

**MENGATASI PERILAKU *MALADJUSTMENT* MELALUI KONSELING
BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK PENGKONDISIAN OPERAN****Banyu Lyan Bayu[✉], Sinta Saraswati, M. Th. Sri Hartati**Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang,
Indonesia**Info Artikel***Sejarah Artikel:*Diterima Januari 2015
Disetujui Februari 2015
Dipublikasikan April
2015*Keywords:**Behavioral Maladjustment;
Counseling Behavioristic;
Operan Conditioning***Abstrak**

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di SMKN 4 Semarang yang menunjukkan tingkat perilaku *maladjustment* yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan dalam mengatasi perilaku *maladjustment* pada klien melalui konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan. Jenis penelitian ini adalah *eksperimental research* menggunakan *pre-eksperimental design* dengan *one-group pretest-posttest design*. Subyek penelitian adalah 6 siswa di SMKN 4 Semarang. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala penyesuaian diri. Instrumen tersebut telah diujicobakan untuk digunakan dalam penelitian menggunakan validitas dengan rumus *product moment* dan reliabilitas dengan rumus Alpha. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis *deskriptif persentase* dan analisis uji *Wilcoxon*. Hasil analisis uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, jadi berdasarkan hasil analisis *wilcoxon* dapat disimpulkan bahwa perilaku *maladjustment* klien dapat diatasi melalui layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan.

Abstract

This study was conducted based on the phenomena that is in SMKN 4 Semarang which shows a high degree of behavioral maladjustment. This study aims to determine the level of success in overcoming behavioral maladjustment to the client through counseling behavioristik with operan conditioning techniques. This research techniques are experimental research using pre-experimental research design with one-group pretest-posttest design. Subjects were 6 students at SMKN 4 Semarang. Data collection tool used is the scale of adjustment. The instrument has been tested for use in the study using the product moment formula for validity and reliability with alpha formula. The data analysis technique used is descriptive analysis and analysis of the percentage of the Wilcoxon test. Wilcoxon test analysis results show that H_a accept and H_o rejected, so based on the analysis Wilcoxon maladjustment can be concluded that the behavior of the client can be addressed through counseling behavioristik with operant conditioning techniques.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:Gedung A2 Lantai 1 FIP Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: lyanbayu@gmail.com

PENDAHULUAN

Masa remaja sering dihubungkan dengan berbagai masalah mengenai penyimpangan perilaku. Berbagai tuntutan perkembangan yang dihadapi remaja mengharuskan mereka untuk dapat melakukan penyesuaian diri yang baik demi terciptanya kesehatan mental/jiwa individu. Kemampuan ini dapat berbeda-beda pada masing-masing individu sesuai dengan kepribadian dan tahap perkembangannya. Remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri akan mengembangkan perilaku yang sering disebut "salah suai" atau "*maladjustment*". Remaja yang tidak dapat melakukan penyesuaian diri yang baik akan mengalami berbagai permasalahan psikologis seperti kecemasan, stress, dan depresi yang apabila tidak ditangani akan menghambat perkembangannya di masa yang akan datang. Hurlock (1997), yang mengungkapkan beberapa tanda bahaya yang umum dari ketidakmampuan menyesuaikan diri (*maladjustment*) pada remaja, yaitu: tidak bertanggung jawab, agresi berlebihan, perasaan tidak aman, merasa tidak nyaman dengan lingkungan yang tidak dikenal, perasaan menyerah, terlalu banyak berkhayal, represi, dan menggunakan mekanisme pertahanan. Remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri cenderung melakukan berbagai hal yang tidak sesuai dengan norma yang ada dimasyarakat. Remaja juga menggunakan mekanisme pertahanan untuk mengimbangi ketidakpuasan atas yang tidak diperolehnya, seperti rasionalisasi, proyeksi, *sourgrapes*, dan kompensasi.

Proses penyesuaian diri dapat menimbulkan masalah bagi remaja. Menurut Yusuf dan Nurihsan (2005) banyak remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungannya dan akhirnya mengalami banyak permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan sosial dan pribadinya. Penyesuaian diri yang baik merupakan usaha individu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sesuai dengan tuntutan yang ada di lingkungannya tanpa menimbulkan berbagai konflik dan permasalahan. Penyesuaian diri yang baik disebut juga sebagai *well adjusted*, sedangkan penyesuaian diri yang salah disebut

maladjusted atau salah suai. Pada dasarnya kegiatan dan tingkah laku yang dilakukan oleh individu merupakan cara untuk memenuhi kebutuhannya. Dalam proses penyesuaian diri, individu harus dapat menyesuaikan diri antara kebutuhan dengan segala kemungkinan yang ada dalam lingkungan sosialnya, baik itu di rumah, sekolah, maupun di masyarakat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMKN 4 Semarang, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri atau menunjukkan perilaku *maladjustment* yang tinggi. Banyak tindakan yang sudah dilakukan oleh pihak sekolah terutama guru BK di SMKN 4 Semarang untuk mengatasi perilaku *maladjustment* siswa, antara lain dengan mengadakan konseling individu, memanggil orang tua siswa yang bersangkutan, mengadakan kontrak kasus, memberi teguran maupun peringatan. Meskipun demikian masih ada beberapa siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik. Berdasarkan hasil DCM yang sudah dilakukan, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa kelas X yang memiliki masalah dengan penyesuaian diri. Beberapa siswa yang menunjukkan perilaku *maladjustment* paling tinggi adalah AD, DF, GW, JR, KB, dan NA. Gejala perilaku *maladjustment* yang muncul pada siswa akan membuat siswa tersebut mengalami kesulitan baik dalam bidang pribadi, akademik maupun dalam bidang sosialnya.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu siswa merubah perilaku *maladjustment* menjadi perilaku *well adjustment* adalah pendekatan *behavioristik*. Pendekatan *behavioristik* pada dasarnya menyakini bahwa perilaku manusia merupakan hasil dari suatu proses belajar, dengan demikian perilaku manusia dapat dirubah dengan belajar hal baru. Melalui pendekatan *behavioristik* diharapkan siswa yang mengembangkan perilaku *maladjustment* dapat merubah perilaku negatif tersebut menjadi perilaku yang positif. Latipun (2003) mengemukakan bahwa pendekatan *behavioristik* menyakini "tidak ada manusia yang sama, karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya". Setiap individu memiliki

perbedaan yang membuatnya unik, salah satunya adalah perbedaan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Beberapa individu dengan mudah mampu menyesuaikan diri dan dapat diterima dengan baik oleh kelompok teman sebaya, tetapi tidak sedikit individu yang memiliki kesulitan untuk menyesuaikan diri.

Selaras dengan fokus penelitian tentang upaya untuk mengatasi perilaku destruktif siswa terutama perilaku *maladjustment*, maka peneliti menggunakan teknik pengkondisian operan sebagai pendekatan untuk merubah perilaku klien. Alasan peneliti menggunakan teknik ini karena pengkondisian operan merupakan suatu teknik yang dapat digunakan untuk mengontrol perilaku organisme dengan menggunakan stimulus berupa penguatan. Pengkondisian operan meyakini bahwa perilaku muncul akibat dari urutan tertentu. Menurut Skinner dalam Sobur (2003), “perilaku operan sebagai perilaku belajar memiliki prinsip-prinsip yang lebih aktif dibandingkan dengan perilaku klasik”. Prinsip belajar operan berdasarkan pada pemahaman bahwa perilaku destruktif dapat terjadi dan dipertahankan oleh individu karena individu tersebut memperoleh ganjaran dari lingkungannya. Perubahan perilaku dapat terjadi apabila individu memperoleh ganjaran yang tepat yang diberikan menyertai munculnya perilaku yang diharapkan.

Berdasarkan fenomena yang ada di lapangan mengenai perilaku *maladjustment*, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan menggunakan layanan konseling behavioristik teknik pengkondisian operan dengan judul skripsi “Mengatasi Perilaku *Maladjustment* melalui Konseling Behavioristik dengan Teknik

Pengkondisian Operan pada Siswa Kelas X di SMK N 4 Semarang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen (*eksperimental research*). Peneliti menggunakan *pre eksperimental design* dengan bentuk *one group pretest-posttest design* karena dalam penelitian ini tidak terdapat kontrol. Subyek dalam penelitian ini merupakan siswa yang menunjukkan indikator perilaku *maladjustment* yang tinggi di SMKN 4 Semarang. Subyek penelitian ini yaitu AD, DF, GW, JR, KB, dan NA. Metode pengumpulan data digunakan adalah skala psikologis. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan validitas konstruk (*construct validity*) dengan melakukan uji coba instrumen dengan rumus korelasi *product moment*. Item dalam skala psikologis dikatakan valid apabila $r_{xy} > r_{tabel}$ dengan taraf signifikansi sebesar 5%. Reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabilitas internal, sedangkan teknik pengujian reliabilitas yang digunakan adalah rumus Alpha. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian eksperimen ini adalah analisis deskriptif persentase dan analisis uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan perbedaan perilaku *maladjustment* klien sebelum dan setelah mengikuti layanan konseling behavioristik teknik pengkondisian operan. Berdasarkan analisis data per indikator dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1 Perbedaan perilaku *maladjustment* klien sebelum dan setelah mengikuti layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan

No	Klien	Pre Test			Post Test			Penurunan	
		Σ	%	Kategori	Σ	%	Kategori	Σ	%

1	AD	266	76	Tinggi	179	51,14	Rendah	87	24,86
2	DF	259	74	Tinggi	190	54,28	Sedang	69	19,72
3	GW	255	72,85	Tinggi	165	47,14	Rendah	90	25,71
4	JR	253	72,28	Tinggi	151	43,14	Rendah	102	29,14
5	KB	269	76,85	Tinggi	173	49,42	Rendah	96	27,43
6	NA	250	71,42	Tinggi	151	43,14	Rendah	99	28,28
Jumlah		258,6			168,1			90,5	
Rata-rata		73,9		Tinggi	48		Rendah	25,9	

Berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada tabel 1 diketahui adanya perubahan penurunan skor antara data hasil *pre test* dan *post test*. Perbandingan kategori perilaku *maladjustment* dimana sebelum mengikuti layanan keenam klien termasuk dalam kategori tinggi, namun setelah mengikuti layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan perilaku *maladjustment* klien mengalami penurunan menjadi lima klien berada pada kategori rendah dan satu klien berada pada kategori sedang. Hasil *pre test* menunjukkan skor total perilaku *maladjustment* keenam klien adalah 258,66 dengan persentase 73,9% yang termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan hasil *post test* menunjukkan skor total 168,16 dengan persentase 48% yang termasuk dalam kategori rendah. Jadi dapat diketahui perbandingan skor hasil *pre test* dan *post test* terdapat penurunan sebanyak 90,5 atau dengan persentase penurunan 25,9%.

Hasil dari analisis deskripsi persentase menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan pada siswa kelas X di SMK Negeri 4 Semarang rata-rata perilaku *maladjustment* mencapai kategori tinggi dengan persentase 72,63%. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil rata-rata perilaku *maladjustment* keenam klien, yaitu AD (76%); DF (74%); GW (72,85%); JR (72,28%); KB (76,85%); dan NA (71,42%). Data tersebut menunjukkan bahwa keenam klien memiliki tingkat perilaku *maladjustment* yang tergolong tinggi. Perilaku *maladjustment* yang ditunjukkan oleh klien selama proses konseling berlangsung antara lain seperti, rasionalisasi,

menyalahkan orang lain atas kesalahan sendiri, represi, tindakan agresi *nonverbal*, serta reaksi melarikan diri.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif persentase perilaku *maladjustment* setelah pemberian layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan, rata-rata perilaku *maladjustment* keenam klien mengalami penurunan. Dari hasil *post test* dapat diketahui bahwa rata-rata perilaku *maladjustment* klien termasuk dalam kategori rendah dengan persentase 48%. Hasil *post test* menunjukkan bahwa hanya satu klien yang berada pada kategori sedang yaitu DF dengan persentase 54,28%, sedangkan kelima klien lain yang berada pada kategori rendah adalah AD (51,14%); GW (47,14%); JR (43,14); KB (49,42%); dan NA (43,14%). Dari hasil *pre test* dan *post test* diketahui persentase penurunan perilaku *maladjustment* sebesar 25,9%, dimana sebelum diadakan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan rata-rata perilaku *maladjustment* keenam klien adalah 73,90% dan setelah *treatment* menurun menjadi 48%. Hal ini membuktikan bahwa perilaku *maladjustment* keenam siswa dapat diturunkan melalui layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan.

Penyesuaian diri merupakan proses yang dilakukan seumur hidup. Rumini (2004) menjelaskan bahwa remaja yang pada kondisi emosi yang masih belum labil memiliki kecenderungan untuk melakukan penyesuaian diri yang menyimpang (*maladjustment*) kecuali remaja yang sudah memiliki karakter dan kepribadian yang kuat. Teknik pengkondisian

operan dalam penelitian ini merupakan suatu prosedur yang menyebabkan klien dapat mengontrol tingkah lakunya melalui pemberian ganjaran yang bijaksana dalam lingkungan yang relatif bebas. Pelaksanaan pengkondisian operan cenderung lebih fleksibel dan prosedurnya dapat disesuaikan sendiri oleh peneliti berdasarkan pada kondisi klien. Dalam penelitian ini, keenam klien yang mendapatkan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian

operan menunjukkan perubahan, yaitu siswa dapat belajar perilaku baru yang adaptif dan menghapus perilaku lamanya yang *maladjustment*. Sedangkan apabila ditinjau dari komponen-komponen perilaku *maladjustment*, keseluruhan komponen juga mengalami penurunan yang cukup signifikan.

Peneliti juga melakukan analisis uji hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil analisis tabel bantu uji *Wilcoxon* berikut ini:

Tabel 2 Tabel Bantu Uji Wilcoxon

Klien	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	Beda ($X_2 - X_1$)	Jenjang	Tanda Jenjang	
	(X_1)	(X_2)			+	-
AD	266	179	-87	2	0	-2
DF	259	190	-69	1	0	-1
GW	255	165	-90	3	0	-3
JR	253	151	-102	6	0	-6
KB	269	173	-96	4	0	-4
NA	250	151	-99	5	0	-5
Jumlah				0	-21	

Berdasarkan tabel bantu uji *wilcoxon* di atas, diketahui jenjang terkecil atau $T_{hitung} = -21$ dan $n=6$. Dari tabel dalam Statistika Untuk Penelitian, Sugiyono (2007) menetapkan harga-harga kritis untuk test *wilcoxon* dengan $n=6$ pada taraf signifikansi 5% untuk uji dua pihak ditemukan $T_{tabel} = 0$. Untuk uji *wilcoxon*, ditentukan bahwa $T_{hitung} < T_{tabel}$ menunjukkan bahwa H_0 penelitian ditolak dan H_a penelitian diterima. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa $T_{hitung} < T_{tabel}$, atau $-21 < 0$, dengan demikian perilaku *maladjustment* klien kelas X dapat diatasi dengan memberikan *treatment* berupa konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan. Hasil analisis dengan uji *wilcoxon* menunjukkan “ada perbedaan tingkat perilaku *maladjustment* klien sebelum dan setelah mendapatkan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan”.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa perilaku *maladjustment* dari keenam klien yaitu AD, DF, GW, JR, KB, dan

NA mengalami penurunan. Penurunan perilaku *maladjustment* yang dialami keenam klien tersebut berdasarkan hasil persentase masing-masing klien setelah mendapat *treatment* berupa konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan. Keenam klien menunjukkan perubahan secara bertahap sehingga perilaku *maladjustment* yang pada awalnya masih menunjukkan frekuensi kemunculan yang tinggi, namun seiring dengan berjalannya proses konseling behavioristik keenam klien mulai dapat mengurangi kemunculan perilaku *maladjustment* tersebut.

Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa penurunan perilaku *maladjustment* keenam klien terjadi pada semua indikator perilaku *maladjustment*. Meskipun begitu hendaknya klien terus berusaha agar perilaku *maladjustment* tersebut tidak muncul kembali. Tindak lanjut yang perlu dilaksanakan guru pembimbing hendaknya terus mendampingi siswa dengan memberikan dukungan terhadap perkembangan

akademik maupun mental/kejiwaan siswa, sekaligus membantu siswa yang bermasalah. Hal tersebut dapat dilakukan melalui berbagai layanan bimbingan dan konseling. Guru pembimbing juga perlu memperhatikan faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi perkembangan siswa yaitu lingkungan keluarga, teman sebaya, dan masyarakat.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis dari hasil penelitian ini, dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku *maladjustment* dapat diatasi melalui layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan pada klien di SMK N 4 Semarang. Simpulan utama tersebut kemudian dijabarkan menjadi tiga simpulan, yaitu *pertama*, tingkat perilaku *maladjustment* yang dialami klien sebelum diberikan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan menunjukkan kategori tinggi. Dari hasil pengamatan dan wawancara dengan klien, diketahui bahwa klien menunjukkan perilaku yang menggambarkan perilaku *maladjustment* seperti : sering mengarang alasan untuk menutupi kegagalan, sering menyalahkan orang lain atas kesalahan sendiri, sering memutar balikkan kenyataan untuk menutupi perasaan tidak mampu, sering berkata kasar, sering melanggar peraturan sekolah, sering membolos, sering memberontak, sering berkelahi/tawuran, sering

merusak barang, sering berfantasi, tidur berlebihan/patologis, dan regresi;

Kedua, tingkat perilaku *maladjustment* yang dialami klien setelah diberikan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan menunjukkan kategori rendah. Hasil pengamatan dan evaluasi selama pelaksanaan konseling behavioristik menunjukkan terjadinya penurunan perilaku *maladjustment*. Penurunan tersebut ditunjukkan dengan berkurangnya frekuensi kemunculan ciri-ciri perilaku *maladjustment* yang sebelumnya dilakukan oleh klien; *Ketiga*, ada perbedaan yang cukup signifikan antara perilaku *maladjustment* klien sebelum dan setelah diberikan *treatment*, dimana terjadi penurunan perilaku *maladjustment* setelah diadakan layanan konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock. E.B. 1997. Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan). Jakarta: Erlangga
- Latipun. 2003. Psikologi Konseling. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Rumini, S dan S. Sundari. 2004. Perkembangan Anak dan Remaja. Jakarta: Rineka Cipta
- Sobur, Alex. 2003. Psikologi Umum. Bandung: Pustaka Setia
- Sugiyono. 2007. Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Yusuf, S dan Nurihsan, J. 2005. Landasan Bimbingan dan Konseling. Bandung: Remaja Rosdakarya