, pendekatan gestalt, pendekatan *client centered*, pendekatan *behavioristik*, pendekatan analisis transaksional, dan pendekatan terapi *cognitive behavior*. Dari banyak hal alternatif yang digunakan untuk mengatasi perilaku membolos maka peneliti mengambil salah satu alternatif pendekatan yang digunakan untuk mengatasi perilaku membolos yaitu dengan menggunakan pendekatan terapi *cognitive behavior*. Alasan peneliti menggunakan pendekatan terapi *cognitive behavior* yaitu untuk menguji teori apakah teori terapi *cognitive behavior* berpengaruh untuk mengatasi perilaku membolos siswa, selain itu alasan peneliti menggunakan pendekatan terapi *cognitive behavior* karena terapi *cognitive behavior* tidak berfokus pada satu sisi saja (tidak hanya pelaku) tetapi juga dalam *cognitive* seseorang (Sa'adah, F. M. and Rahman, I. K: 2015, Saragi, M. S. B., Wibowo, M. E., & Awalya: 2018). Menurut Somers (2007: 234) terapi *cognitive behavior* “membantu individu untuk mengidentifikasi pola kognitif atau pemikiran serta emosi yang berkaitan dengan perilaku.” Kemudian menurut Putranto (2016: 174) “Teori terapi *cognitive behavior* pada dasarnya meyakini bahwa pola pemikiran manusia terbentuk melalui proses rangkaian stimulus-kognisi-respon (SKR) yang saling berkaitan dan membentuk semacam jaringan. SKR dalam otak manusia, dimana proses kognitif manusia akan menjadi faktor penentu dalam

menjelaskan bagaimana manusia berfikir, merasa, dan bertindak.” Selain itu, menurut Corey (dalam Situmorang: 2018) masalah individu dipandang secara khas oleh pendekatan *cognitive behavior therapy*. Hal ini terjadi karena individu memiliki pemikiran negatif dan distorsi kognitif yang berasal dari *core belief* yang maladaptif. Oleh karena itu diperlukan sebuah terapi untuk mengobati *core belief* yang tidak adaptif tersebut.

Setiap kegiatan yang dilakukan perlu adanya perencanaan yang matang begitupun dalam kegiatan terapi perlu membuat rencana agar tujuan dari setiap sesi terapi tercapai, jika tujuan dari setiap sesi tercapai maka proses terapi akan tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Menurut Putranto (2016: 176) tujuan dari terapi *cognitive behavior* yaitu “mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri konseli dan secara kuat mencoba menguranginya. Setiap terapi memiliki cara-cara tersendiri yang beragam dan terencana dalam mengatasi permasalahan individu, namun sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa terapi lebih berorientasi pada kognisi dan tingkah laku konseli agar menghasilkan perubahan kepada hal yang lebih baik. Menurut Putranto (2016: 235) bahwa proses terapi *cognitive behavior* memerlukan sedikitnya 12 sesi, namun penerapannya di Indonesia sering kali mengalami hambatan, sehingga memerlukan penyesuaian yang lebih fleksibel. Efisiensinya terapi menjadi 5 sesi yaitu: Diagnosa awal, Mencari emosi negatif, pikiran otomotis, dan keyakinan utama yang berhubungan dengan gangguan, Menyusun rencana intervensi dengan memberikan konsekuensi positif-konsekuensi negatif kepada pasien dan kepada ‘*significant person*’, Formulasi status, fokus terapi, intervensi tingkah laku lanjutan, Pencegahan *relapse*. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa dalam proses terapi *cognitive behavior* dilakukan dengan 5 sesi mulai dari diagnosa awal sampai dengan pencegahan *relapse*. Kelima tahap ini harus dilakukan demi suksesnya proses terapi *cognitive behavior* serta tercapainya tujuan dari terapi *cognitive behavior* tersebut. Dalam hal ini penulis melakukan penelitian dengan menggunakan desain *single subject* dengan teknik analisis data yang akan penulis gunakan yaitu statistik deskriptif, yang mana statistik deskriptif ini digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan data yang telah dikumpulkan sebagaimana adanya tanpa membuat kesimpulan yang berlaku umum atau generalisasi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sutphen et al. (2010: 161) menunjukkan bahwa “Ketidakhadiran di sekolah dan pembolosan telah menjadi masalah di Amerika sejak

diperkenalkannya pendidikan wajib dan kehadiran wajib di akhir abad ke-19 dan awal abad ke-20.” Kemudian menurut Ramberg et al. (2018: 1) data membolos yang dikumpulkan pada tahun 2016 yaitu ada 4.956 siswa dan 1.045 guru di 46 sekolah menengah atas di Stockholm

Berdasarkan keterangan yang peneliti dapat dari guru mata pelajaran siswa yang dikatakan membolos itu adalah siswa yang tidak mengikuti pembelajaran secara utuh pada satu atau lebih mata pelajaran kecuali izin, sakit, dan alfa dari awal sampai akhir pembelajaran. Fenomena membolos salah satunya juga terjadi di Sekolah X. Menurut keterangan yang diperoleh dari konselor di sekolah fenomena membolos di Sekolah X terjadi pada siswa kelas VII, VIII, IX. Dari daftar hadir dapat dilihat bahwa pada bulan Oktober tahun ajaran 2019/2020 jumlah siswa yang terlibat membolos mencapai 10 orang yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Jumlah Siswa yang Membolos pada bulan Oktober 2019 di MTsN X

No	Alasan siswa melakukan perilaku membolos	Peserta didik									
		Yn	Rzk	Gh	Ah	Rmd	Wsl	Rvn	Alp	Nkn	Fd
1	dipengaruhi teman	√		√			√	√		√	√
3	meloncati pagar sekolah	√			√		√	√	√	√	
4	Menghindari amarah orang tua di rumah	√	√			√	√		√	√	√

Sumber: Dokumentasi Sekolah X

Berdasarkan data diatas dapat dipahami bahwa terdapat 10 orang siswa yang melakukan perilaku membolos dengan alasan dipengaruhi teman, meloncati pagar sekolah, dan menghindari amarah orang tua di rumah. Dari 10 orang yang membolos terdapat 3 orang yang memiliki alasan membolos dengan intensitas tinggi yaitu Yn, WsL Nkn. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data, mengetahui, serta menguji Pengaruh *Cognitive behavior therapy (CBT) Setting Individual* untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa di MTsN X.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *experiment*. Adapun desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *Single Subject Research* dengan tipe A-B-A' karena pada desain ini dilakukan *baseline* terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi (Sunanto and Nakata, 2005). Alasan peneliti menggunakan desain A-B-A' adalah dimana desain ini dapat menunjukkan sebab akibat suatu intervensi terhadap variabel terikat yang mana variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku membolos. Penelitian ini dilakukan di MTsN X. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang melakukan perilaku membolos di MTsN X dengan jumlah 10 orang. Pengambilan sampel melalui metode *purposive sampling* yaitu dengan mengambil 3 subjek yang memiliki perilaku membolos dengan intensitas tinggi yang dilihat melalui daftar hadir mata pelajaran. Dalam pengumpulan data teknik yang peneliti gunakan adalah dokumentasi. Menurut Sugiyono (2013) teknik pengumpulan data merupakan langkah paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif sederhana dengan tujuan memperoleh gambaran secara jelas tentang hasil intervensi dalam jangka waktu tertentu (Sudijono: 2005; Arikunto: 2011). Dengan menggunakan tabel dan grafik sebagai suatu gambaran dari pelaksanaan eksperimen baik sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan.

HASIL

Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah *desain single subject* dengan desain A-B-A'. Penelitian ini terbagi menjadi tiga fase, fase pertama yaitu fase *baseline-1* (A) yang dilakukan dengan melihat dokumentasi berupa daftar hadir mata pelajaran. Pada fase ini, akan menentukan subjek dalam penelitian ini yaitu siswa membolos dengan intensitas tinggi. Fase kedua adalah fase intervensi sesuai rencana yang telah ditetapkan pada subjek yang dipilih. Pada fase ini dilakukan konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* dan kemudian 2 hari setelah diberikan intervensi di cek kembali daftar hadir subjek berpengaruh atau tidak intervensi yang diberikan terhadap perilaku membolos subjek. Dan ketiga fase *baseline-2* (A') yang dilakukan yaitu melihat kembali dokumentasi berupa daftar hadir mata pelajaran. Berikut ini data dokumentasi yang diperoleh pada fase *baseline-1*, intervensi, *baseline-2*

A. Subjek A

Target Behaviour	Frekuensi Membolos		
	<i>Baseline-</i>	Intervensi	<i>Baseline-2</i>
	1(A)	(B)	(A')
	3	4	2
Perilaku membolos	3	3	1
	4	3	0
	4	2	0

B. Subjek B

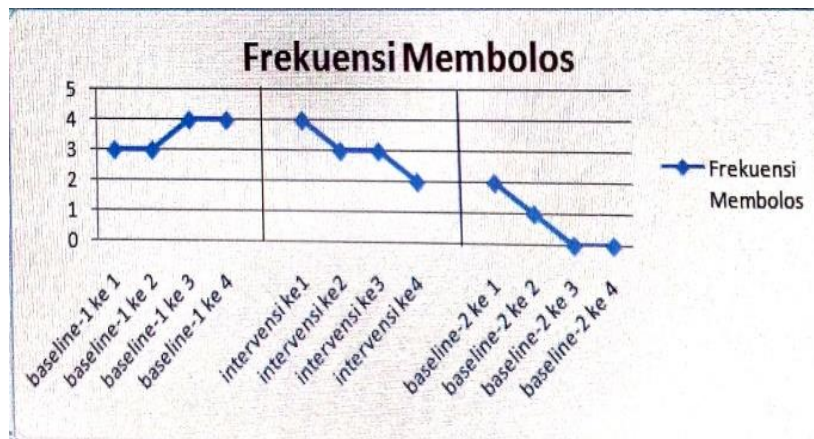
Target Behaviour	Frekuensi Membolos		
	<i>Baseline-</i>	Intervensi	<i>Baseline-</i>
	1(A)	(B)	2(A')
	3	3	1
Perilaku membolos	3	3	1
	3	2	0
	3	1	0
	3	1	0

C. Subjek C

Target Behaviour	Frekuensi Membolos		
	<i>Baseline-</i>	Intervensi	<i>Baseline-2</i>
	1(A)	(B)	(A')
	3	4	2
Perilaku membolos	3	3	1
	4	3	0
	4	2	0

Hasil pengamatan frekuensi membolos dapat digambarkan dengan grafik. Sebagai upaya memperjelas akurasi data pada *baseline-1*, *intervensi*, *baseline-2* berikut ini disajikan grafik frekuensi membolos:

1. Subjek A



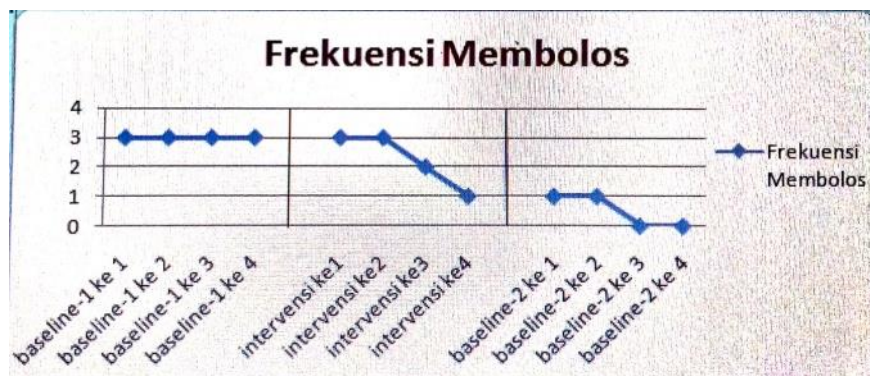
Grafik Perkembangan Frekuensi Membolos Subjek pada *Baseline-1*, Intervensi, *Baseline-2*

Grafik di atas merupakan grafik perkembangan frekuensi membolos subjek. penelitian ini menggunakan desain A-B-A'. Pada fase *baseline-1* terdiri dari 4 sesi. Setiap sesi kehadiran subjek dihitung 1 kali 2 hari pada mata pelajaran dalam 1 hari. Pada *baseline-1* ke 1 sampai dengan *baseline-1* ke 4 frekuensi membolos meningkat. *Baseline-1* ke 1 dan *baseline-1* ke 2 frekuensi membolos subjek sama yaitu 3 kali, Kemudian pada *baseline-1* ke 3 mengalami peningkatan yaitu 4 kali. Begitu juga pada *baseline-1* ke 4 frekuensi membolos subjek sama dengan *baseline-1* ke 3 yaitu 4 kali.

Selanjutnya fase intervensi yaitu terdiri dari 4 sesi. Hasil dari pemberian intervensi dapat di lihat 2 hari setelah diberikannya intervensi. Frekuensi membolos dari intervensi ke 1 sampai dengan intervensi ke 4 mengalami penurunan. Pada intervensi ke 1 frekuensi membolos subjek yaitu 4 kali, kemudian pada intervensi ke 2 mengalami penurunan yaitu 3 kali membolos. Pada intervensi ke 3 frekuensi membolos subjek sama dengan intervensi ke 2 yaitu 3 kali. Dan pada intervensi ke 4 kembali mengalami penurunan yaitu 2 kali membolos.

Fase terakhir yaitu fase *baseline-2* yang mana *baseline-2* terdiri dari 4 sesi. Kemudian pada fase *baseline-2* kehadiran subjek dihitung juga 1 kali 2 hari pada mata pelajaran dalam 1 hari. Dari *baseline-2* ke 1 sampai dengan *baseline-2* ke 4 mengalami penurunan frekuensi membolos. Pada *baseline-2* ke 1 frekuensi membolos subjek yaitu 2 kali, kemudian pada *baseline-2* ke 2 yaitu 1 kali. terakhir pada *baseline-2* ke 3 dan *baseline-2* ke 4 subjek tidak lagi membolos.

2. Subjek B



Grafik Perkembangan Frekuensi Membolos Subjek pada *Baseline-1*, Intervensi, *Baseline-2*

Grafik di atas merupakan grafik perkembangan frekuensi membolos. Penelitian ini menggunakan desain A-B-A'. Pada fase *baseline-1* terdiri dari 4 sesi. Setiap sesi kehadiran subjek dihitung 1 kali 2 hari pada mata pelajaran dalam 1 hari. Frekuensi membolos subjek dari *baseline-1* ke 1 sampai dengan *baseline-1* ke 4 cenderung menetap yaitu 3 kali membolos.

Selanjutnya fase intervensi terdiri dari 4 sesi. Hasil dari pemberian intervensi dapat dilihat 2 hari setelah diberikannya intervensi. Pada intervensi ke 1 sampai dengan intervensi ke 4 mengalami penurunan frekuensi membolos. intervensi ke 1 dan intervensi ke 2 frekuensi tergolong sama yaitu 3 kali membolos. Pada intervensi ke 3 mengalami penurunan yaitu 2 kali. Dan intervensi ke 4 kembali mengalami penurunan yaitu 1 kali membolos.

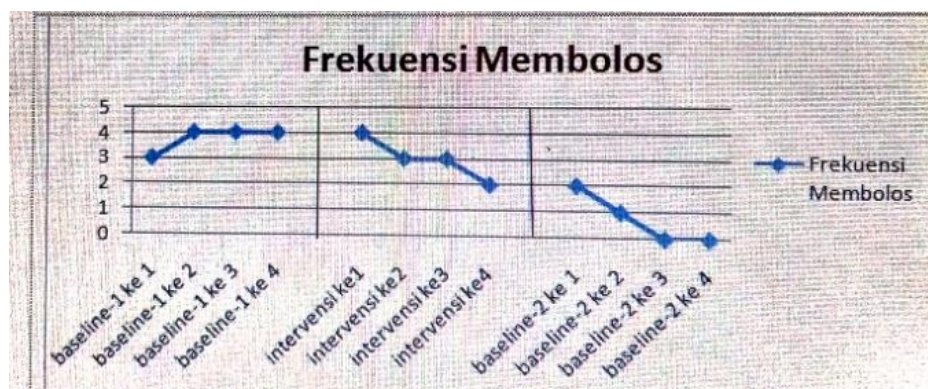
Pada fase terakhir yaitu fase *baseline-2* yang mana terdiri dari 4 sesi. Fase *baseline-2* kehadiran subjek juga dihitung juga 1 kali 2 hari pada mata pelajaran dalam 1 hari. Dari *baseline-2* ke 1 sampai dengan *baseline-2* ke 4 mengalami penurunan frekuensi membolos. Pada *baseline-2* ke 1 dan *baseline-2* ke 2 frekuensi membolos tergolong sama yaitu 1 kali. terakhir pada *baseline-2* ke 3 dan *baseline-2* ke 4 subjek tidak lagi melakukan perilaku membolos.

3. Subjek C

Grafik perkembangan frekuensi membolos subjek penelitian ini menggunakan desain A-B-A'. Pada fase *baseline-1* terdiri dari 4 sesi. Setiap sesi kehadiran subjek dihitung 1 kali 2 hari pada mata pelajaran dalam 1 hari. Dari *baseline-1* ke 1 sampai dengan *baseline-1* ke 4 frekuensi membolos mengalami peningkatan. Pada *baseline-1* ke 1 frekuensi membolos subjek yaitu 3 kali, kemudian pada *baseline-1* ke 2 frekuensi membolos subjek meningkat yaitu 4 kali. Begitu juga pada *baseline-1* ke 3 dan *baseline-1* ke 4 frekuensi membolos tergolong sama

dengan *baseline-1* ke 2 yaitu 4 kali.

Selanjutnya fase intervensi yaitu terdiri dari 4 sesi. Hasil dari pemberian intervensi dapat di lihat 2 hari setelah diberikannya intervensi. Frekuensi membolos dari intervensi ke 1 sampai dengan intervensi ke 4 mengalami penurunan. Pada intervensi ke 1 frekuensi membolos subjek yaitu 4 kali, kemudian pada intervensi ke 2 mengalami penurunan yaitu 3 kali membolos. Pada intervensi ke 3 frekuensi membolos subjek sama dengan intervensi ke 2 yaitu 3 kali. Dan pada intervensi ke 4 kembali mengalami penurunan yaitu 2 kali membolos.



Grafik Perkembangan Frekuensi Membolos Subjek pada *Baseline-1*, Intervensi, *Baseline-2*

Fase terakhir yaitu fase *baseline-2* yang mana *baseline-2* terdiri dari 4 sesi. Kemudian pada fase *baseline-2* kehadiran subjek dihitung juga 1 kali 2 hari pada mata pelajaran dalam 1 hari. Dari *baseline-2* ke 1 sampai dengan *baseline-2* ke 4 mengalami penurunan frekuensi membolos. Pada *baseline-2* ke 1 frekuensi membolos subjek yaitu 2 kali, kemudian pada *baseline-2* ke 2 yaitu 1 kali. terakhir pada *baseline-2* ke 3 dan *baseline-2* ke 4 subjek tidak lagi membolos. Data di atas menunjukkan bahwa *cognitive behavior therapy* (CBT) *setting* individual berpengaruh signifikan untuk mengatasi perilaku membolos siswa di MTsN X.

PEMBAHASAN

Perilaku membolos merupakan Siswa yang tidak mengikuti pembelajaran secara utuh pada satu atau lebih mata pelajaran kecuali izin, sakit, dan alfa dari awal sampai akhir pembelajaran. Fenomena saat ini anak yang melakukan perilaku membolos sangat mudah ditemui. Membolos adalah pemicu utama bagi anak untuk tidak bisa naik kelas dalam penelitian ini. intervensi diberikan adalah konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* untuk menurunkan perilaku membolos yang ditunjukkan subjek. Terkait dengan permasalahan yang dialami oleh subjek penelitian, peneliti mencoba memberikan stimulus kepada subjek dengan menggunakan pendekatan *cognitive behavior therapy*.

Menurut Masnona (2018:31) memaparkan kelebihan pendekatan *cognitive behavior therapy* yaitu: Dapat mengukur kemampuan interpersonal dan kemampuan sosial seseorang, Membangun keterampilan sosial seseorang, Keterampilan komunikasi atau bersosialisasi, Pelatihan ketegasan, Keterampilan meningkatkan hubungan, Pelatih resolusi konflik dan manajemen agresi, Tidak berfokus pada satu sisi saja (tidak hanya pelaku) tetapi juga dalam kognitif seseorang. Pendekatan *cognitive behavior therapy* dalam penelitian ini merupakan suatu perlakuan yang diberikan untuk mengatasi perilaku membolos. Penggunaan memberikan *cognitive behavior therapy* pengaruh pada perilaku membolos. Hasil yang diperoleh dari penggunaan *cognitive behavior therapy* menunjukkan bahwa data pada fase *baseline-1*, intervensi dan *baseline-2* menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan yaitu frekuensi kesalahan dalam perilaku membolos semakin berkurang. Sebagai berikut:

Tabel 2. Frekuensi Membolos Subjek pada *Baseline-1*, Intervensi, dan *Baseline-2*

Nama Subjek	Baseline-1			Intervensi			Baseline-2					
A	3	3	4	4	4	3	3	2	2	1	0	0
B	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	0	0
C	3	4	4	4	4	3	3	2	2	1	0	0

Perilaku membolos tersebut sesuai dengan yang disebutkan oleh Ramberg et al. (2018: 2) membolos dapat didefinisikan sebagai tidak izin atau tidak hadir di sekolah dengan melihat daftar hadir dan dapat dilihat perbedaannya, mulai dari terlambat yang berulang-ulang hingga tidak hadir beberapa hari ke sekolah. Banyak terapi ataupun penanganan yang diberikan pada anak-anak membolos, namun setiap penanganan tersebut memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Salah satu terapi yang dapat menurunkan perilaku membolos adalah terapi *cognitive behavior* yang bertujuan untuk Mengajak konseli menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri konseli dan secara kuat mencoba menguranginya. Terapi yang diterapkan pada ketiga subjek adalah terapi *cognitive behavior* dalam sesi terapi yang digunakan bermacam-macam, namun di sini peneliti menggunakan konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior*.

Penggunaan *cognitive behavior therapy* juga didasarkan pada teori belajar yang diungkapkan oleh Skinner mengenai teori *operant conditioning*. Skinner dalam (Purwanto, 2011: 96) menjelaskan bahwa tingkah laku muncul karena adanya hubungan antara perangsang

dan respon. Berdasarkan teori tersebut, peneliti menggunakan *cognitive behavior therapy* sebagai stimulus atau perangsang agar dapat muncul perilaku yang diharapkan yaitu subjek dapat mengatasi perilaku membolosnya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Sudarno (2016: xi) tentang efektivitas *Cognitive behavior therapy* (CBT) untuk menurunkan perilaku membolos pada siswa SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan hasil penelitian yaitu analisis *pre-test dan post-test* menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank* menunjukkan nilai t sebesar -2.366 dan nilai $p = 0,018$ ($p < 0.05$), menunjukkan adanya penurunan yang signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Sedangkan hasil analisis *post-test dan followup* menunjukkan nilai t sebesar -0,447 dan nilai $p = 0,655$ ($p > 0.05$), menunjukkan tidak adanya perbedaan antara sesudah perlakuan dalam jangka waktu 2 minggu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *cognitive behavior therapy* (CBT) efektif untuk menurunkan perilaku membolos. Penelitian ini memperkuat hasil penelitian dari (Somers 2007: 234, Tutiona. et al. 2016, Sudarno: 2016) yang mengungkapkan bahwa terapi *cognitive behavior* membantu individu untuk mengidentifikasi pola kognitif atau pemikiran serta emosi yang berkaitan dengan perilaku, khususnya perilaku membolos.

PENUTUP

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada 3 siswa yang sering membolos di MTsN X dan siswa tersebut dijadikan subjek pada penelitian ini. Pada data yang diperoleh selama penelitian, dapat dilihat perubahan perilaku dari ketiga subjek. Pada fase baseline sebelum pemberian intervensi perilaku membolos subyek A sebanyak 14 kali, fase intervensi menurun menjadi 5 kali. dan fase baseline setelah pemberian intervensi sebanyak 3 kali. Kemudian subyek B fase baseline sebelum pemberian intervensi sebanyak 12 kali membolos, fase intervensi menurun menjadi 9 kali. dan fase baseline setelah pemberian intervensi sebanyak 3 kali. Selanjutnya subyek C fase baseline sebelum pemberian intervensi sebanyak 15 kali membolos, fase intervensi yaitu 11 kali. dan fase baseline setelah pemberian intervensi sebanyak 2 kali. Artinya *cognitive behavior therapy* (CBT) setting individual berpengaruh signifikan untuk mereduksi perilaku membolos siswa setelah dilakukan intervensi.

DAFTAR RUJUKAN

Arikunto, S. 2011. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.

- Brandy, R. 2018. Treatment for School Refusal Among Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Research on Social Work Practice*, 28(1)
- Breda, M. V. 2014. School Truancy: Poor School Attenders' Perceptions of the Impact Regarding Dysfunctional Teacher Learner Relationships on Truant Behaviour. *Mediterranean Journal of Social Sciences MC SER*, 5(23)
- Corey, G. 2009. Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi. Bandung: Refika Aditama
- Damayanti, F. A. 2013 Study tentang Perilaku Membolos Pada Siswa SMA Swasta di Surabaya. *Jurnal BK UNESA*. 3(1): 454-461
- Indayani, A., Senanayasa G., Antari, N.N.M. 2014. Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Positif Sebagai Upaya untuk Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Sawah Tahun Ajaran 2013/2014. *Jurnal UNDIKSA Bimbingan dan Konseling*, 2(1)
- Novarita, E. 2014. Prilaku Membolos Siswa dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling (Studi Deskriptif Terhadap Siswa SMPN 1 Pasaman). *Jurnal UNP Konseling dan Pendidikan*, 2(2): 9-13
- Prayitno and Amti, E. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putranto, K. A. 2016. *Aplikasi Cognitive Behavior dan Behavior Activation dalam Intervensi Klinis*. Jakarta: Grafindo Book Media
- Ramberg, J., Laftman, S.B. Franson, E., Modin, B. 2018. School effectiveness and truancy: a multilevel study of upper secondary schools in Stockholm. *International Journal of Adolescence and Youth*.
- Rini and Muslikah. 2020. Hubungan Peran keluarga dan Kontrol Diri dengan Perilaku Membolos Siswa. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*. Vol 4. No.1.
- Sa'adah, F. M. and Rahman, I. K. 2015. Konsep Bimbingan dan Konseling *Cognitive behavior therapy* (CBT) dengan Pendekatan Islam untuk Meningkatkan Sikap Atruisme Siswa. *Jurnal Hisbah*, 12(2)
- Saragi, M. S. B., Wibowo, M. E., & Awalya. 2018. Cognitive Behavioral Therapy Group Counseling to Improve Body Image. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2): 132
-

- Situmorang, D.D.B. 2018. Academic Anxiety terhadap Skripsi Sebuah Cognitive Distortion dari Core Belief yang Maladaptif: Integrasi Konseling Kognitif Behavior Therapy dengan Musci Therapy. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*. Vol 2. No. 2.
- Soleha, S. and Surur, M. 2020. Pengaruh Motivasi dan Disiplin Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*. Vol 4 No. 1.
- Sommers, J. F., Sommers, R. F. 2015. *Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice*. Canada: Published simultaneously
- Sudarno, S. 2016. Efektivitas Cognitive behavior therapy (CBT) untuk Menurunkan Perilaku Membolos pada Siswa SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. *Skripsi*. Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. 2005. *Pengantar Penelitian dengan Subyek Tunggal*. CRICED: University of Tsukuba
- Sutphen, R. D., Ford., J.P., Flaherty, C. 2010. Truancy Interventions: A Review of the Research Literature. *Research on Social Work Practice*, 20(2)
- Thastum, M., Johnsen, D.B., Silverman, W.K., Jeppesen, P., Heyne, D.A., Lomholt, J.J. 2019. The Back2School modular cognitive behavioral intervention for youths with problematic school absenteeism: study protocol for a randomized controlled trial. *BMC*
- Tutiona. et al. 2016 Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Teknik Behavior Contrak Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling & Psikoedukasi*, 1(1): 71