

BAB III

LAPORAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Obyek Penelitian

1. Keadaan SMP Negeri 3 Surabaya

Dalam penelitian ini penulis mengambil obyek penelitian di SMP Negeri 3 Surabaya yang terletak di Jl. Praban No. 03 Surabaya. SMP Negeri 3 Surabaya memiliki batas:

- a. Sebelah Selatan berbatasan langsung dengan SMP Negeri 4 Surabaya,
- b. Sebelah Utara adalah Jl. Praban
- c. Sebelah Barat adalah Jl. Blauran Gg. VI
- d. Sebelah Timur adalah Toko Sinar Yong

2. Bimbingan dan Konseling Behavior di SMP Negeri 3 Surabaya

- a. Keadaan Guru Bimbingan dan Konseling (Guru Pembimbing) di SMP Negeri 3 Surabaya

Sebagai sekolah menengah favorit di Surabaya, SMP Negeri 3 saat ini mempunyai empat orang guru pembimbing, yang di antaranya terdapat salah seorang koordinator bimbingan dan konseling.

Tabel 1
Daftar Guru Pembimbing SMP Negeri 3 Surabaya

No	Nama/Tempat dan Tanggal Lahir	Pendidikan Terakhir	Tugas	Ket
1.	Dra. Hj. Retno Indah S, M.Pd Surabaya, 13 Januari 1963 NIP. 196301131984122001	S-2	Kepala Sekolah	
2.	Drs. H. Sugiyo Solo, 20 Januari 1951 NIP. 195112201981021003	S-1	Guru Pembimbing: VIII C	
3.	Sri Sugiarti, B.A Surabaya, 15 September 1952 NIP. 130805262	Sarjana Muda	Wali Kelas IX C Guru Pembimbing: IX A, VII A, VII D	
4.	Dra. Isdiah Surabaya, 10 Oktober 1957 NIP. 131696239	S-1	Koordinator Evalasi Guru Pembimbing: IX B, IX G	
5.	Suparman, S.Pd Ngawi, 24 november 1963 NIP. 510174118	S-1	Wali Kelas VII F Guru Pembimbing: VII E, VII G, VIII F, VIII G	
6.	Siti Tsanawitah, S.Ag NIP. 510209097	S-1	Guru Pembimbing: VII A, VII B, VII C	

Setiap guru pembimbing di SMP Negeri 3 Surabaya telah mendapatkan pembinaan dan pengembangan guru pembimbing, sehingga rata-rata masalah yang dihadapi oleh siswa khususnya anak berbakat telah mampu diselesaikan oleh guru pembimbing SMP Negeri 3 sendiri. Namun tidak menutup kemungkinan guru pembimbing meminta bantuan kepada tenaga ahli/instansi yang terkait apabila dirasa masalah yang dialami peserta didik tidak mampu diselesaikan sendiri.

Pembinaan dan pengembangan dilakukan melalui kerjasama dengan pihak-pihak yang terkait seperti Lembaga Pendidikan Tenaga

Kependidikan (LPTK), Pusat Pengembangan Penataran Guru Keguruan (P3GK), dan Organisasi Profesi dan lembaga-lembaga lain yang relevan.

Ada beberapa macam bentuk program pembinaan dan pengembangan yang dilaksanakan oleh SMP Negeri 3 Surabaya, yaitu:

- a. Penataran tingkat nasional dan wilayah
- b. Pengawasan atau supervisi, dilaksanakan oleh pengawas khusus atau pejabat yang terkait seperti Kepala bimbingan dan konseling Kantor Dinas Kabupaten atau Kota
- c. Pembinaan dan pengembangan sejawat yaitu dengan dilakukan oleh sesama guru pembimbing melalui suatu forum komunikasi seperti musyawarah guru bimbingan dan konseling (MGBK) atau sanggar bimbingan dan penyuluhan (BP)
- d. Pembinaan dan pengembangan individual yaitu upaya yang dilakukan atas dasar inisiatif sendiri dengan berpartisipasi dalam seminar, lokakarya atau pertemuan ilmiah lainnya yang ada kaitannya dengan profesi bimbingan dan konseling.

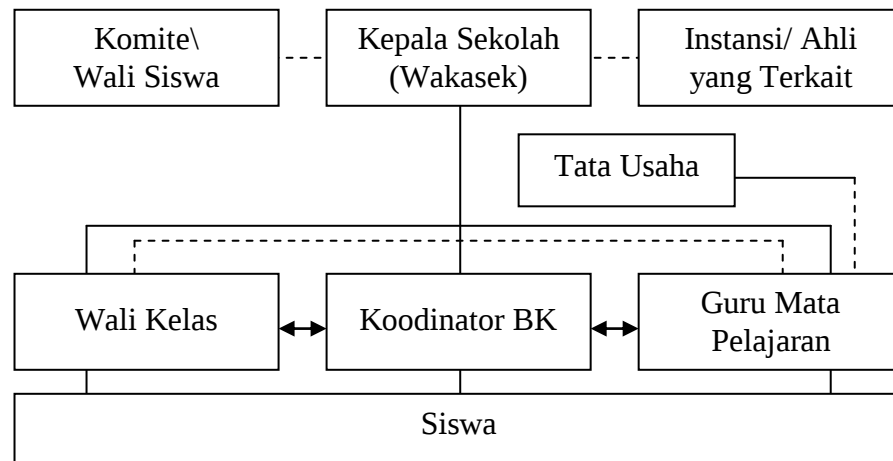
Sementara itu, dalam hal beban dan tugas, setiap guru pembimbing melaksanakan layanan bimbingan dan konseling dengan rasio satu orang guru pembimbing untuk dua ratus orang siswa.

Layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di SMP Negeri 3 Surabaya tidak berdiri sendiri, akan tetapi bekerjasama dengan pihak-pihak yang terkait baik di dalam maupun di luar sekolah.

- a. Kerjasama di dalam sekolah antara lain:
 - 1) Seluruh tenaga pengajar dan tenaga kependidikan lainnya di sekolah
 - 2) Seluruh tenaga administrasi di sekolah OSIS dan organisasi siswa lainnya
- b. Kerjasama di luar sekolah antara lain:
 - 1) Orang tua siswa atau komite
 - 2) Organisasi profesi seperti IPBI (Ikatan Petugas Bimbingan Indonesia)
 - 3) Lembaga atau organisasi kemasyarakatan
 - 4) Tokoh masyarakat
- b. Struktur Organisasi Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 3 Surabaya

Pada hakikatnya, pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 3 Surabaya ini menjadi tanggung jawab bersama antara guru pembimbing dan petugas sekolah yang lainnya.

Gambar 2
Struktur Organisasi Bimbingan dan Konseling
SMP Negeri 3 Surabaya²⁴



Keterangan

- Garis Komando
- Garis Koordinasi
- ↔ Garis Konsultasi

Keterangan:

- a. Kepala Sekolah: Penanggung jawab pelaksanaan teknis bimbingan dan konseling di sekolah.
- b. Komite Sekolah: Badan mandiri yang mewadahi peran serta masyarakat dalam rangka meningkatkan mutu, pemerataan dan efisiensi pengelolaan pendidikan di satuan pendidikan, baik pada pendidikan pm sekolah, jalur pendidikan sekolah maupun jalur pendidikan luar sekolah.
- c. Instansi/ Ahli yang terkait: Dokter, Psikolog, dan Psikiater.

²⁴ Dokumentasi Organisasi Bimbingan dan Konesling SMP Negeri 3 Surabaya Tahun Pelajaran 2009-2010

- d. Tata Usaha: Pembantu kepala sekolah dalam menyelenggarakan administrasi, ketatausahaan sekolah dan pelaksanaan administrasi bimbingan dan konseling.
- e. Wali Kelas/ Guru Pembina: Guru yang diberi tugas khusus di samping mengajar untuk mengelola status kelas siswa tertentu dan bertanggung jawab membantu kegiatan bimbingan dan konseling di kelasnya.
- f. Koordinator Bimbingan dan Konseling/ Guru Pembimbing: Pelaksana utama yang mengkoordinir semua kegiatan yang terkait dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah.
- g. Guru Mata Pelajaran: Peserta pelatih adalah pelaksana pengajaran dan pelatihan serta tanggung jawab memberikan informasi tentang peserta didik untuk kepentingan bimbingan dan konseling.
- h. Peserta Didik: Peserta didik yang berhak menerima pengajaran, latihan dan pelayanan bimbingan dan konseling.

B. Penyajian dan Analisa Data

1. Keadaan siswa introvert di SMP Negeri 3 Surabaya

Sebagai sekolah tingkat menengah, SMP Negeri 3 Surabaya memiliki jumlah siswa yang relatif banyak, ini dapat dilihat dari jumlah siswa yang belajar di sekolah tersebut sebanyak 825 siswa yang terdiri dari 383 siswa

laki-laki dan 442 siswa perempuan, yang terbagi dalam 7 kelompok belajar pada masing-masing tingkatannya.²⁵

Tabel 2
Tabulasi Jumlah Siswa Berdasarkan Kelas
SMP Negeri 3 Surabaya

No	Kelas	L	P	Total
1	VII A	16	22	38
2	VII B	17	21	38
3	VII C	18	21	39
4	VII D	18	20	38
5	VII E	16	22	38
6	VII E	18	20	38
7	VII F	17	22	39
8	VIII A	21	19	40
9	VIII B	19	21	40
10	VIII C	17	13	40
11	VIII D	18	22	40
12	VIII E	18	22	40
13	VIII F	18	22	40
14	VIII G	18	22	40
Jumlah		249	299	548

Dari sekian banyak siswa di SMP Negeri 3 Surabaya penulis hanya mengambil obyek siswa kelas VII yang keseluruhannya berjumlah 268 yang terdiri dari 120 siswa laki-laki dan 148 siswa perempuan. Dari seluruh siswa tersebut terdapat beberapa siswa yang memiliki kepribadian yang introvert. Data-data tersebut penulis peroleh dari guru bimbingan konseling, hasil

²⁵ Dokumentasi Data Siswa SMP Negeri 3 Surabaya Tahun Pelajaran 2009-2010

sosiometri dan studi dokumentasi dari hasil tes psikologi yang dilaksanakan pada setiap pertengahan semester gasal oleh badan tes psikologi dr. Sutomo.

Setelah mendapat beberapa siswa yang memiliki kepribadian introvert yang tersebar di beberapa kelas, maka selanjutnya yang penulis lakukan adalah menggali data-data tentang masalah yang sedang mereka hadapi. Data-data tersebut diperoleh dari berbagai sumber, yaitu dari guru, teman, catatan masalah maupun dari anak introvert sendiri. Dari beberapa anak introvert itu telah berhasil ditangani oleh guru pembimbing di SMP Negeri 3 Surabaya. Sementara itu untuk hubungan sosial yang cenderung sulit untuk bergaul sehingga mengakibatkan permasalahan prestasi akademik rendah dan masalah dalam belajar seperti yang dialami oleh X sedang dilakukan upaya bimbingan dan konseling

X (Inisial ini dilakukan untuk menjaga kerahasiaan klien yang telah menjadi kode etik dalam bimbingan dan konseling), adalah salah satu siswa kelas VII B dengan data identitas sebagai berikut :

a. Identitas Siswa:

Nama	: X (inisial)
Jenis kelamin	: Perempuan
Tempat tanggal lahir	: Surabaya, 19 Juni 1996
Agama	: Islam
Ke Sekolah ditempuh dengan	: Berjalan kaki atau naik sepeda

Kehidupan keluarga X, ayah X bernama Teriman yang berumur 44 tahun, beliau bekerja sebagai seorang supir pribadi. Sedangkan ibunya bernama Mujiana, beliau adalah seorang ibu rumah tangga. X adalah anak pertama dari empat bersaudara yang terdiri dari 2 laki-laki dan 2 perempuan, menurut keterangan sebagian teman bahwa X adalah anak yang pendiam, sukar bergaul dengan teman, cuek, dan cenderung menutup diri (introvert). Keluarga X ini dikatakan sebagai keluarga yang cukup mampu karena apa yang mereka butuhkan masih bisa terpenuhi.²⁶

Dari hasil pengamatan dan angket sosiometri di dalam kelas, siswa X hanya bisa bergaul dengan satu teman siswa saja (teman sebangku), dia sering dijauhi oleh teman-teman sekelasnya karena banyak yang tidak suka dengannya. X termasuk anak yang sensitif, sering marah-marah, gampang tersinggung, bahkan sering membentak-bentak hanya hal sepele, tak jarang teman sebangkunya mendapat celotehan dari X.

Menurut keterangan dari salah satu guru mata pelajaran, diperoleh keterangan bahwa X kurang memperhatikan penjelasan guru ketika pembelajaran berlangsung, cenderung cuek terhadap lingkungan sekitar, jarang mengerjakan tugas rumah tepat pada waktunya.²⁷

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan, dapat dianalisa bahwa X adalah anak introvert yang menjadi obyek dalam penelitian ini memiliki

²⁶ FP, Siswa kelas VII B SMP Negeri 3 Surabaya (Wawancara Pribadi), 8 Pebruari 2010

²⁷ SS, Guru Pembimbing Kelas SMP Negeri 3 Surabaya (Wawancara Pribadi), 11 Pebruari

karakteristik. Diantaranya yaitu, Sulit dalam bergaul sehingga X kurang bisa memperhatikan penjelasan dari guru ketika pembelajaran berlangsung, sering tidak mengerjakan PR (Pekerjaan Rumah), catatan pelajarannya kurang lengkap, sering melamun, Sensitif (mudah tersinggung), cenderung cuek, suka membentak-bentak, Menganggap remeh teman yang lain, dan cenderung pendiam (introvert).

Pernyataan tentang ciri-ciri siswa introvert di atas relevan dengan apa yang ditegaskan oleh Alwisol, dia menyatakan bahwa kepribadian introvert dalam adalah pribadi yang mengarah kepada pengalaman subjektif, memusatkan diri pada dunia dalam dan privat, di mana realita hadir dalam bentuk hasil amatan, cenderung menyendiri, pendiam dan tidak ramah, bahkan antisosial. Umumnya orang introvert itu senang introspektif dan sibuk dengan kehidupan internal mereka sendiri. Tentu saja mereka juga mengamati dunia luar, tetapi mereka melakukannya secara selektif, dan memakai pandangan subyektif mereka sendiri.²⁸

Dari karakter-karakter negatif yang dimiliki oleh X tersebut, dapat dijelaskan bahwa masalah yang dihadapi X adalah karena X menolak kenyataan atau ketidak sadaran dia akan pentingnya pergaulan. Sehingga dia lebih suka menutup diri (introvert).

²⁸ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2007), 55.

2. Pelaksanaan konseling behavior dalam menyelesaikan masalah siswa introvert di SMP Negeri 3 Surabaya

Dalam pelaksanaan konseling untuk introvert dengan menggunakan konseling behavior ini dilakukan oleh kelas VII B dan juga penulis sendiri. Untuk mempermudah pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan teknik behavior, maka diperlukan teknik-teknik sebagai berikut.

a. Identifikasi masalah

Pada langkah ini konselor mengenali gejala-gejala awal dari masalah yang dihadapi oleh X. Dalam proses penafsiran data dalam kaitannya dengan perkiraan penyebab masalah penulis menentukan penyebab masalah yang paling mendekati kebenaran atau menghubungkan sebab akibat yang paling logis dan rasional. Data yang diperoleh yaitu dari wawancara dengan klien, teman dekat klien, guru, dan wali kelas.

Dari hasil Observasi yang penulis lakukan. X menunjukkan gejala-gejala kurang memperhatikan penjelasan dari guru ketika pembelajaran berlangsung, cenderung cuek, bersikap dingin dalam bergaul, menganggap remeh teman yang lain, dan cenderung pendiam (introvert).

Dari hasil angket sosiometri didapatkan bahwa X tidak ada siswa yang memilih dia sebagai teman, maka dapat disimpulkan

mengapa X dijaui oleh teman-temannya? Karena X kurang bisa bergaul, sensitif, dan sering membentak-bentak.

b. Diagnosa

Diagnosa adalah langkah menemukan masalah atau mengidentifikasi masalah dari beberapa Observasi terhadap klien, teman dekat atau guru, maka konselor menyimpulkan bahwa masalah yang dihadapi oleh X ini terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kesulitan dalam bergaul maupun dalam belajar, yaitu:

- a. Faktor internal; faktor yang bersumber dari dalam diri siswa itu sendiri. Seperti kondisi jasmani dan kesehatan, kecerdasan, bakat, kepribadian, emosional, sikap, serta kondisi-kondisi psikis lainnya, dan
- b. Faktor eksternal, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah termasuk di dalamnya faktor guru dan lingkungan sosial di sekolah.

Adapun penyebab masalah yang dihadapi X di bawah ini akan diungkapkan beberapa data yang diperoleh dari beberapa alat pengumpulan data yang meliputi observasi, interview, serta analisa data. Data-data tersebut sebagai berikut :

1. Wawancara

Menurut teman sebangkunya X adalah anak sensitive sering tersinggung karena hal-hal yang tidak jelas, cuek, sering

mencotntek pekerjaan teman, omongannya sering membentak-bentak, jika guru menerangkan X seringkali tidak konsentrasi terhadap penjelasan guru, dia sering kali melamun dengan pandangan kosong. Selain itu X juga jarang pergi ke kantin bersama dengannya.²⁹

Dari informasi guru mata pelajaran diperoleh keterangan bahwa X sering tidak mengerjakan PR, sering tidak memperhatikan penjelasan guru.³⁰

2. Observasi

Observasi ini dilakukan oleh penulis dengan mengamati kehadirannya dalam jam pelajaran, keaktifan dan perhatian X ketika pembelajaran berlangsung, laporan dari ketua kelas, serta kontak sosial dengan teman sekelas maupun kelas lain.

Dari hasil obervasi dapat diambil kesimpulan bahwa disiplin belajar X tergolong baik (kehadirannya selalu tepat waktu), karena memang jarak antara sekolah dengan rumahnya hanya $\pm$ 100 meter, catatan belajarnya kurang lengkap, sering mengerjakan pekerjaan rumah di dalam kelas

²⁹ NF, Teman Sebangku X, Siswa SMP Negeri 3 Surabaya (Wawancara Pribadi) 1 Marte 2010.

³⁰ JS, Guru Matematika Kelas VII SMP Negeri 3 Surabaya (Wawancara Pribadi) 3 Maret 2010

ketika pelajaran akan dimulai dengan menyontek pekerjaan temannya (khususnya pekerjaan teman sebangkunya). X termasuk anak yang cuek dengan lingkungan sekitar, baik dengan teman, guru, bahkan terhadap materi pelajaran pun X kurang memperhatikan.

Selain introvert, X juga seorang anak sensitif. X sering menyendiri di bangkunya ketika waktu istirahat. Penulis juga pernah melihat X bertutur kata yang kurang sopan dengan teman sebangkunya, gara-gara teman sebangkunya meminjam buku X tanpa izin.

3. Sosiometri

Sosiometri ini penulis gunakan untuk memperoleh data tentang hubungan X dengan teman sekelasnya. Hasil dari sosiometri tersebut menunjukkan bahwa X adalah anak yang terisolasi atau kurang disukai oleh teman-teman sekelasnya. Dari Data sosiometri tersebut kemudian penulis gunakan untuk memberi bantuan dengan memperbaiki hubungan sosial X di dalam kelas. Hasil sosiometri dapat dilihat di lampiran penelitian.

4. Studi dokumentasi

Studi dokumentasi merupakan cara pengumpulan data dengan mengumpulkan dokumen-dokumen sebagai sumber data.

Data-data dokumentasi tersebut berupa:

a. Buku raport X

Dari hasil laporan prestasi belajarnya tersebut, X mengalami peneurunan prestasi belajar, tetapi setelah diadakan konseling, ternyata prestasi belajar X menjadi lebih baik dari sebelumnya.

b. Buku Pribadi

Buku pribadi yaitu buku yang berisikan catatan tentang identitas X (nama, tempat tanggal lahir, alamat rumah dan sebagainya), identitas orang tua X (nama orang tua, pekerjaan, pendidikan dan sebagainya).

c. Proknosis

Melihat bahwa permasalahan yang dihadapi X adalah berpangkal dari kesulitannya dalam bergaul dan cuek terhadap lingkungan sekitar dan rasa malas X dalam belajar, maka dibuat alternati tinfakan bantuan seperti memberikan bimbingan kelompok dan konseling individu yang bertujuan untuk memperbaiki permasalahan yang dihadapi X.

Selanjutnya konselor juga memberikan konseling behavior yang mendorong klien untuk semangat dalam belajar dan berusaha agar dapat dengan mudah diterima oleh teman-temannya.

d. Pemberian bantuan/terapi

Selain penulis mendapat data di atas, penulis berkonsultasi mengenai langkah yang tepat untuk memecahkan permasalahan X bersama ibu Siti Sanawiyah, S.Ag., setelah merencanakan pemberian bantuan maka dilanjutkan dengan merealisasikan langkah-langkah alternatif dengan bentuk bantuan berdasarkan masalah dan latar belakang yang menjadi penyebab permasalahan. Pemberian bantuan ini dilaksanakan dengan konseling behavior. Adapaun langkah-langkahnya sebagai berikut:³¹

³¹ Hasil Observasi yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2010 pada proses konseling pribadi yang dilakukan oleh SS (inisial konselor), Guru Pembimbing Kelas VII SMPNegeri 3 Surabaya terhadap X.

**Proses Bimbingan dan Konseling dalam Layanan Konseling
Individu Dengan Menggunakan Konseling Behavior
(Rangkuman dari Catatan Konseling)**

Nama : X (inisial)
 Kelas : VII-B
 Permasalahan : Hubungan sosial yang cenderung kesulitan dalam bergaul
 Penyelenggara : SS (Guru BK kelas VII-B)
 Ruang Konseling : Ruang konseling

1. Tahap Pembuka/Desensitisasi Sistematis

(pada proses ini konselor menciptakan nuansa yang santai dan penuh keakraban untuk memahami keinginan dan perilaku negatif klien).

Klien : Assalamu'alaikum

Konselor : Walaikum salam, silakan duduk ...
 (Guru pembimbing memberikan senyuman dan sapaan hangat)

Klien : Terima kasi bu ...

Konselor : Apa kabarnya?

Klien : Baik bu ...
 (sikap cuek mulai tampak dari nada bicaranya)

Konselor : Habis ini pelajaran apa?

Klien : IPA

Konselor : Gimana kegiatannya tadi?

Klien : Ya gitu bu
 (Raut wajah mulai cuek)

2. Sikap Implosif konselor untuk meningkatkan rangsangan

(pada tahap ini konselor meningkatkan stimulus dengan menyuruh membayangkan apa yang terjadi bila klien terus berperilaku introvert).

Konselor : Ya gitu bagaimana, bisa kamu ceritakan perasaanmu saat ini? Mungkin ibu bisa membantu (konselor mulai menunjukkan sikap hangat, senyum dan bersimpati)

Klien : Gini bu, kenapa ya saya tidak bias bergaul dengan teman-teman yang lain, teman saya di kelas hanya sedikit, begitu pun di rumah. Kayaknya mereka tu enak bias bercanda bareng-bareng dan nimbrung bareng, tapi saya kook gak bisa, saya mala senang menyendiri seperti yang ibu lihat biasanya. Padahal dalam hati pingin banget bisa seperti teman-teman yang lain, sampai kadang-kadangmerasa canggung kalau butuh sesuatu atau minta bantuan kepada mereka

Konselor : Maksud kamu?

Klien : Saya sungkan meminjam buku catatan, saya juga canggungmau tanya-tanya tentang mata pelajaran, (pertanyaan ini langsung ditepiskan dengan berkata),tapi gak jadi soallah kalau dalam hal pelajaran, yang penting gimana caranya saya bisa dekat sama teman-teman yang lain. Biar teman saya tu tidak itu-itu saja, hu..... (menghela nafas panjang sambil menyandarkan punggungnya)

Konselor : Ya sudah kamu sabar, coba kamu pahami lagi semua karakter teman-teman kamu.

- Klien : saya tidak tahu harus bagaimana bu? (dengan nada mantap)
- Konselor : Terus dalam hal belajarmu gimana?
- Klien : ya ada si bu... tapi itu nomor dualah, yang penting aku bisa bergaul dengan teman-teman dahulu.
- Konselor : o..o.. begitu? Ibu bisa bertanya sesuatu? (konselor tersenyum hangat)
- Klien : Ya, silakan bu,
- Konselor : kira-kira kamu nyaman gak dengan kondisimu yang seperti itu?
- Klien : Ya sebenarnya gak nyaman bu, dan sebenarnya saya gak suka seperti ini, tapi mau gimana lagi?
- Konselor : Jadi kamu tidak nyaman? Dan kamu cuek aja? dengan pendapat dan sikap-sikap teman-teman kamu?
- Klien : Ya bisa dibilang begitu bu.... (klien mulai bersikap tenang dan mulai biasa)
- Konselor : Ibu bisa sedikit meluruskan sikap atau pendapat yang kamu miliki (konselor tersenyum)
- Klien : Silakan bu.. (dengan tersenyum sekejap)
- Konselor : (tersenyum sekejap) “X, kamu tahu gak, apa pentingnya bersosialisasi atau berhubungan dengan orang lain itu?
- Klien : em...em.... (berfikir sekejap) agar kita gak kuper atau kurang pergaulan gitu bu....
- Konselor : Ya benar, dan di dunia ini kita tidak mungkin bisa hidup sendiri tanpa memerlukan bantuan orang lain, kita harus menyadari hal itu. Oleh karena itu

kita harus berinteraksi dengan orang lain dengan beragam interaksi sosial

Klien : (mengangguk-angguk pertanda setuju dengan yang konselor bicarakan). “ tapi bu, tetap saja aku sulit bergaul, meski uda menyadari hal itu.

Konselor : ya...ya... memang tidak mudah bergaul. Tapi ibu yakin X pasti berhasil dalam bergaul dengan teman-teman. Bukannya dulu kita juga belum kenal? Sebenarnya mudah saja dalam mencari teman atau bergaul. Kalau kita menyadari bahwa berhubungan dengan orang lain itu sangat penting, nah X sekarang sudah mempunyai dasar tersebut, tinggal bagaimana X mengembangkannya.

Klien : Maksud ibu ..?

Konselor : Ya bergaul dimanapun dan kapanpun memerlukan keterampilan khusus, akan tetapi dasarnya adalah kesadaran bersosialisasi itu tadi. Kadang dalam bergaul terjadi perselisihan, kesalah pahaman, disamping ada juga hal-hal yang menyenangkan. Kita akan menemukan berbagai jenis perilaku yang akan mengenakan dan tidak mengenakan pada diri kita apa lagi seperti X inikan masih kelas VII, jadi X masih dalam proses adaptasi dengan sekolah baru dan teman-teman baru pula di sekolah ini.

3. Konselor mengarahkan pada perilaku Asestif

(Pada proses ini konselor merangsang klien agar meyakini bahwa tindakannya adalah benar dan seharusnya dan ditunjukkan khususnya kepada teman-teman)

Klien : Mungkin benar kata ibu aku masi proses adaptasi

Konselor : Ya memang proses seseorang itu berbeda-beda, ada yang butuh waktu lama, dan ada yang sebentar, bahkan ada yang tanpa membutuhkan waktu

Klien : (hanya mengangguk sambil berkata) ya..ya...

Konselor : Selain itu cobalah sekali-kali kumpul dengan teman-temanmu yanglain, mungkin ke kantin bareng, ke perpustakaan bareng, atau buat kelompok belajar dengan mereka. Akarabkan diri dengan saling tukar pengalaman, perasaan, dan membantu satu sama lain. Dasari interaksi atau pergaulan. Dan kamu juga harus meyakini bahwa setiap manusia itu diciptakan untuk saling kenal-mengenal satu sama lain, di dunia ini tidak ada yang sempurna kecuali Allah, contohnya saja kamu bernafas kalau tidak diberi Allah kamu tidak akan bisa hidup danmelakukan apa saja yang kamu senang, maka ibu harap kamu bisa merubahh perilaku baik dengan teman-teman maupun yang lain. Kamu harus bisa melakukannya, karena dengan begitu kamu akan mempunyai teman banyak.

4. Pembentukan perilaku model

(Pada tahap ini konselor mengarahkan agar terbentuk perilaku baru yang lebih positif)

Klien : ya... tapi kayaknya saya masih butuh banyak persiapan deh bu... hehehe...

Konselor : ya gak papa, yang penting jangan minder, optimis dan gampangmenyerah, Ok?, gak usah takut memulainya, kalau kita takut gak kita tidak akan mendapat apa-apa yang kita inginkan.

Klien : Ya iya sib u.. tapi gimana ya...?

Konselor : Aku yakin, kamu punya keberanian untuk melakukannya, memang begitu awalnya, berakit-rakit ke hulu berenang ketepian.

Klien : Saya sangat legah setelah bertemu dengan ibu.

Konselor : Selanjutnya carilah lingkungan sosial yang menurutmu baik. Teruslah berusaha dan cobalah untuk membiasakannya. Dan jangan lupakan ibadah dan belajar, dengan begitu saya yakin kamu akan merasa lebih tenang dan lebih semangat dalam belajar. Saya yakin kamu pasti bisa.

5. Kontrak perilaku

(pada proses ini konselor mengadakan kesepakatan dengan klien untuk memberikan suport atau ganjaran jika berhasil)

Klien : Ya bu, terima kasih.

Konselor : Sekarang kamu saya tinggal sebentar untuk beberapa menit untuk introspeksi diri berdasarkan penilaian teman-temanmu, gimana?

Klien : em..em... tiga menit saja ya bu..?

Konselor : Ok, tiga menit dari sekarang ya? (konselor tersenyum hangat), kalau gitu ibu tinggal dulu, pesanibu renungkan dengan baik ya?

Klien : Ya bu, terima kasih (klien tersenyum)

((... Proses konseling break selama tiga menit...))

Setelah tiga menit konselor datang dan kembali duduk menghadap klien.

Konselor : Gimana tadi merenungnya...(Konselor tersenyum)

- Klien : Ya begini bu.(klien tersenyum sambil menunjukkan hasil coretan disepan konselor)
- Konselor : oh... pekerjaan yang sangat bagus lo.(konselor tersenyum sambil melihat hasil coretan klien). Jadi dari semua kritikan atau penilaian terhadap kamu?
- Klien : Ya bu, itu tadi yang saya catat
- Konselor : terus kira-kira dari beberapa penilaian yang kamu renungkan kemudian kamu tulis di sini, mana yang ingin kamu rubah?
- Klien : Setelah saya renungkan, memang benar hal yang pertama yang perlu saya rubah adalah memperbaiki hubungan sosial saya dengan teman-teman bu.
- Konselor : Mengapa sifat itu yang ingin kamu rubah?
- Klien : Ya, karena itu yang paling membuat teman-teman tidak suka dengan saya. Jadi saya piker kalau perilaku itu saya rubah, maka kemungkinan besar saya bisa diterima teman-teman.
- Konselor : Gini, kamu kan sudah membuat keputusan dalam hal ini, kamu ingin berubah?, nah jika memang itu keinginanmu maka kamu harus memiliki komitmen. Artinya kamu harus benar-benar konsisten untuk berubah, karena kalau kamu melanggar dengan keputusan yang kamu buat sendiri, berarti kamu sudah tidak menghargai keputusanmu sendiri. Kalau sudah begitu bagaimana teman-temanmu bisa menghargai kamu, jika kamu sendiri tidak bisa menghargai diri kamu sendiri
- Klien : Tapi itu kan susah bu...

Konselor : Ok, ibu Bantu. Tapi sebelumnya ibu mau tanya, kapan kamu mau memulai sikapmu yang katanya teman-teman kamu itu cuek terhadap mereka?

Klien : Saya coba dulu ya bu, bisa?

Konselor : Tentu saja bisa, mengapa tidak (konselor tersenyum)

Klien : Saya mulai dari esok hari sampai dua minggu ke depan.

Konselor : Benar, selama dua minggu?

Klien : Ya bu, saya mau mencoba. Emang ibu tahu saya berubah atau tidak dari mana?

Konselor : Ya ibu akan memantau kamu terus, dan banyak cara untuk melihat kamu berhasil atau tidak.

Klien : ya bu, saya mau. Terima kasih sebelumnya

Konselor : Jadi kamu sudah buat komitmen dan harus dilaksanakan sebisa mungkin, yakin kalau kamu bisa untuk merubah, karena hasilnya pasti baik buat kamu. Ingat ya...? Segala sesuatu ada konsekuensinya. Artinya kalau kamu berbuat baik hasilnya pasti baik, dan begitu juga sebaliknya.

Klien : Ya bu, mengerti terima kasih banyak bu...

6. Tahap Penutup

Konselor : Sekarang bagaimana perasaanmu?

Klien : Alhamdulillah saya sudah tenang, saya paham dan mengerti dan Isnya Allah saya akan berusaha untuk mencoba.

Konselor : ya sudah kalau begitu selamat menjalankan tugas. (sambil tersenyum)

Klien : Ya bu... saya ucapkan terima kasih banyak atas bantuannya.

Konselor : Ya sudah, setelah ini pelajaran apa?

Klien :(hanya diam)

Konselor : Ya sudah, selamat belajar dan kamu boleh meninggalkan tempat.

Klien : Assalamualaikum (sambil meninggalkan tempat)

Konselor : Walaikum Salam.

e. Evaluasi dan tindak lanjut

Setelah pembimbing dan klien melakukan pertemuan dan mengumpulkan data dari informasi, maka langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Evaluasi ini penulis lakukan untuk mengetahui sejauh mana upaya pemberian bantuan telah dilaksanakan dan bagaimana hasil dari pemberian bantuan tersebut. Dalam evaluasi ini penulis menyebarkan angket sosiometri lagi setelah dua minggu dilakukan proses konseling. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada perubahan sikap dari X selama ia dapat diterima dan disukai oleh teman-temannya.

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh penulis di atas dapat di analisa bahwa dalam mengatasi kesulitan siswa introvert dalam pergaulan di sekolah selama ini SMP Negeri 3 Surabaya cenderung melaksanakan layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan teknik konseling behavior. Menurut pandangan guru di SMP Negeri 3 Surabaya bahwa sebenarnya perilaku menyimpang manusia itu bisa diarahkan kepada perilaku yang

diinginkan, dalam artian perilaku yang positif dengan melalui proses belajar. Berdasar pada pernyataan Masters, konseling behavior adalah satu teknik khusus yang mempergunakan dasar psikologi (khususnya proses belajar) untuk mengubah perilaku seseorang secara kualitatif. Perlunya sesuatu perilaku diubah karena ada maladaptif yang menyebabkan terganggunya kestabilan pribadinya yang mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya.³²

Berdasarkan pada data yang telah ada pada proses pelaksanaan bimbingan konseling yang telah dilakukan di SMP Negeri 3 Surabaya dengan teori behavior, pada umumnya menunjukkan adanya kesesuaian meskipun tidak sempurna dan menyeluruh. Dan berdasarkan data tersebut konseling behavior bisa mengatasi siswa introvert agar menjadi siswa yang berperilaku lebih dapat diterima di lingkungannya, yaitu siswa tersebut memiliki kebiasaan mudah bergaul, tidak mudah marah, tidak suka melamun, lebih periang, dan hasil belajarnya pun mengalami peningkatan, itu terbukti dari hasil laporan belajar (Raport).

³² Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, 196.