



**KONSELING INDIVIDUAL PENDEKATAN BEHAVIORAL TEKNIK  
BEHAVIOR CONTRACT DALAM MENGATASI RENDAHNYA  
KEMANDIRIAN BELAJAR**

**Caci Mustika Ningsih<sup>✉</sup>, Supriyo, Heru Mugiarso**

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

**Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Juli 2016  
Disetujui Agustus 2016  
Dipublikasikan September 2016

*Keywords:*  
**Self-learning; Behavioral Counseling; Behavior Contract**

**Abstrak**

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang yang menunjukkan tingkat kemandirian belajar yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan kemandirian belajar anak asuh di Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang melalui konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract*. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang diarahkan kedalam penanganan kasus. Fokus penelitian ini yaitu rendahnya kemandirian belajar anak asuh ketika di panti asuhan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik pengujian keabsahan data yaitu dengan triangulasi. Analisis data yang digunakan yaitu analisis isi, komparatif dan logic. Subjek penelitian yaitu AW, EDP, dan MKG yang mengalami permasalahan rendahnya kemandirian belajar. Hasil penelitian konseling kepada tiga anak asuh, diketahui bahwa sudah terjadi perubahan peningkatan kemandirian belajar anak asuh ketika di panti asuhan, jadi berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa rendahnya kemandirian belajar konseli dapat diatasi melalui konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract*.

**Abstract**

This research was conducted based on the phenomenon in Muhammadiyah orphanage Semarang which shows a low level of self learning. This research aimed to determine changes of children's self learning in Muhammadiyah orphanage Semarang through individual counseling with behavioral approach, behavior contract technique. This research uses a case study approach that is directed into the handling of the case. The focus of this research is the low level of children's self learning when the children in the orphanages. Data collection methods used were interviews, observation, and documentation. The data's validity testing technique is by triangulation. Analysis of the data used analysis of content, comparative and logic. The subjects of research are AW, EDP, and MKG that have problems with low level of self learning. The results of the counseling research to three children is known that the children's self learning when in the orphanage is already increase, so based on the results of the research can be concluded that the lack of counselee's self learning can be solved through individual counseling with behavioral approach, behavior contract technique.

© 2016 Universitas Negeri Semarang

ISSN 2252-6374

<sup>✉</sup> Alamat korespondensi:

Gedung A2, Kampus Sekaran Gunungpati, Semarang 50229  
E-mail: [cacimustika@gmail.com](mailto:cacimustika@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Belajar adalah proses perubahan dari tidak bisa menjadi bisa, dari tidak tahu menjadi tahu dan seterusnya. Menurut Winkel (2007) "belajar adalah semua aktifitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dalam lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan nilai sikap, perubahan itu bersifat relatif konstan dan berbekas". Ini menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi karena belajar tidak timbul begitu saja dan belajar lebih banyak membutuhkan kegiatan yang disadari. Kegiatan belajar yang dilakukan oleh anak di luar sekolah atau di tempat tinggal anak tidak kalah pentingnya dengan belajar di lingkungan formal atau di sekolah. Kegiatan belajar ini sangat memerlukan kemandirian dari anak tersebut karena pada kondisi ini anak belum tentu memiliki guru atau tutor seperti ketika belajar di sekolah.

Kemandirian adalah unsur penting dalam belajar. Kemampuan anak untuk dapat belajar secara mandiri tidak terbentuk dengan sendirinya, melainkan hasil dari sebuah pembiasaan. Peran keluarga terutama orang tua sangatlah penting dalam menumbuhkan kemandirian belajar ketika di rumah. Hal ini berkenaan dengan bagaimana orang tua dapat mengarahkan anak agar mampu dan memiliki ketrampilan untuk mengatur dirinya sendiri. Bila anak mampu mengatur dirinya sendiri maka anak dapat mengatur dan mengelola pikiran, perilaku dan perasaan dalam dirinya untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam hal ini pencapaian tujuan yang dimaksud adalah tujuan belajar sehingga anak mampu memiliki inisiatif sendiri dalam belajar dan anak dapat mencapai prestasi belajar yang memuaskan serta mampu mengembangkan dirinya secara optimal.

Kemandirian belajar atau belajar mandiri bukan berarti belajar sendiri. Menurut Tahar (2006) "kemandirian belajar merupakan kesiapan dari individu yang mau dan mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam hal penentuan tujuan belajar, metode belajar, dan evaluasi belajar". Kemandirian dalam belajar sangatlah penting karena anak akan lebih terarah dalam melakukan kegiatan belajar dan akan memperoleh hasil belajar yang optimal. Anak dikatakan telah mampu belajar secara mandiri apabila ia telah mampu melakukan tugas belajar tanpa ketergantungan dengan orang lain (Nur, 2012).

Dari hasil wawancara dengan pengurus panti (orang tua asuh), diperoleh informasi bahwa kemandirian belajar anak-anak di panti asuh

han Muhammadiyah Semarang masih kurang. Hal ini dapat dilihat dari beberapa gejala yang tampak di lapangan, diantaranya malas dalam belajar, disiplin belajar kurang, masih ada pakaian untuk belajar dari orang tua asuh, belajar bila ada yang menunggu dan tidak bisa membagi waktu untuk belajar. Padahal pihak panti telah menyediakan waktu serta ruang khusus untuk belajar anak-anak asuh di panti. Kondisi tersebut menandakan bahwa kemandirian belajar anak-anak di panti asuhan Muhammadiyah Semarang masih rendah karena tidak menunjukkan ciri sikap anak yang memiliki kemandirian belajar.

Informasi tersebut didukung oleh hasil daftar cek masalah (DCM) kemandirian belajar yang peneliti berikan kepada 14 anak asuh pada tingkat pendidikan SLTA. Dari analisa DCM tersebut, diperoleh hasil permasalahan kemandirian belajar anak asuh secara keseluruhan sebesar 47,85% yang termasuk dalam kategori kurang. Dari 14 anak asuh tersebut, 42,85% (6 orang) termasuk dalam kategori yang memiliki kemandirian belajar sangat kurang. Berbekal dari hasil DCM yang menunjukkan 6 orang anak asuh yang termasuk dalam kategori yang memiliki kemandirian belajar sangat kurang, peneliti mengadakan wawancara kembali kepada orang tua asuh mengenai 6 anak tersebut. Dari hasil wawancara tersebut, mengkutukkan subyek penelitian menjadi 3 orang anak asuh. Ketiga anak asuh tersebut ialah AW, EDP, dan MKG.

Pada dasarnya bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan bisa berkembang secara optimal, dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar maupun karier melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdaarkan norma-norma yang berlaku (SK Mendikbud No. 025/D/1995 dalam Prayitno, 2008). Dalam dunia bimbingan dan konseling, terdapat beberapa layanan yang dapat diberikan kepada anak sesuai dengan kebutuhan dan tujuannya. Pada penelitian ini peneliti menggunakan layanan individual untuk mengatasi rendahnya kemandirian belajar. Alasan penggunaan konseling individual ini ialah bahwa melalui konseling individual ini memungkinkan anak mendapatkan layanan langsung bertatap muka secara perorangan untuk mengentaskan permasalahan yang sedang dihadapinya dan mengembangkan dirinya secara optimal.

Setiap proses konseling tidak akan pernah lepas dari pendekatan-pendekatan konseling. Salah satu pendekatan dalam konseling adalah konseling behavioral. Konseling individual melalui pendekatan behavioral dianggap paling sesu-

ai untuk mengatasi permasalahan kemandirian belajar yang rendah. Hal ini dikarenakan konse ing behavioral merupakan pendekatan konseling yang memiliki fokus pada perubahan perilaku (Latipun, 2008). Karena pendekatan ini menekankan pada pengubahan tingkah laku, peneliti menggunakan pendekatan ini untuk dapat mengubah tingkah laku anak yang kurang memiliki kemandirian belajar (maladaptif) menjadi perilaku anak yang memiliki kemandirian belajar (adaptif).

Konseling behavioral memiliki beberapa teknik yang salah satunya ialah teknik *behavior contract* atau kontrak perilaku. Kontrak perilaku merupakan kontrak untuk mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor (Komalasari dkk, 2011). Alasan dari penggunaan teknik ini ialah kemandirian merupakan salah satu bentuk tingkah laku dan tingkah laku dapat dipelajari dan dapat diubah dengan memberikan penguatan setelah tingkah laku yang diharapkan muncul, dalam hal ini adalah kemandirian dalam belajar.

Berdasarkan dari uraian tersebut, penelitian ini mengangkat judul "Penerapan Konseling Individual dengan Pendekatan Behavioral Teknik *Behavior Contract* dalam Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar (Studi Kasus Pada 3 Anak Asuh di Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang Tahun 2015)".

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan tujuan untuk mengungkapkan secara lebih rinci tentang permasalahan anak yaitu tentang kemandirian belajar anak asuh yang rendah. Studi kasus yang digunakan diarahkan dalam penanganan kasus. Fokus penelitian ini adalah rendahnya kemandirian belajar anak asuh ketika di panti asuhan yang akan diatasi melalui proses konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract*. Subjek dalam penelitian ini merupakan anak asuh yang memiliki tingkat kemandirian belajar yang rendah di Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang. Subjek penelitian ini yaitu AW, EDP dan MKG. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode triangulasi, yaitu triangulasi sumber, dan triangulasi metode. Data yang telah diperoleh dalam penelitian ini, dianalisis secara deskriptif kualitatif. Teknik analisis data menggu-

nakan analisis isi, komparatif dan logic.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini ialah mengetahui gambaran proses layanan konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract* dalam mengatasi rendahnya kemandirian belajar dan perubahan kemandirian belajar anak asuh di Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang. Sesuai dengan tujuan tersebut, maka di dalam hasil penelitian ini akan dipaparkan mengenai gambaran proses konseling serta gambaran perubahan kemandirian belajar masing-masing subyek penelitian setelah pemberian layanan konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract*.

Pelaksanaan *treatment* dengan menerapkan konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract* ini diawali dengan pembentukan *rapport* yaitu menjalin hubungan baik. Tahap kedua *assessment* adalah tahapan konseli memberikan informasi mengenai masalah yang dialaminya. Tahap ketiga *goal setting* adalah membuat kesepakatan menyusun tujuan yang diharapkan dengan adanya konseling ini. Tahap keempat implementasi teknik adalah penerapan teknik *behavior contract*. Selanjutnya tahap terakhir evaluasi-terminasi adalah mengevaluasi tentang kegiatan konseling yang telah dilakukan serta kegiatan pengakhiran proses konseling.

Rendahnya kemandirian belajar ialah suatu bentuk perilaku yang ditunjukkan dengan salah satu gejala belajar masih karena paksaan orang lain bukan karena inisiatif sendiri. Dari penelitian ini diketahui akibat dari rendahnya kemandirian belajar diantaranya tidak memahami materi pelajaran, ketertinggalan mata pelajaran, prestasi tidak memuaskan dan tidak naik kelas.

Untuk subyek yang pertama yakni AW. AW merupakan anak ke empat dari lima bersaudara. Ke empat kakak konseli yang lain saat ini sudah bekerja. Konseli berasal dari Salatiga, ayah dan ibunya bekerja sebagai petani di daerah asalnya. Ia tinggal di panti asuhan Muhammadiyah Semarang sejak kelas VII SMP. Sekarang konseli duduk di bangku kelas XI jurusan Pemasaran di SMK Muhammadiyah I Semarang.

Gambaran rendahnya kemandirian belajar konseli AW ketika di panti asuhan sebelum dilakukan proses konseling yaitu konseli belajar belum atas inisiatifnya sendiri, tidak disiplin dalam belajar. Selain itu, ia juga sering lari dari masalah belajar seperti ketika ia menemukan materi yang sulit ketika belajar, ia memilih untuk mengakhiri kegiatan belajarnya. Hal yang sama juga ia laku-

kan ketika ada PR yang dirasa sulit, ia memilih untuk mengerjakannya di sekolah dengan kata lain menyontek pekerjaan milik temannya.

Faktor yang menyebabkan AW memiliki kemandirian belajar yang rendah ialah adanya pengaruh dari teman-temannya yang ketika jam belajar tidak belajar tetapi bermain dan mengobrol, perasaan malas belajar, dan belum menyadari pentingnya belajar. Gejala awal perilaku rendahnya kemandirian belajar AW ialah ia belum menempatkan diri di ruang belajar ketika sudah masuk jadwal jam belajar di panti. Karena hal tersebut, orang tua asuhpun harus mendatanginya dan menyuruhnya untuk ke ruang belajar dan belajar.

Setelah dilakukan proses konseling, kemandirian belajar konseli AW ketika di panti asuhan sudah terlihat meningkat. AW yang sebelumnya memiliki tingkat kemandirian belajar sangat rendah, setelah mendapatkan layanan konseling, tingkat kemandirian belajarnya menjadi sedang. Konseli sudah menyadari dan memahami akan pentingnya belajar. Selain itu adanya perubahan perilaku pada konseli yaitu konseli belajar runtun setiap hari ketika jam belajar di panti tanpa harus disuruh atau dimarahi dan ditunggu oleh orang tua asuh.

Untuk subyek selanjutnya yaitu EDP. EDP merupakan anak pertama dari empat bersaudara. Konseli berasal dari Temanggung. Ia tinggal di panti asuhan Muhammadiyah Semarang sejak kelas V SD. Sekarang konseli duduk di bangku kelas XI jurusan Pemasaran di SMK Muhammadiyah 1 Semarang.

Gambaran rendahnya kemandirian belajar konseli EDP ketika di panti asuhan sebelum dilakukan proses konseling yaitu konseli belajar belum atas inisiatifnya sendiri. Ia belajar hanya jika ada ulangan dan ditunggu oleh orang tua asuh ketika di ruang belajar. Ketika ada PR, ia memilih untuk mengerjakannya di sekolah dengan kata lain menyontek pekerjaan milik temannya.

Faktor yang menyebabkan EDP mempunyai kemandirian belajar yang rendah ialah perasaan malas untuk belajar, adanya pengaruh dari teman-temannya yang ketika jam belajar tidak belajar tetapi bermain dan mengobrol, dan belum menyadari pentingnya belajar. Gejala awal perilaku rendahnya kemandirian belajar EDP ialah ia belum menempatkan diri di ruang belajar ketika sudah masuk jadwal jam belajar di panti. Karena hal tersebut, orang tua asuhpun harus mendatanginya dan menyuruhnya untuk ke ruang belajar dan belajar.

Setelah dilakukan proses konseling, kemandirian belajar konseli EDP ketika di panti

asuhan sudah terlihat meningkat. EDP yang sebelumnya memiliki tingkat kemandirian belajar sangat rendah, setelah mendapatkan layanan konseling, tingkat kemandirian belajarnya menjadi rendah. Konseli sudah menyadari dan memahami akan pentingnya belajar. Selain itu adanya perubahan perilaku pada konseli yaitu konseli belajar runtun setiap hari ketika jam belajar di panti tanpa harus disuruh atau dimarahi dan ditunggu oleh orang tua asuh.

Selanjutnya subyek yang ketiga yaitu MKG. MKG merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Konseli berasal dari Tegal. Ayah dan ibunya bekerja sebagai pedagang di daerah asalnya. Ia tinggal di panti asuhan Muhammadiyah Semarang sejak kelas VII SMP. Sekarang konseli duduk di bangku kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Semarang.

Gambaran rendahnya kemandirian belajar konseli MKG ketika di panti asuhan sebelum dilakukan proses konseling yaitu konseli belajar belum atas inisiatifnya sendiri, tidak rutin dan teratur dalam belajar. Ia belajar hanya jika ada PR atau ulangan. Ketika ada PR yang dirasa sulit-pun, ia memilih untuk mengerjakannya di sekolah dengan kata lain menyontek pekerjaan milik temannya.

Faktor yang menyebabkan MKG memiliki kemandirian belajar yang rendah ialah adanya pengaruh dari teman-temannya yang ketika jam belajar tidak belajar tetapi bermain dan mengobrol, perasaan malas belajar, dan belum menyadari pentingnya belajar. Gejala awal perilaku rendahnya kemandirian belajar MKG ialah ia belum menempatkan diri di ruang belajar ketika sudah masuk jadwal jam belajar di panti. Karena hal tersebut, orang tua asuhpun harus mendatanginya dan menyuruhnya untuk ke ruang belajar dan belajar.

Setelah dilakukan proses konseling, kemandirian belajar konseli MKG ketika di panti asuhan sudah terlihat meningkat. MKG yang sebelumnya memiliki tingkat kemandirian belajar sangat rendah, setelah mendapatkan layanan konseling, tingkat kemandirian belajarnya menjadi sedang. Konseli sudah menyadari dan memahami akan pentingnya belajar. Selain itu adanya perubahan perilaku pada konseli yaitu konseli belajar runtun setiap hari ketika jam belajar di panti tanpa harus disuruh atau dimarahi dan ditunggu oleh orang tua asuh.

Dari hasil proses konseling secara keseluruhan menunjukkan bahwa masalah rendahnya kemandirian belajar konseli ketika di panti asuhan yang dialami konseli AW, EDP, dan MKG setelah mendapatkan *treatment* telah mengalami

perubahan. Perubahan tersebut ialah berupa peningkatan kemandirian belajar ketika di panti asuhan jika dibandingkan dengan sebelum mendapatkan *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract*, efektif mengatasi masalah rendahnya kemandirian belajar. Hal ini sesuai dengan tujuan dan fungsi dari konseling individual yaitu pengentasan masalah (Mugiarso, dkk 2004).

Hal ini juga sesuai dengan tujuan pendekatan behavior (Corey 2007), yaitu memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Perilaku baru yang diciptakan adalah konseli dapat belajar secara rutin dan teratur sesuai dengan jam belajar yang disediakan di panti, karena pada dasarnya semua tingkah laku merupakan hasil dari belajar. Oleh sebab itu dalam kegiatan konseling ini, rendahnya kemandirian belajar konseli ketika di panti asuhan dihapuskan dan diganti agar konseli lebih mandiri dalam belajar.

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis dari hasil penelitian ini, dapat diambil kesimpulan bahwa masalah rendahnya kemandirian belajar konseli ketika di panti asuhan Muhammadiyah Semarang dapat diatasi melalui konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract*. Simpulan utama tersebut kemudian dijabarkan menjadi dua simpulan, yaitu *pertama*, gambaran proses layanan konseling individual dengan pendekatan behavioral teknik *behavior contract* dalam mengatasi rendahnya kemandirian belajar pada konseli AW, EDP, dan MKG yaitu sebelum diberikan konseling individual, kemandirian belajar masing-masing konseli sangat kurang. Selama proses konseling individual yang terdiri enam tahapan, yaitu tahap *rapport*, *assessment*, *goal setting*, teknik implementasi, *treatment*, hingga evaluasi dan terminasi, AW, EDP, dan MKG menunjukkan sikap yang kooperatif dan antusias dalam mengikuti alur layanan konseling individual;

*Kedua*, Gambaran masalah rendahnya kemandirian belajar pada konseli AW, EDP, dan MKG setelah dilakukan konseling yaitu mengalami perubahan berupa peningkatan kemandirian dalam belajar ketika di panti asuhan. AW yang sebelumnya memiliki tingkat kemandirian belajar sangat rendah, setelah mendapatkan lay-

anan konseling, tingkat kemandirian belajarnya menjadi sedang. EDP yang sebelumnya memiliki tingkat kemandirian belajar sangat rendah, setelah mendapatkan layanan konseling, tingkat kemandirian belajarnya menjadi rendah. MKG yang sebelumnya memiliki tingkat kemandirian belajar sangat rendah, setelah mendapatkan layanan konseling, tingkat kemandirian belajarnya menjadi sedang.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada (1) Prof.Dr.Fathur Rokhman M.Hum, Rektor Universitas Negeri Semarang, (2) Drs. Hardjono, M.Pd., Dekan FIP UNNES, (3) Drs. Eko Nusantoro, M.Pd.Kons., Ketua jurusan BK, (4) Wartono, S.T, Kepala Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang, (5) Orang tua asuh, pengurus serta seluruh warga Panti Asuhan Muhammadiyah Semarang, (6) Konseli AW, EDP dan MKG, (7) Pihak-pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Nur, Dian Firdausi. *Penanganan Kasus Rendahnya Kemandirian Belajar Siswa Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Konseling Behavioristik Teknik Self Management pada 3 Siswa Kelas XI F di SMP N 13 Pekalongan Tahun Ajaran 2011/2012.2012.* Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, FIP UNNES: tidak diterbitkan.
- Corey, Gerald. 2007. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Rafika Aditama.
- Komalasari, dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang: UPT UMM.
- Mugiarso, Heru. Dkk. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT MKK. Universitas Negeri Semarang.
- Prayitno dan Erman Amti. 2008. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Tahar. 2006. *Hubungan Kemandirian Belajar dengan Hasil Belajar pada Pendidikan Jarak Jauh*. Jurnal Pendidikan. Universitas Terbuka dan Jarak Jauh, Volume 7.
- Winkel, 2007. *Psikologi Pengajaran*, Jakarta, Grasindo.