

# EFEKTIFITAS PELATIHAN KONSELING *BEHAVIOUR* TERHADAP TINGKAT PEMAHAMAN KONSELING *BEHAVIOUR* PADA GURU PAUD

Anniez Rachmawati Musslifah

Universitas Sahid Surakarta

Email : [rachmawatianniez@gmail.com](mailto:rachmawatianniez@gmail.com)

## Abstract:

Beberapa PAUD di karisidenan Surakarta merupakan PAUD yang memposisikan diri sebagai PAUD dengan menyediakan layanan rutin konseling berbasis perilaku (*behaviour*) bagi Anak dan wali murid. Layanan konseling rutin ini bertujuan untuk menemukan perilaku maladaptif anak, baik disekolah maupun di rumah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pelatihan konseling *behaviour* terhadap tingkat pemahaman konseling *behaviour* pada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan pelatihan konseling *behaviour* terhadap tingkat pemahaman konseling *behaviour* pada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar. Metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode quasi eksperimen, dengan menggunakan desain eksperimen berbentuk *one group pre test-post test design*, yang dikenal juga dengan eksperimen semu. Perlakuan yang diberikan adalah dengan memberikan pelatihan konseling *behaviour* secara langsung kepada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar. Berdasarkan hasil analisis paired sample t-test, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil yang signifikan antara pretest dan posttest ( $65.44 < 86.56$ , sig.  $0.000 < 0.005$ ). Hasil tersebut membuktikan bahwa pelatihan konseling behavior yang dilakukan efektif untuk meningkatkan pemahaman konseling behavior guru-guru PAUD di Kecamatan Jaten.

**Kata Kunci:** Pelatihan Konseling *Behaviour*, Guru PAUD

**Abstrak:**

Beberapa PAUD di karisidenan Surakarta merupakan PAUD yang memposisikan diri sebagai PAUD dengan menyediakan layanan rutin konseling berbasis perilaku (*behaviour*) bagi Anak dan wali murid. Layanan konseling rutin ini bertujuan untuk menemukan perilaku maladaptif anak, baik disekolah maupun di rumah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pelatihan konseling *behavior* terhadap tingkat pemahaman konseling *behaviour* pada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan pelatihan konseling *behaviour* terhadap tingkat pemahaman konseling *behaviour* pada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar. Metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode quasi eksperimen, dengan menggunakan desain eksperimen berbentuk *one group pre test-post test design*, yang dikenal juga dengan eksperimen semu. Perlakuan yang diberikan adalah dengan memberikan pelatihan konseling *behaviour* secara langsung kepada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar. Berdasarkan hasil analisis paired sample t-test, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil yang signifikan antara pretest dan posttest ( $65.44 < 86.56$ , sig.  $0.000 < 0.005$ ). Hasil tersebut membuktikan bahwa pelatihan konseling behavior yang dilakukan efektif untuk meningkatkan pemahaman konseling behavior guru-guru PAUD di Kecamatan Jaten.

**Kata Kunci:** Pelatihan Konseling *Behaviour*, Guru PAUD

**A. Pendahuluan**

Era MEA memberikan tantangan bagi bangsa Indonesia untuk menjalaninya, baik siap maupun tidak siap. Karena hal tersebut, maka menuntut perhatian dari semua sektor terlebih sektor pendidikan yang menempati garda terdepan upaya pembangunan SDM Indonesia. Pemberlakuan MEA menjadi momentum yang baik untuk melakukan perbaikan-perbaikan pada sektor pendidikan Indonesia agar mampu menghasilkan

SDM yang memiliki daya saing tinggi. Dalam kaitannya pemberlakuan MEA tersebut, maka dapat dicermati adanya perkembangan *sosio-ekonomi-kultural* masyarakat dewasa ini yang sangatlah cepat. Hal tersebut berimbas pada bergesernya nilai-nilai budaya yang telah lama dipegang oleh masyarakat, tak terkecuali pada pola pengasuhan anak.

Seperti diketahui bahwa UU Sisdiknas 2003 pasal 1 ayat 14 yang menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Tujuan pendidikan usia dini adalah untuk mengembangkan kepribadian dan potensi diri sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik).<sup>1</sup> Undang-undang diatas jelas menitikberatkan pentingnya pendidikan anak usia dini. Sebab, ibarat sebuah bangunan Pendidikan anak usia dini adalah pondasi yang menentukan tegak tidaknya seseorang.

Pentingnya pendidikan Anak Usia dini ini sepenuhnya telah direspon baik oleh pemerintah dan masyarakat. Wujud dari kepedulian itu dimanifestasikan dengan banyaknya PAUD berdiri dilingkungan masyarakat. Respons positif tersebut, belum diikuti dengan kualitas dan kuantitas guru PAUD. Masalah kuantitas guru PAUD ini sangat jelas terlihat, populasi guru yang mengajar di SD, SMP dan SMA jauh lebih besar apabila kita bandingkan dengan guru PAUD. Selain itu juga kualitas tenaga pendidik di PAUD juga masih sangat tertinggal. Hal tersebut disebabkan karena secara filosofi manusia Indonesia kurang mengenal pendidikan anak usia dini. Lebih jauh lagi minimnya minat masyarakat untuk mengajar di PAUD karena minimnya pendapatan yang didapatkan. Akhirnya standar mutu pendidik pendidikan anak usia dini menjadi kabur, lulusan SMP, SMU bisa mendapatkan posisi sebagai pendidik di PAUD.<sup>2</sup> Eliot, menyatakan bahwa terdapat bukti yang memperlihatkan bahwa PAUD yang berkualitas

---

<sup>1</sup> Depdiknas. 2003. Kurikulum Kompetensi Sekolah Dasar. Jakarta: Depdiknas.

<sup>2</sup> Lukmanritonga. 2012. *Standar Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Badan Nasional Standar Pendidikan.

akan berpengaruh pada perkembangan kognitif, sosial, dan kemampuan anak dalam beradaptasi di sekolah<sup>3</sup>.

Menurut Howard & Orlansky menyatakan bahwa kemampuan anak dikatakan mengalami gangguan perilaku ketika memiliki satu atau lebih dari lima karakteristik ini: *pertama*, ketidakmampuannya untuk belajar yang bukan disebabkan oleh faktor intelektual dan fisik; *kedua*, ketidakmampuannya untuk membangun atau memelihara kepuasan dalam berinteraksi dengan teman sebayanya; *ketiga*, tipe perilaku yang tidak sesuai atau perasaan yang dibawah keadaan normal; *keempat*, mudah terbawa suasana hati (labil), tidak bahagia dan depresi; dan *kelima*, kecenderungan untuk mengembangkan simtom-simtom fisik atau ketakutan-ketakutan yang diasosiasikan dengan permasalahan pribadi atau kesalahan.<sup>4</sup> Pada anak-anak prasekolah perilaku yang dapat dipandang sebagai normal untuk usia tertentu juga sulit dibedakan dari perilaku yang bermasalah. Perilaku bermasalah mungkin digunakan untuk mengidentifikasi membesarnya frekuensi atau intensitas perilaku tertentu sampai pada tingkatan yang mengkhawatirkan<sup>5</sup>

Dalam perkembangan, permasalahan-permasalahan diatas akan menjadi masalah serius yang akan mengganggu perkembangan anak kedepan. Lebih lanjut lagi permasalahan tersebut akan berdampak pada keberlangsungan proses kegiatan belajar mengajar di PAUD. Salah satu metode yang bisa dilakukan untuk menyelesaikan masalah diatas adalah dengan jalan konseling. Hal tersebut wajar, karena dalam proses konseling, seorang konselor akan membantu anak-anak dalam menemukan, memahami dan akhirnya mencari solusi terbaik untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Pada umumnya konseling pada anak-anak jauh lebih sulit dibandingkan dengan konseling pada orang dewasa. Sebab, sebagian besar anak akan merasa sulit berbicara

---

<sup>3</sup> Wilczek, Eliot and Kevin Glick. 2006. *Fedora and the Preservation of University Records Project: Reports and*

<sup>4</sup> Sunardi.1996. *Pendidikan Anak Berbakat yang Menyandang Ketunaan*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Depdikbud.

<sup>5</sup> Corey G. 2005. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

pada orang dewasa. Padahal konseling adalah proses menanamkan kepercayaan internal dan perasaan eksternal yang akhirnya bisa lebih muda diatur, proses ini juga memberikan pengertian pada anak-anak bahwa hubungan ini adalah sangat berharga. Akhirnya seorang konseling wajib memiliki ketrampilan untuk dekat dengan anak atau mampu membangun rapport yang bagus dengan anak. Banyak penelitian secara empiris yang mengevaluasi metode dari keefektifan pendekatan perilaku dibandingkan dengan pendekatan klinik.

Hal tersebut karena dalam proses terapi perilaku ini seorang konselor tidak hanya menyelesaikan masalah dengan anak saja, tapi melalui kerjasama dengan orang tua. Maksudnya disini para konselor melibatkan orang tua dengan cara hanya memberikan saran kepada orang tua dan yang melakukan tindakan adalah orang tua itu sendiri. Hal ini dilakukan sebagai langkah control yang bagus, karena seorang konselor tidak mempunyai waktu yang banyak dibandingkan dengan orang tuanya. Selain itu, bisa dilakukan dengan menjadikan orang tua sebagai role model untuk mengubah perilaku anak, karena pada masa kanak-kanak anak lebih cenderung mencontoh orang yang dianggap dekat dengan mereka.

Konseling behavioral diidentikkan dengan perilaku bermasalah, dimana perilaku tersebut merupakan kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya. Nugroho dalam penelitiannya menyebutkan bahwa perilaku bermasalah berkaitan erat dengan *Defend Mekanism* (Mekanisme Pertahanan Diri). Mekanisme pertahanan diri merupakan jalan pintas individu mengatasi kecemasannya. Dalam psikoanalisis klasik ada dua faktor yang menyebabkan perilaku ini, yaitu: *pertama*, dinamika yang tidak efektif antara id, super ego dan ego. Dinamika yang tidak efektif ini ditandai oleh ketidak mampuan ego mengendalikan keinginan-keinginan dan tuntutan moral. *Kedua*, diperoleh melalui proses belajar sejak kecil. Sepanjang hidup individu pada dasarnya terjadi proses dinamika id, super ego dan ego.<sup>6</sup> Dalam pandangan Freud, pengalaman

---

<sup>6</sup> Anggit Fajar Nugroho. Teori-Teori Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan (Teori Psikoanalisis, Teori Berpusat Pada Klien dan Teori Behavioristik). Jurnal Tawadhu. Vol. 2 no. 1, 2018

masa kanak-kanak sangat mempengaruhi pola kehidupan hingga dewasa. Jika individu dapat menyalurkan keinginan-keinginannya secara wajar, yaitu yang masih dalam kendali ego yang rasional dan sesuai dengan realitasnya, maka gangguan tidak terjadi, anak akan menjadi sehat.

Insan Suwanto dalam penelitiannya mengatakan bahwa konseling behavioral pada dasarnya merupakan suatu teknik dalam konseling yang berlandaskan teori belajar berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya. Tujuan konseling behavioral yaitu : *pertama*, menciptakan perilaku baru; *kedua*, menghapus perilaku yang tidak sesuai; dan *ketiga*, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.<sup>7</sup> Kumalasari menyebutkan pendekatan konselor behavioral memiliki peran yang sangat penting dalam membantu konseling mengemukakan peran yang harus dilakukan konselor, yaitu bersikap menerima, mencoba memahami konseli dan apa yang dikemukakan tanpa menilai atau mengkritiknya.<sup>8</sup> Konselor lebih berperan sebagai guru yang membantu klien melakukan teknik-teknik modifikasi perilaku yang sesuai dengan masalah, tujuan yang hendak dicapai. Lebih lanjut dikatakan bahwa konseling behavioral tidak hanya mengatasi masalah yang bersifat permukaan saja, tetapi juga mengatasi masalah-masalah yang mendalam, bahkan dapat mengubah perilaku dalam jangka panjang. Chairul Anam, dalam penelitiannya berjudul “Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Prilaku Agresif Belajar Siswa” menunjukkan bahwa pentingnya Kepala Pengelola Lembaga Pendidikan agar selalu memperhatikan perkembangan lembaganya, lebih banyak berinteraksi atau melakukan pertemuan dengan guru agar tidak ada kesenjangan antara pimpinan dan guru.<sup>9</sup> Pendidik, agar lebih kreatif dalam menciptakan situasi

---

<sup>7</sup> Kematangan Karir Siswa SMK. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia Volume 1 Nomor 1 Maret 2016

<sup>8</sup> Dyesi Kumalasari. Konsep Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir. HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam Vol. 14, No. 1, Juni 2017

<sup>9</sup> Aluh Hartati, Baiq Sarlita Kartiani, M Chairul Anam. Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Prilaku Agresif Belajar Siswa, Jurnal Realita Volume 3 Nomor 5 Edisi April 2018

pembelajaran yang menyenangkan, sehingga peserta didik tidak mudah bosan dalam menerima pembelajaran yang berlangsung, karena hal ini penting demi keberhasilan tujuan pendidikan itu sendiri.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, penulis mencoba untuk menggunakan konseling individual dengan teknik behavioral, karena salah satu tujuan konseling adalah mengadakan perubahan perilaku sehingga memungkinkan hidupnya lebih produktif dan memuaskan. Dalam penulisan ini konseling yang dimaksud adalah konseling behavioral untuk melihat efektifitas pemahamannya pada guru PAUD. Metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode quasi eksperimen, dengan menggunakan desain eksperimen berbentuk *one group pre test-post test design*, yang dikenal juga dengan eksperimen semu. Perlakuan yang diberikan adalah dengan memberikan pelatihan konseling *behaviour* secara langsung kepada guru PAUD di Kecamatan Jaten, Karanganyar.

## **B. Pembahasan**

### **1. Konsep Dasar Konseling Behavioral**

Wolpe menyebut konseling behavioral merupakan sarana dalam menangani masalah perilaku mulai dari kegagalan individu untuk belajar merespon secara adaptif hingga mengatasi gejala neurotik.<sup>10</sup> Sementara itu Chairul Anam menyebut bahwa konseling behavioristic adalah sebuah proses konseling (bantuan) yang diberikan oleh konselor kepada konseli dengan menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku (behavioral), dalam hal pemecahan masalah-masalah yang dihadapi serta dalam penentuan arah kehidupan yang ingin dicapai oleh diri konseli.<sup>11</sup>

Dalam pandangan behavioral, perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya yang membentuk sebuah kepribadian seseorang. Sehingga dapat diubah dengan manipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar. Kepribadian seseorang dengan

---

<sup>10</sup> Latipun. 2015: *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press. Corey. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

<sup>11</sup> Op. cit

yang lainnya berbeda-beda karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya. Dalam proses konseling, konselor berfungsi sebagai konsultan, penasehat, pemberi dukungan dan fasilitator. Konselor dalam pendekatan ini berfungsi sebagai guru, pengaruh dan ahli yang mendiagnosa tingkah laku yang maladaptif dan menentukan prosedur untuk mengatasi persoalan tingkah laku individu. Para konselor behaviorial memandang kelainan perilaku sebagai kebiasaan yang dipelajari. Perilaku dapat diubah dengan mengganti situasi positif yang direkayasa sehingga kelainan perilaku berubah menjadi positif. Modifikasi perilaku menyimpang melalui perubahan situasi lingkungan positif yang direkayasa sehingga dapat menstimulus terjadinya perilaku positif.

Insan Suwanto menyebut perilaku bermasalah dalam pandangan behaviorisme dimaknai sebagai perilaku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau perilaku yang tidak tepat, yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan.<sup>12</sup> Perilaku yang salah penyesuaian terbentuk melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Artinya bahwa perilaku individu itu meskipun secara sosial adalah tidak tepat, dalam beberapa saat memperoleh ganjaran dari pihak tertentu. Dari cara demikian akhirnya perilaku yang tidak diharapkan secara sosial atau perilaku destruktif dikelas<sup>13</sup>

W. S Winkel & Sri Hastuti menjelaskan perubahan perilaku harus diusahakan melalui proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*) yang berlangsung selama proses konseling. Proses konseling pada dasarnya juga dipandang sebagai proses belajar yang dimaksudkan belajar untuk bertingkah laku kearah yang lebih baik dengan bantuan konselor kemudian pada akhirnya klien dapat terbiasa dengan berperilaku yang adaptif meskipun tanpa dibimbing konselor terus-menerus.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Insan Suwanto. Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia Volume 1 Nomor 1 Maret 2016

<sup>13</sup> Op. cit

<sup>14</sup> W. S Winkel & Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi

Ciri-ciri pendekatan Behavioral menurut Singgih adalah sebagai berikut: *pertama*, kebanyakan perilaku manusia dapat dipelajari dan karena itu dapat diubah; *kedua*, perubahan khusus terhadap lingkungan individual yang dapat membantu individu atau sekelompok individu dalam merubah perilaku-perilaku yang tidak relevan. sehingga prosedur-prosedur konseling berusaha membawa perubahan-perubahan yang relevan dalam perilaku konseli dengan merubah lingkungan; *ketiga*, prinsip-prinsip belajar sosial, dapat digunakan untuk mengembangkan prosedur-prosedur konseling; *keempat*, keefektifan konseling dan hasil konseling dinilai dari perubahan-perubahan dalam perilaku-perilaku khusus konseli diluar dari layanan konseling yang diberikan; dan *kelima*, prosedur-prosedur konseling dapat secara khusus didesain untuk membantu konseli dalam memecahkan masalah khusus.<sup>15</sup>

Tujuan konseling behavioral berorientasi pada pengubahan atau modifikasi perilaku konseli, sebagaimana disampaikan oleh Kumalasari, di antaranya: *pertama*, menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar; *kedua*, penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif; *ketiga*, memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari; *keempat*, membantu konseli membuang respon-respon yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjustive*), *kelima*, konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang *maladaptive*, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan; dan *keenam*, penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.<sup>16</sup>

Tujuan konseling behavioral dalam pengambilan keputusan adalah secara nyata membuat keputusan. Konselor behavioral bersama konseli bersepakat menyusun urutan prosedur pengubahan perilaku yang akan diubah, dan selanjutnya konselor menstimulasi perilaku konseli. Konselor behavioral memiliki peran yang sangat penting

---

<sup>15</sup> Singgih. (2007). *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Diterbitkan oleh Anggota Ikapi.

<sup>16</sup> Dyesi Kumalasari. Konsep Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* Vol. 14, No. 1, Juni 2017

dalam membantu konseli. Menurut Wolpe, mengemukakan peran yang harus dilakukan konselor, yaitu bersikap menerima, mencoba memahami konseli dan apa yang dikemukakan tanpa menilai atau mengkritiknya. konselor lebih berperan sebagai guru yang membantu konseli melakukan teknik-teknik modifikasi perilaku yang sesuai dengan masalah, tujuan yang hendak dicapai.<sup>17</sup>

Menurut Corey Tahap-tahap konseling behavioristik terdiri atas 4 (empat) tahap, yaitu: *pertama*, Pengukuran (assesment). Hal-hal yang digali dalam assesmen meliputi analisis tingkah laku bermasalah yang dialami konseli saat ini, yaitu analisis situasi yang di dalamnya terjadi masalah konseli; analisis selfcontrol; analisis hubungan sosial; dan analisis lingkungan fisik-sosial budaya. *Kedua*, menentukan tujuan yang ditetapkan akan digunakan sebagai tolak ukur untuk melihat keberhasilan proses terapi. Proses terapi akan dihentikan jika telah mencapai tujuan. Tujuan terapi harus jelas konkret, dipahami, dan disepakati oleh konseli dan konselor. Konselor dan konseli mendiskusikan perilaku yang terkait dengan tujuan keadaan yang diperlukan untuk perubahan sifat tujuan dan rencana tindakan untuk bekerja ke arah tujuan tersebut. *Ketiga*, mengimplementasikan teknik. Setelah merumuskan tujuan yang ingin dicapai, konselor dan konseli menentukan strategi belajar yang terbaik untuk membantu konseli mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan. Konselor dan konseli mengimplementasikan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli. *Keempat*, mengakhiri konseling Proses konseling akan berakhir jika tujuan yang ditetapkan di awal konseling telah tercapai. Meskipun demikian, konseli tetap memiliki tugas yaitu terus melaksanakan perilaku baru yang diperolehnya selama proses konseling di dalam kehidupannya sehari-hari.<sup>18</sup>

Konseling behavioral memiliki sejumlah teknik spesifik yang di gunakan untuk melakukan pengubahan perilaku berdasarkan tujuan yang hendak dicapai. Menurut

---

<sup>17</sup> Sarjilah, (2011). *Pengembangan Materi Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Paramitra.

<sup>18</sup> Latipun. 2015: *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press. Corey. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Goldenberg <sup>19</sup> teknik-teknik konseling behavioristik di antaranya: Desensititasi sistematis, Terapi implosif, Latihan perilaku asertif, Pengkondisian Aversi, dan Pembentukan perilaku model. Konselor yang menggunakan pendekatan *behavioral* dapat menggunakan berbagai macam teknik dan prosedur yang berakar pada teori tentang belajar. Pendekatan ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah yang lebih adaptif. Dasar alasannya adalah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (*learned*), termasuk tingkah laku yang maladaptif. Jika tingkah laku *neurotik learned*, maka ia bisa *unlearned* (dihapus dari ingatan), dan tingkah laku yang lebih efektif bias diperoleh.

Menurut Corey, bahwa teknik konseling behavioral terbagi atas yaitu Latihan asertif, teknik ini digunakan untuk melatih klien yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak dan benar. *Desensitisasi sistematis*, merupakan teknik konseling behavioral yang memfokuskan bantuan untuk menenangkan klien dari ketegangan yang dialami dengan cara mengajarkan klien untuk rileks. Pengkondisian Aversi, teknik ini dapat digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk, Stimulus yang tidak menyenangkan yang disajikan tersebut diberikan secara bersamaan dengan munculnya tingkah laku yang tidak dikehendaki kemunculannya, Teknik modeling, teknik ini dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku baru pada klien, dan memperkuat tingkah laku yang sudah terbentuk, *Covert Sensitization*, teknik ini dapat digunakan untuk merawat tingkah laku yang menyenangkan klien tapi menyimpang. *Thought Stopping*, teknik ini dapat digunakan untuk klien yang sangat cemas.<sup>20</sup>

Pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran untuk peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri serta rasa percaya diri. Pendidikan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan kita,

---

<sup>19</sup> *Ibid*

<sup>20</sup> Corey G. 2005. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.  
Depdiknas. 2003. *Kurikulum Kompetensi Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.

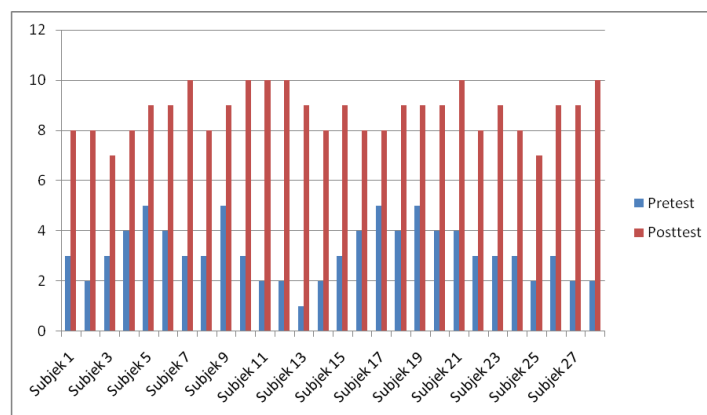
sebagai faktor utama dalam membentuk pribadi manusia. dimanapun tujuan dari pendidikan adalah memanusiakan manusia seutuhnya. Pendidikan diarahkan untuk menghasilkan manusia yang berkualitas dan mampu bersaing dan memiliki budi pekerti luhur serta moral yang baik. Setiap manusia membutuhkan pendidikan sampai kapan dan dimanapun ia berada, artinya pendidikan dimanapun sangat penting karena tanpa pendidikan manusia sangat sulit berkembang.

Sekolah adalah sebuah lembaga yang dirancang untuk pengajaran siswa/murid dibawah pengawasan guru. Sekolah itu merupakan lingkungan yang didalamnya terdapat berbagai macam individu yang memiliki banyak perbedaan karakter. Sekolah sebagai lembaga formal banyak berperan dalam memberi pengetahuan dan keterampilan melalui berbagai kegiatan baik itu bidang akademik ataupun non akademik. Konseling merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting. Diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana konselor melakukan intervensi kepada klien.

Konseling memerlukan keterampilan (*skill*) pada pelaksanaannya. Teknik konseling berarti seperangkat aturan dan upaya untuk menjalankan praktek bantuan berdasarkan teori dan keterampilan konseling. Dalam pandangan behaviorial, perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya yang membentuk sebuah kepribadian seseorang. Sehingga dapat diubah dengan manipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar. Penggunaan konseling behaviorial menekankan pada perubahan tingkah laku manusia dan agar manusia tersebut bisa menemukan tingkah laku yang baru dan menghilangkan perilaku maladaptif.

Penelitian ini dilaksanakan di POS PAUD Seruni Sehat. Hasil penelitian didapatkan melalui penyebaran instrument yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai pemahaman guru PAUD di kecamatan Jaten, Karanganyar mengenai pelatihan konseling behavior. Berdasarkan hasil analisis paired sample t-test, dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan hasil yang signifikan antara pretest dan posttest ( $65.44 < 86.56$ , sig.  $0.000 < 0.005$ ). Hasil tersebut membuktikan bahwa pelatihan konseling behavior yang dilakukan efektif untuk meningkatkan pemahaman konseling behavior guru-guru PAUD di Kecamatan Jaten. Hal ini menunjukkan bahwa

pemahaman bahwa pendidikan yang bermutu tidak cukup hanya dilakukan melalui transformasi ilmu pengetahuan dan teknologi, tetapi harus didukung oleh peningkatan profesionalisasi dan sistem manajemen tenaga pendidik dan tenaga kependidikan serta pengembangan peserta didik untuk menolong diri sendiri dalam memilih dan mengambil keputusan demi pencapaian cita-citanya.



Bagan 1: Hasil Protest-Posttest

Bagan tersebut di atas menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pemahaman mengenai pelatihan konseling behaviour setelah diberikan pelatihan konseling behavior pada guru PAUD di kecamatan Jaten, Karanganyar. Pelaksanaan konseling *behavioral* di POS PAUD Seruni Sehat sudah terprogram namun dalam pelaksanaannya masih belum efektif, hal ini disebabkan kurangnya wawasan dan keterampilan guru dalam melakukan konseling behavioral terutama dalam mengaplikasikan teknik- teknik dalam konseling behavioral. Adapun teknik-teknik dalam konseling behavioral dalam pelatihan konseling behaviour pada guru PAUD adalah:

1. Latihan Asertif. Latihan asertif adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi perilaku. Berguna untuk menjelaskan perkataan asertif, dapat dilakukan melalui uraian pengertian perilaku asertif. Perilaku asertif adalah perilaku antar perorangan yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan.

2. Desensitisasi Sistematis. Desensitisasi sistematis merupakan teknik konseling behaviorial yang memfokuskan bantuan untuk menenangkan konseli dari ketegangan yang dialami dengan cara mengajarkan konseli untuk rileks. Teknik ini merupakan teknik relaksasi yang digunakan untuk menghapus perilaku yang diperkuat secara negatif biasanya berupa kecemasan, dan ia menyertakan respon yang berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan. Dengan pengkondisian klasik respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara bertahap. Cara yang digunakan dalam keadaan dengan stimulus yang menimbulkan kecemasan dipasangkan dengan stimulus yang menimbulkan keadaan santai. Dipasangkan secara berulang-ulang sehingga stimulus menimbulkan kecemasan hilang secara berangsur-angsur.
3. Terapi Implosif. Terapi implosif dikembangkan berdasarkan atas asumsi bahwa seseorang yang secara berulang-ulang dihadapkan pada suatu situasi penghasil kecemasan dan konsekuensi yang menakutkan ternyata tidak muncul, maka kecemasan akan menghilang. Dalam situasi konseling secara berulang-ulang membayangkan stimulus sumber kecemasan dan konsekuensi yang diharapkan ternyata tidak muncul, akhirnya stimulus yang mengancam tidak memiliki kekuatan dan neurobotiknya menjadi hilang.
4. Pengkondisian Aversi. Teknik ini dapat digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. Teknik ini dimaksudkan untuk meningkatkan kepekaan konseli agar mengamati respon pada stimulus yang disenanginya dengan kebalikan stimulus tersebut. Stimulus yang tidak menyenangkan yang disajikan tersebut diberikan secara bersamaan dengan munculnya perilaku yang tidak dikehendaki kemunculannya, pengkondisian ini diharapkan terbentuk asosiasi antara perilaku yang tidak dikehendaki dengan stimulus yang tidak menyenangkan. jadi terapi aversi ini menahan perilaku yang maladaptif dan individu berkesempatan untuk memperoleh perilaku alternative yang adaptif.
5. Kontrak Perilaku. Kontrak perilaku didasarkan atas pandangan bahwa membantu konseli untuk membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan memperoleh ganjaran tertentu sesuai dengan kontrak yang disepakati. Dalam hal ini individu

mengantisipasi perubahan perilaku mereka atas dasar persetujuan bahwa beberapa konsekuensi akan muncul.

Pelatihan ini memunculkan pemahaman bahwa konseling behaviorial tidak hanya mengatasi masalah yang bersifat permukaan saja, tetapi juga mengatasi masalah-masalah yang mendalam, bahkan dapat mengubah perilaku dalam jangka panjang. Perilaku yang bermasalah dalam pandangan behavioristik dapat dimaknai sebagai perilaku atau kebiasaan- kebiasaan negatif atau tingkah laku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan (tuntutan lingkungan). Tingkah laku yang salah hakikatnya terbentuk dari cara belajar atau lingkungan yang salah. Manusia bermasalah mempunyai kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya. Munculnya perilaku bermasalah disebabkan oleh beberapa hal, antara lain adanya salah penyesuaian melalui proses interaksi dengan lingkungan serta adanya pembelajaran yang salah dalam keluarga, lingkungan sekolah, tempat bermain dan lain sebagainya.

### **C. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data perhitungan rata-rata skor pemahaman mengenai konseling behavior sebelum dan sesudah pelatihan, terdapat pengaruh yang signifikan. Hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pemahaman mengenai pelatihan konseling *behaviour* setelah diberikan pelatihan konseling behavior pada guru PAUD di kecamatan Jaten, Karanganyar. Ini membuktikan bahwa hipotesis diterima. Bagi penelitian selanjutnya, dalam bidang kajian yang sama diharapkan memanfaatkan informasi dalam penelitian ini serta dapat mengembangkan bidang kajian ini dalam berbagai sudut pandang sehingga dapat mengembangkan kajian konseling behavior selanjutnya.

### **Daftar Pustaka**

Aluh Hartati, Baiq Sarlita Kartiani, M Chairul Anam. Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Prilaku Agresif Belajar Siswa, Jurnal Realita Volume 3 Nomor 5 Edisi April 2018

Anggit Fajar Nugroho. Teori-Teori Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan (Teori Psikoanalisis, Teori Berpusat Pada Klien dan Teori Behavioristik). Jurnal Tawadhu. Vol. 2 no. 1, 2018

Chaplin, JP. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi (terj. Kartono, Kartini)*. Jakarta: Raja Aditama.

Corey G. 2005. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Depdiknas. 2003. Kurikulum Kompetensi Sekolah Dasar. Jakarta: Depdiknas.

Dyesi Kumalasari. Konsep Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir. HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam Vol. 14, No. 1, Juni 2017

Insan Suwanto. Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia Volume 1 Nomor 1 Maret 2016

Latipun. 2015: *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press. Corey. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Lukmanritonga. 2012. *Standar Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Badan Nasional Standar Pendidikan.

Rita Eka Izzaty, Dkk. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.

Sarjilah, (2011). *Pengembangan Materi Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Paramitra.

Singgih. (2007). *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Diterbitkan oleh Anggota Ikapi.

Smith, Eliot R dan Mackie, Diane M.. 2000. *Social Psychology. 2nd Edition*. Philadelphia: Psychology Press.

Sunardi. 1996. *Pendidikan Anak Berbakat yang Menyandang Ketunaan*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Depdikbud.

W. S Winkel & Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi

Wilczek, Eliot and Kevin Glick. 2006. *Fedora and the Preservation of University Records Project: Reports and Findings, Tufts University and Yale University, Final Narrative Report to National Historical Publications and Records Commission*, September 27.

