

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manajemen kelas menjadi tantangan bagi guru dan akan terus menjadi perhatian utama bagi guru di masa depan (Kullina, 2003). Guru dari semua tingkatan sekolah melaporkan bahwa manajemen kelas adalah salah satu aspek dalam pengajaran yang paling menantang sekaligus mengganggu (Edwards, 1993). Manajemen kelas adalah jantung dari efektivitas guru di kelas. Manajemen kelas mengacu pada berbagai perilaku guru, dan salah satu yang paling penting adalah mengelola perilaku siswa. Balboa (1991) melaporkan perilaku buruk beberapa orang siswa dapat mengganggu siswa lain di kelas, termasuk guru, dari fokus terhadap pembelajaran. Kemampuan untuk mengelola perilaku siswa merupakan karakteristik utama yang membedakan antara guru efektif dan tidak efektif (Siedentop & Tannehill, 1999).

Penelitian Ramp, Ulrich, dan Dulaney (1971) menunjukkan bahwa mayoritas guru harus merancang teknik manajemen kelas secara mandiri, karena pendidikan secara umum tidak memiliki prinsip-prinsip yang efektif untuk membantu guru, sehingga menjadi salah satu kontributor kelelahan (Kokkinos, Panayiotou, & Davazoglou, 2005) dan stres di kalangan para guru (Supaporn, Dodds, & Griffin, 2003). Sebuah studi menemukan guru yang mengalami tingkat stres tinggi akibat perilaku buruk siswa adalah guru dengan tingkat efikasi diri dan kemampuan manajemen kelas yang rendah (Klassen & Chiu, 2010). Kemampuan guru untuk mengatur perilaku kelas, dapat berkontribusi terhadap pergesekan guru di lapangan. Setengah dari guru baru yang meninggalkan profesi guru kurang dari lima tahun, menyebut perilaku mengganggu (*disruptive behavior*) siswa sebagai salah satu alasan utama para guru pergi meninggalkan profesi guru (Ingersoll, 2002).

Kalker (1984) menyebutkan hubungan guru dengan siswa dapat menjadi sumber utama kepuasan guru atau stres pada guru. Jika umpan balik yang diterima oleh guru dari siswa bersifat positif, maka akan melahirkan kepuasan kerja. Sebaliknya, tuntutan berlebihan untuk melakukan koping stress, terutama yang disebabkan oleh umpan balik negatif dari siswa, berupa *disruptive behavior*, akan menghabiskan energi guru dalam mengajar atau menyampaikan materi pelajaran, karena harus melakukan upaya lebih dalam mengelola kelas dan perilaku sosial siswa, dan menjadi sumber utama stres pada guru.

Disruptive behavior di kelas adalah masalah umum dalam lingkungan pendidikan (Chen, 2007). Studi nasional yang dilakukan di Norwegia (Bru, 2001) menunjukkan kurangnya orientasi siswa terhadap tugas dan perilaku bermasalah, telah menjadi permasalahan yang semakin meningkat di sekolah-sekolah Norwegia, seperti yang terjadi di sekolah-sekolah di masyarakat barat (Chazan, Laing, & Davies, 1994).

Disruptive behavior di dalam kelas berdampak negatif terhadap proses pembelajaran, mengganggu pembelajaran siswa, guru, maupun kelas secara keseluruhan (Ford, 2015). Masalah perilaku yang umum termasuk berada di luar tempat duduk, berbicara atau berteriak, tidak memperhatikan, dan bermain-main (Higgins, Williams, Mc. Laughin, 2001). Masalah *disruptive behavior* di kelas berakibat pada waktu mengajar guru yang berkurang, karena guru harus memperhatikan masalah *disruptive behavior* terlebih dahulu, sehingga berpotensi menghambat keberhasilan akademis kelas (Luiselli, Putnam dan Sunderland, 2002). Perilaku siswa yang mengalami kesulitan di kelas, dapat berdampak pada perkembangan dan tingkat kesiapan akademis siswa secara umum (Chandler, 1992).

Disruptive behavior di sekolah telah menjadi perhatian para pendidik, tenaga kependidikan, dan profesional kesehatan mental (Jacobson, 2013), karena menghadapi *disruptive behavior* di kelas adalah perjuangan sehari-hari bagi banyak pendidik (McKissick, 2010 dalam Solari, 2014). Ada banyak waktu terbuang yang dihabiskan guru untuk mendisiplinkan dan mengatasi *disruptive behavior* siswa, karena jika dibiarkan dapat berdampak pada siswa lain di kelas. Perilaku *disruptive behavior* dapat mengurangi waktu belajar, menurunkan kinerja akademik, dan menurunkan skor nilai tes standar (Canter, Paige, Roth, Romero, & Carroll, 2004).

Chaplain (2003) mengemukakan guru memiliki tuntutan pekerjaan yang lebih unik jika dibandingkan dengan profesi lain. Selain dituntut untuk menguasai sejumlah pengetahuan terkait mata pelajaran atau bidang studi yang menjadi kompetensi utama, dan memastikan siswa yang diajar mengerti serta menguasai materi yang diajarkan, guru dituntut untuk mampu terampil dalam manajemen kelas, membimbing dan mengendalikan perilaku siswa di sekolah, yang bahkan beberapa di antara para siswa tidak memiliki keinginan untuk sungguh-sungguh bersekolah.

Manajemen kelas terkait *disruptive behavior* telah menarik minat para peneliti dalam bidang ilmu psikologi dan pendidikan. Perilaku siswa di kelas telah diteliti dari berbagai perspektif seperti *disruptive behavior* yang paling sering, *disruptive behavior* yang paling menyusahkan, dan perilaku yang paling menjadi perhatian guru (Haroun & O'Hanlon, 1997).

Sedangkan Romi (2004) melakukan penelitian dengan mengelompokkan *disruptive behavior* ke dalam kategori pelanggaran berat, pelanggaran ringan, makan dan minum di dalam kelas, mengganggu kelas, terlambat atau tidak hadir di kelas, serta tidak berpartisipasi dalam kegiatan kelas.

Disruptive behavior di kelas dapat terjadi di berbagai jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi (Ali dan Gracey, 2013). Kaplan (2002) menggambarkan *disruptive behavior* meliputi berbicara di luar giliran, menggoda atau mengejek, bersikap tidak sopan, baik terhadap teman maupun guru, hingga meninggalkan tempat duduk tanpa seizin guru yang sedang mengajar. Tindakan yang lebih serius seperti kekerasan dan pengrusakan termasuk dalam ruang lingkup *disruptive behavior*. Guru dan pihak sekolah harus melakukan upaya-upaya identifikasi dan intervensi sedini mungkin terkait *disruptive behavior*, agar tidak sampai berkembang menjadi *Disruptive Behavior Disorder* (DBD) yang dapat merugikan bahkan menghancurkan masa depan siswa.

Intervensi *disruptive behavior* yang sudah dilakukan para peneliti adalah pengaturan tempat duduk (Bicard, 2012), *tootles intervention* (Cihak, 2009), *good behavior game* (Donaldson, 2017), kontingensi ganda (McKissick, 2010 dalam Solari, 2014), dan Adlerian Play Therapy (Meany-Wallen, 2014). Intervensi terkait pengembangan rancangan intervensi yaitu *The Incredible Years Teacher Classroom Management* (Reinke, 2014), empat rancangan intervensi berbasis bukti (*evidence based programs*) yang dikembangkan oleh Cholewa (2010): (1) Penerapan “*The Good Behavior Game* (GBG)”; (2) *The Fast-Track Program* atau Program Jalur Cepat; (3) *Raising Healthy Children* (RHC) atau Program Membesarkan Anak-anak Sehat; dan (4) *Incredible Years Program* atau Program Tahun yang Luar Biasa.

Intervensi *disruptive behavior* di kelas dapat dilakukan dengan menerapkan intervensi *self-management* (Dollar, 2012), karena teknik *self-management* memberikan kesempatan kepada individu untuk mengontrol tingkah laku dengan cara yang dikehendaki, dan menargetkan perubahan pada aspek pikiran, perasaan, dan perilaku individu. *Self-management* mendorong individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan (Knowles, 2003).

Teknik *self-management* telah berhasil diterapkan di beberapa bidang, diantaranya dalam bidang pendidikan, seperti penggunaan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku yang mengganggu (*disruptive behavior*), meningkatkan prestasi akademik, mengembangkan kemampuan siswa dalam meningkatkan pencapaian dan keakurasian tugas

yang harus dikerjakan. Teknik *self-management* sangat tepat diterapkan dalam situasi pedagogis di sekolah (Corey, 2012).

Sebagai konfirmasi bahwa hasil studi para ahli terkait *disruptive behavior* juga terjadi di Indonesia, berikut adalah data hasil pra penelitian yang telah penulis lakukan dan telah dilaporkan dalam bentuk artikel berjudul “*Disruptive Behavior dan Bentuk Perlakuan Guru*”, dipublikasikan pada Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XXI, dan telah diterbitkan dalam *Indonesian Journal of Education Counseling (IJEC)*. Subjek penelitian sebanyak 70 orang partisipan (dari berbagai sekolah di Jawa Barat), yang terdiri dari Guru Mata Pelajaran, Guru Kelas/Wali Kelas, dan Guru Bimbingan dan Konseling, mulai jenjang pendidikan SD, SMP, dan SMA/SMK/ sederajat. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket skala perilaku mengganggu (*disruptive behavior*) siswa, yang diadaptasi dari *Disruptive Behavior Scale Professed by Students (DBS-PS)* yang dikembangkan oleh Feliciano H Veiga dari Universidade de Lisboa, Portugal, dan angket bentuk perlakuan guru (guru mata pelajaran, guru kelas/wali kelas, dan guru bimbingan dan konseling) di sekolah.

Hasil pra penelitian menunjukkan *disruptive behavior* ditemukan di setiap sekolah dengan kisaran jumlah siswa berperilaku *disruptive* sebanyak 5-10% dari total jumlah siswa di setiap sekolah. Jumlah yang cukup tinggi untuk diabaikan tanpa diberikan intervensi yang tepat. Bentuk *disruptive behavior* lima tertinggi dalam pra penelitian tersebut adalah *disruptive behavior* tidak memperhatikan pelajaran di dalam kelas, lupa membawa buku pelajaran atau perlengkapan belajar lainnya, berbicara tanpa izin sehingga mengganggu kelas, terlambat masuk ke dalam kelas, dan menyerang teman sekelas secara verbal (menggunakan kata-kata).

Hasil lain dari pra penelitian adalah deskripsi bentuk perlakuan guru (mata pelajaran dan guru kelas) di sekolah serta intervensi guru bimbingan dan konseling, berupa mendekati siswa, memahami latar belakang siswa, mengajak berbicara, menegur, menasihati, membimbing, hingga memberikan sanksi, belum mampu meminimalisir munculnya *disruptive behavior*, sehingga perlu alternatif solusi. Riset ini dilakukan dalam rangka menemukan alternatif solusi untuk mengatasi *disruptive behavior*.

Pra penelitian juga mendapatkan deskripsi mengenai intervensi bimbingan dan konseling di sekolah dalam mengatasi *disruptive behavior*. Delapan belas orang partisipan guru BK menjawab dengan konseling individu atau konseling kelompok tanpa disertai teknik yang spesifik, bahkan upaya-upaya yang tidak memperlihatkan perbedaan dengan upaya yang dilakukan oleh guru mata pelajaran atau guru kelas/wali kelas, sehingga belum mampu

menunjukkan bimbingan dan konseling sebagai layanan ahli dan pengampu layanan disebut konselor yang memiliki keahlian profesional yang khas dan berbeda dengan guru lain di sekolah (Kartadinata, 2007). Padahal terdapat harapan atau kepercayaan dari pihak sekolah khususnya guru mata pelajaran terhadap guru bimbingan dan konseling untuk dapat mengatasi masalah *disruptive behavior*, terbukti dengan adanya empat orang responden dalam pra penelitian yang mengatakan akan mengatasi *disruptive behavior* dengan berkonsultasi dengan guru bimbingan dan konseling.

Temuan penelitian di atas sejalan dengan studi Satcher (2001) yang mengungkapkan masih kurangnya intervensi konseling yang responsif untuk mengatasi *disruptive behavior* di sekolah-sekolah, padahal sekolah berada dalam posisi yang memungkinkan setelah rumah atau keluarga, untuk mengidentifikasi anak-anak yang mengalami gangguan perilaku dan dapat melakukan intervensi awal untuk mencegah timbulnya masalah perilaku yang lebih parah (Meany-Wallen, 2014). Ketika anak-anak menunjukkan perilaku yang mengganggu, hubungan guru dan siswa dapat menjadi rusak atau tegang, hingga dapat mengganggu jalannya pembelajaran, merugikan siswa lain dan siswa yang bersangkutan (Abidin & Robinson, 2002). Selain berakibat buruk pada jalannya pembelajaran, tanpa intervensi yang tepat sejak dini, studi Barkley (2007) menunjukkan bahwa *disruptive behavior* memiliki tingkat stabilitas yang tinggi dari waktu ke waktu, mengarah pada perkembangan sejumlah masalah serius di sepanjang rentang kehidupan individu, termasuk perilaku antisosial, kekerasan, penyalahgunaan narkoba, dan kenakalan remaja.

Penelitian Stormont, Reinke dan Herman (2011) menunjukkan bahwa guru memiliki peran penting dalam mendukung perilaku siswa, termasuk mengatasi masalah perilaku yang mengganggu. Jika prevalensi dan lintasan *disruptive behavior* di kelas/sekolah yang cukup tinggi tidak diimbangi dengan pemahaman terkait teori dan intervensi yang memadai dari pihak sekolah, maka peluang siswa yang berperilaku *disruptive* untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik menjadi semakin terbatas.

Dengan asumsi teoritis dan praktis bahwa teknik *self-management* dapat digunakan untuk mengatasi *disruptive behavior* di kelas/sekolah, maka penulis berpendapat bahwa penelitian yang dapat menghasilkan rancangan intervensi, dan mampu menargetkan perilaku *disruptive behavior* di kelas/sekolah dengan sasaran yang lebih luas (kelompok) merupakan prioritas. Oleh karena itu, penulis memutuskan melakukan penelitian untuk mengembangkan “Rancangan Intervensi Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Management* untuk Mengurangi *Disruptive Behavior* pada Remaja”.

B. Rumusan Masalah

Menghadapi perilaku siswa yang mengganggu di kelas menjadi bagian yang tak dapat dihindari di kalangan pendidik (Anderson, 1999). Guru menghabiskan lebih banyak waktu untuk mendisiplinkan siswa dibanding untuk instruksi pelajaran di kelas karena pembelajaran tidak berjalan dengan baik akibat perilaku buruk beberapa orang siswa (Rosenberg & Jackman, 2003). Dilema paling sulit yang dihadapi guru-guru di sekolah adalah perilaku *disruptive* (White, Algozzine, Audette, Marr, Ellis, 2001) karena penelitian White (2001) menunjukkan terdapat peningkatan siswa dengan masalah perilaku *disruptive* di kelas. Para pendidik didorong untuk mengambil beberapa tindakan untuk menghentikan perilaku mengganggu, mengaktifkan kembali partisipasi siswa dalam proses pembelajaran, dan mencegah siswa lain terpengaruh kondisi buruk (Nordstrom, Bartels dan Bucy, 2009).

Penelitian terkait intervensi *disruptive behavior* sudah dilakukan, seperti penelitian Bocard (2012) tentang pengaturan tempat duduk, Cihak (2009) tentang *tootles intervention*, Donaldson (2017) tentang *good behavior game*, McKissick (2010) dalam Solari (2014) tentang kontingensi ganda, dan Meany-Wallen (2014) yang meneliti tentang intervensi dengan menggunakan Adlerian Play Therapy.

Reinke (2014) mengembangkan rancangan intervensi *The Incredible Years Teacher Classroom Management* (IY TCM). Para guru diberikan pelatihan untuk meningkatkan kemampuan penggunaan strategi manajemen kelas yang efektif. Program mencakup strategi manajemen kelas berbasis penelitian yang telah dikaitkan dengan peningkatan dalam perkembangan sosial-emosional anak-anak, interaksi guru-siswa yang positif, serta penurunan perilaku mengganggu siswa. Program IY TCM membantu guru membangun dan mengimplementasikan rencana dukungan perilaku bagi siswa dengan perilaku menantang, termasuk perilaku mengganggu (Reinke, 2014).

Penelitian terkait pengembangan rancangan intervensi untuk mengurangi *disruptive behavior* dilakukan oleh Cholewa (2011), yang meneliti tentang efektivitas empat macam program berbasis bukti (*evidence based programs*) yang berhasil menurunkan perilaku *disruptive* siswa di Sekolah Dasar. Keempat rancangan intervensi tersebut adalah: (1) Penerapan “*The Good Behavior Game* (GBG)”. Kerangka GBG memungkinkan siswa untuk mendapatkan poin untuk kelompok dan seluruh kelas dengan menampilkan perilaku prososial. Setiap secara berkelompok dianugerahi sejumlah set poin positif yang disebut “poin itikad baik”. Jika selama periode waktu kelompok dapat mempertahankan total poin, setiap anggota kelompok akan menerima hadiah; (2) *The Fast-Track Program* atau Program Jalur

Cepat. Memiliki tujuan untuk mengurangi perilaku mengganggu dan perilaku agresif anak-anak, termasuk perilaku tidak mengerjakan tugas sekolah, dan meningkatkan keterampilan kognitif sosial anak-anak, pemecahan masalah, hubungan teman sebaya, keterampilan akademik, dan meningkatkan hubungan orangtua-anak dan hubungan keluarga-sekolah; (3) *Raising Healthy Children* (RHC) atau Membesarkan Anak-anak Sehat, yang sebelumnya bernama *Skills, Opportunity, and Recognition* (SOAR). Program menyediakan pendekatan di seluruh sekolah untuk ikut ambil bagian dalam menangani anak-anak yang agresif, meliputi pelatihan guru, pelatihan orang tua, dan pengembangan keterampilan siswa; dan (4) *Incredible Years Program* atau Program Tahun yang Luar Biasa. Program memiliki tujuan mengembangkan keterampilan sosial anak dan pemecahan masalah, program terstruktur tentang manajemen anak oleh orang tua, dan program kelompok kecil intensif untuk anak-anak dengan masalah perilaku yang lebih parah (Webster-Stratton & Reid, 2003; Cholewa, 2011).

Untuk memperkuat identifikasi masalah penelitian, peneliti melakukan wawancara terhadap 20 orang Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dan 20 orang Guru Mata Pelajaran (MP) dari sekolah yang berbeda di Kota Sukabumi, yang terdiri dari lima orang Guru BK dan lima orang Guru MP dari SMA Negeri, empat orang Guru BK dan empat orang Guru MP dari SMK Negeri, dua orang Guru BK dan dua orang Guru MP dari SMA Swasta, tiga orang Guru BK dan tiga orang Guru MP dari SMK Swasta, serta enam orang Guru BK dan enam orang Guru MP dari SMP Negeri, sehingga total responden menjadi 40 orang Guru BK dan MP dari berbagai SMP dan SMA/SMK se-Kota Sukabumi.

Dari hasil wawancara terungkap bahwa persepsi Guru terkait *disruptive behavior* di kelas/sekolah selama ini belum akurat. Dua puluh orang responden memaknai *disruptive behavior* sebagai perilaku tidak sesuai tempat dan keadaan, berdampak negatif atau merugikan, mengganggu belajar dan kenyamanan orang lain; tiga orang responden mendefinisikan sebagai perilaku berisik, gaduh, mengalihkan perhatian siswa lain, tidak memperhatikan, dan meremehkan; tujuh orang responden menyebut *disruptive behavior* sebagai perilaku melanggar aturan atau tata tertib; empat orang responden mengatakan siswa berperilaku *disruptive* ketika tidak mengikuti pelajaran. Selanjutnya masing-masing satu orang responden menjawab dengan perilaku yang membuat siswa terhambat berkembang; membuat stimulus baru; tindakan atau perbuatan yang menjauhkan dari tujuan; perilaku yang berhubungan kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu; perilaku membangkang atau tidak sopan, dan satu orang responden bahkan mendefinisikan *disruptive behavior*

sebagai perilaku menyimpang. Dari jawaban-jawaban di atas tampak bahwa persepsi Guru terhadap *disruptive behavior* masih belum akurat, sehingga penelitian ini dilakukan untuk meluruskan persepsi tersebut.

Hasil wawancara juga mendapatkan temuan terkait cara penanganan yang selama ini dilakukan oleh Guru. Dari 40 orang responden yang diwawancarai, dua puluh dua orang responden menjawab menangani *disruptive behavior* dengan cara menegur, mengingatkan, mengarahkan; delapan orang responden menjawab dengan mengajak berbicara, menasihati; tiga orang responden menjawab dengan konseling; dua orang responden menjawab kolaborasi dengan orang tua, Guru BK, dan kesiswaan. Selanjutnya masing-masing satu orang responden menangani *disruptive behavior* dengan melakukan *ice breaking*, apersepsi, melakukan pembinaan dan pendampingan, memberi sanksi, bahkan satu orang guru hingga menyuruh siswa yang berperilaku *disruptive* maju ke depan kelas untuk menjawab pertanyaan terkait materi atau dikeluarkan dari kelas. Temuan hasil wawancara memperkuat hasil pra penelitian yang menunjukkan bahwa cara-cara penanganan terhadap *disruptive behavior* selama ini belum tepat, sehingga riset yang menargetkan alternatif intervensi *disruptive behavior* ini dilakukan.

Dari cara penanganan Guru terhadap *disruptive behavior* di kelas/sekolah, penulis juga berhasil memperoleh temuan terkait berapa lama dampak penanganan yang telah dilakukan oleh Guru terhadap siswa yang berperilaku *disruptive*. Empat orang responden menjawab hanya sesaat saja terasa dampaknya yaitu saat pelajaran Guru yang bersangkutan berlangsung, dua puluh tujuh orang responden menjawab relatif tergantung siswanya atau kontrol yang dilakukan Guru (tidak ada kejelasan patokan waktu), dua orang responden menjawab satu minggu, tiga orang responden menjawab sekitar satu bulan, dan empat orang responden menjawab kurang lebih selama pelajaran Guru yang bersangkutan di semester tersebut. Dari gambaran lamanya dampak intervensi bertahan, dapat dilihat bahwa cara penanganan *disruptive behavior* yang selama ini dilakukan oleh Guru belum mampu memberi dampak secara permanen pada diri siswa, sehingga penelitian ini dilakukan untuk menargetkan alternatif intervensi yang berdampak permanen atau jangka panjang.

Perilaku dalam pandangan behavioral dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalaman, berupa interaksi individu dengan lingkungan yang akan membentuk sebuah kepribadian. Perilaku individu dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar (Gunarsa, 2004). Pandangan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), yang merupakan perpaduan dari dua pendekatan dalam psikoterapi yaitu *cognitive therapy*

dan *behavior therapy* (Bush, 2007), meyakini pola pemikiran manusia terbentuk melalui proses Stimulus-Kognisi-Respon (SKR), yang saling berkaitan dan membentuk semacam jaringan SKR dalam otak manusia, proses kognitif merupakan penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa, dan bertindak (Oemarjoedi, 2003).

Asumsi dasar dari perspektif perilaku kognitif adalah sebagian besar perilaku bermasalah, kognisi, dan emosi dapat dimodifikasi melalui pembelajaran baru (Corey, 2012). Proses modifikasi disebut terapi, namun komponen penting di dalam proses adalah aktivitas mendidik. Individu dilibatkan dalam proses belajar mengajar dan diajarkan cara-cara untuk mengembangkan perspektif baru. Individu didorong untuk mencoba merumuskan perilaku, kognisi, dan emosi yang lebih efektif.

Self-management merupakan salah satu model dalam *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yang memiliki asumsi terdapat kekuatan psikologis yang memberi arah pada individu untuk mengambil keputusan dan menentukan pilihan, serta menetapkan cara-cara yang efektif dalam mencapai tujuan (Knowles, 2003). Alasan pemilihan teknik *self-management* karena sifat dari teknik *self-management* yang dapat mengurangi atau meningkatkan. Teknik *self-management* sangat tepat diterapkan dalam situasi pedagogis di sekolah (Corey, 2012).

Self-management merupakan suatu strategi perubahan perilaku yang bertujuan untuk mengarahkan perilaku seseorang dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik (Cormier & Cormier, 1985). *Self-management* berkenaan dengan kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keadaan sekitar yang mempengaruhi tingkah laku individu (Fauzan, 1992).

Self-management adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan sendiri perubahan perilaku dengan satu strategi atau gabungan strategi (Cormier & Cormier, 1985). *Self-management* bertujuan membantu konseli menyelesaikan masalah dengan menekankan pada perubahan tingkah laku konseli yang dianggap merugikan orang lain. *Self-management* merupakan upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan.

Berdasarkan asumsi teori di atas, pengembangan rancangan intervensi *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior* siswa di sekolah merupakan langkah yang tepat. Yates (1985) menjelaskan bahwa *self-management* merupakan seperangkat prinsip atau prosedur yang meliputi: (1) pemantauan diri (*self-monitoring*), yang merupakan langkah meningkatkan kesadaran akan masalah dan tujuan; (2) analisis diri (*self-analysis*), yang merupakan langkah untuk mencari tahu hal apa yang mengendalikan konseli, mencari

tahu apa yang harus diubah, bagaimana cara konseli berubah, dan kapan konseli mulai melakukan perubahan; (3) perubahan diri (*self-change*), yaitu langkah untuk melakukan perubahan-perubahan dan membuat rencana perubahan tersebut bekerja dengan baik; dan (4) pemeliharaan diri (*self-maintenance*), yaitu tahapan menjaga aktivitas *self-management* tetap bekerja dalam diri dan mencegah kekambuhan. Prosedur *self-management* memiliki keterkaitan erat antara teknik *cognitive, behavior*, serta *affective* dengan susunan sistematis berdasarkan kaidah pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (Gunarsa, 2004), yang secara teknis dapat digunakan untuk mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan.

Berdasarkan paparan di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah adanya persepsi yang tidak akurat yang dipahami Guru terkait makna *disruptive behavior* sehingga memunculkan upaya-upaya penanganan yang kurang tepat, baik di kalangan Guru BK maupun Guru MP, dan upaya-upaya yang ditempuh oleh Guru selama ini terbukti belum mampu mengeliminasi munculnya *disruptive behavior*. Secara lebih terperinci, rumusan masalah penelitian dijabarkan ke dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan penelitian berikut.

1. Seperti apa bentuk *disruptive behavior* yang muncul di SMA Negeri 2 Kota Sukabumi?
2. Bagaimana rancangan intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior* dikembangkan?
3. Bagaimana deskripsi hasil validasi (penilaian) pakar (Ahli Bimbingan dan Konseling) dan praktisi (Guru BK SMA/SMK se-Kota Sukabumi) terhadap rancangan intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior*?

C. Tujuan Penelitian

Sepuluh tahun terakhir, kemajuan telah dibuat dalam memahami dan mengembangkan intervensi untuk mengatasi pola perilaku mengganggu (*disruptive behavior*). Langkah besar dalam penilaian dan intervensi perilaku *disruptive* telah ditemukan melalui serangkaian penelitian, khususnya di sekolah-sekolah di negara barat. Tetapi, penelitian terkait identifikasi dan intervensi *disruptive behavior* yang benar-benar terjadi di sekolah-sekolah di Indonesia masih terbatas. Penelitian terkait intervensi *disruptive behavior* yang telah dilakukan cenderung menargetkan sasaran di luar individu yang berperilaku *disruptive*, seperti orang tua, guru, dan pihak sekolah.

Berdasarkan pertimbangan tersebut maka tujuan penelitian adalah mendeskripsikan bentuk *disruptive behavior* yang muncul di SMA Negeri 2 Kota Sukabumi, mengembangkan

rancangan intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior*, dan mendeskripsikan hasil penilaian pakar (Ahli Bimbingan dan Konseling) dan praktisi (Guru BK SMA/SMK se-Kota Sukabumi) terhadap rancangan intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior*. Rancangan intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-management* menargetkan individu dengan perilaku *disruptive* untuk melakukan upaya-upaya perubahan pada aspek pikiran, perasaan, dan perilaku dengan cara melakukan perencanaan perubahan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan secara mandiri dalam dukungan dan interaksi dinamika kelompok.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dibedakan menjadi dua macam, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat menambah spektrum teoritis *disruptive behavior* di sekolah, memperkaya konfigurasi kajian terkait intervensi layanan bimbingan dan konseling untuk mengurangi *disruptive behavior*, sehingga dapat dijadikan sebagai literatur acuan untuk penelitian terkait di masa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

a. Untuk Guru BK

Hasil penelitian dapat digunakan dalam tataran praktis di lingkup persekolahan. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dapat menggunakan atau mengadaptasi rancangan intervensi konseling kelompok teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior* dengan penyesuaian-penyesuaian dalam hal: (1) sasaran intervensi terkait bentuk *disruptive behavior* yang muncul; (2) tingkat kelas yang akan diidentifikasi dan diberikan intervensi; (3) *setting* konseling (individual atau kelompok); (4) jumlah sesi konseling; dan (5) kemampuan yang dimiliki guru BK untuk mengimplementasikan rancangan intervensi (termasuk pengalaman guru BK dalam mengatasi *disruptive behavior* siswa).

b. Untuk Siswa

Hasil penelitian dapat memberi manfaat bagi siswa ketika intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-management* mampu membantu siswa mengurangi *disruptive behavior*. Jika sebelum intervensi konseling kelompok dengan teknik *self-*

management dilaksanakan siswa mendapatkan penanganan yang kurang tepat dari pihak sekolah seperti dinasihati, dimarahi, atau bahkan diberikan sanksi, dengan kontrol perilaku ada pada figur otoritas di luar diri siswa, maka di dalam konseling kelompok dengan teknik *self-management* terjadi sebaliknya, kontrol untuk perubahan perilaku sepenuhnya berada di dalam kendali siswa.

E. Struktur Organisasi Penulisan

Struktur organisasi penyusunan laporan penelitian.

Bab I. Pendahuluan: terdiri dari latar belakang mengapa penelitian penting dilaksanakan; rumusan masalah penelitian yang memuat identifikasi masalah dan pertanyaan penelitian; manfaat penelitian dalam tataran teoritis maupun praktis yang menjelaskan bahwa hasil penelitian akan membawa dampak positif bagi perkembangan ilmu bimbingan dan konseling; dan struktur organisasi penulisan.

Bab II. Kajian Pustaka: berisi teori-teori penyangga yang menjadi dasar berpikir peneliti dalam melakukan penelitian. Terdiri dari teori dan konsep *disruptive behavior*; teori dan konsep *self-management* sebagai dasar penyusunan rancangan intervensi; konsep teknik *self-management* dalam kelompok.

Bab III. Metode Penelitian: berisi metode dan desain penelitian; populasi dan sampel penelitian; variabel penelitian dan definisi operasional; teknik pengumpulan data; instrumen penelitian; prosedur penelitian; dan teknik analisis data.

Bab IV. Hasil Penelitian dan Pembahasan: berisi temuan dan pembahasan hasil penelitian berupa deskripsi bentuk *disruptive behavior* di SMA Negeri 2 Kota Sukabumi, rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior* di SMA Negeri 2 Kota Sukabumi, dan deskripsi hasil validasi pakar (ahli bimbingan dan konseling) dan praktisi (guru bimbingan dan konseling) terhadap rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior*.

Bab V. Kesimpulan dan Rekomendasi: berisi kesimpulan hasil penelitian dan rekomendasi.