

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Disruptive behavior ada di SMA Negeri 2 Kota Sukabumi. Bentuk *disruptive behavior* berada pada jenis gangguan-pelanggaran (*distraction transgression*), dan bukan pada agresi terhadap teman sekolah (*schoolmates aggression*) ataupun agresi otoritas sekolah (*authorities aggression*). Artinya *disruptive behavior* yang paling sering muncul berkisar di antara perilaku-perilaku yang mencakup pelanggaran-pelanggaran tata tertib sekolah atau kelas, kelalaian, dan bentuk perilaku tidak memperhatikan guru atau pembelajaran, yang menurut kategori Veiga (2008) termasuk ke dalam *disruptive behavior* dengan tingkat keparahan ringan hingga sedang.

Bentuk *disruptive behavior* hasil temuan penelitian merupakan kategori ringan hingga sedang, tetapi jika terus-menerus dilakukan dapat menjadi budaya kelas atau sekolah, sangat mengganggu pembelajaran, menyulitkan guru, siswa lain di kelas, serta siswa yang bersangkutan. Sehingga intervensi tetap diperlukan dengan menargetkan penurunan bentuk-bentuk *disruptive behavior* yang muncul. Intervensi yang dipilih dalam penelitian adalah rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi lima bentuk *disruptive behavior* dengan frekuensi kemunculan paling tinggi.

Hasil validasi pakar dan praktisi menunjukkan bahwa rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-management* yang terdiri dari komponen: (1) rasional, (2) deskripsi kebutuhan, (3) tujuan, (4) sasaran, (5) asumsi, (6) langkah-langkah, (7) rencana tindakan (action plan), (8) adegan dan situasi intervensi, (9) evaluasi dan indikator keberhasilan, dan (10) rencana pelaksanaan layanan Sesi 1-8 memadai atau dapat digunakan sebagai alternatif intervensi untuk mengurangi *disruptive behavior*. Rancangan intervensi yang dikembangkan sesuai dengan konsep dan tahapan dalam prosedur *self-management*.

B. Rekomendasi

Berdasarkan analisis hasil temuan penelitian dan pembahasan, berikut beberapa rekomendasi yang dapat disampaikan.

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat menjadi perhatian bagi pihak sekolah bahwa *disruptive behavior* ada di setiap sekolah dengan tingkat prevalensi yang cukup tinggi untuk diabaikan. Sekolah sebaiknya melakukan identifikasi dan intervensi yang tepat untuk mengurangi dan mencegah *disruptive behavior* berkembang menjadi budaya kelas atau sekolah, sehingga mengganggu misi, tujuan, ketertiban, atmosfer akademik, operasi, proses, dan fungsi akademik sekolah. Identifikasi atau diagnosis dapat dilakukan melalui observasi oleh guru mata pelajaran yang sehari-hari berhadapan langsung dengan siswa, untuk selanjutnya berkolaborasi dengan guru bimbingan dan konseling (BK) dalam mengatasi *disruptive behavior* siswa. Guru mata pelajaran dapat berperan sebagai kolaborator guru BK dalam melaksanakan intervensi seperti menjadi observer monitoring perubahan perilaku siswa di kelas. Selain itu, sekolah dapat secara terprogram menyelenggarakan kegiatan *Training of Trainee* (ToT) bagi para guru mata pelajaran untuk lebih memahami fenomena *disruptive behavior* di sekolah serta alternatif intervensi yang dapat dilakukan.

2. Bagi Guru BK

Jika penanganan *disruptive behavior* yang dilakukan adalah pemberian nasihat, teguran, hingga pemberian hukuman atau sanksi dengan kontrol berada pada figur otoritas, maka dalam konseling kelompok dengan teknik *self-management*, kendali untuk melakukan perubahan pikiran, perasaan, dan perilaku sesuai sasaran perubahan ditentukan oleh siswa, atau sepenuhnya berada di tangan siswa, dengan dorongan minimal dari konselor. Guru BK dapat menggunakan rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-management* yang dikembangkan peneliti, ketika akan mengintervensi *disruptive behavior* di sekolah dengan penyesuaian-penyesuaian.

Pengambilan delapan bentuk *disruptive behavior* sebagai sasaran intervensi dalam rancangan konseling yang dikembangkan bukan hal yang mutlak. Artinya, guru BK dapat melakukan intervensi terhadap bentuk *disruptive behavior* yang ditemukan berdasarkan hasil *assessment*, dengan jumlah bentuk *disruptive behavior* sasaran intervensi disesuaikan dengan kebutuhan. Dalam penelitian, peneliti menggunakan delapan bentuk *disruptive behavior* dengan skor kemunculan tertinggi, walaupun bentuk *disruptive behavior* tersebut berada pada tingkat keparahan rendah hingga sedang. Guru BK di sekolah dapat menargetkan intervensi terhadap bentuk *disruptive behavior* dengan tingkat keparahan tinggi misalnya, walaupun hanya satu bentuk *disruptive behavior*.

Penggunaan sampel penelitian di kelas X bukan aturan baku. Guru BK dapat menggunakan rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi *disruptive behavior* pada tingkat kelas berbeda seperti kelas XI dan XII, sesuai dengan data yang diperoleh berdasarkan hasil *need of assessment*. Walaupun di sekolah yang sama, bentuk *disruptive behavior* dapat ditemukan berbeda di setiap tingkatan kelas.

Guru BK dapat menyesuaikan *setting* intervensi sesuai kebutuhan. Jika mengintervensi siswa yang menunjukkan *disruptive behavior* dengan tingkat keparahan tinggi, tapi tidak dilakukan oleh seluruh populasi, atau dengan kata lain hanya siswa yang bersangkutan yang memiliki gejala *disruptive behavior* dengan tingkat keparahan tinggi, maka intervensi konseling dapat menggunakan *setting* individual.

Peneliti merancang sesi konseling sebanyak delapan sesi. Secara teoritis, tidak ada patokan baku terkait jumlah sesi dalam sebuah prosedur konseling dengan teknik *self-management*. Tetapi prosedur konseling dapat dikatakan benar menggunakan teknik *self-management*, jika taat pada asas yang terdapat di dalam prosedur intervensi *self-management*, yang harus melalui empat tahapan kegiatan dalam upaya mendorong konseli melakukan perubahan-perubahan pikiran, perasaan, dan perilaku secara mandiri. Setiap tahapan kegiatan memiliki penekanan pada pengerjaan tugas mandiri yang harus dilakukan konseli di luar sesi konseling. Artinya dalam satu tahapan konseling *self-management* minimal akan ada dua sesi konseling, sesi pertama untuk merencanakan apa yang akan dilakukan konseli untuk mengubah perilaku sasaran melalui serangkaian format *monitoring* perilaku di luar sesi konseling, dan sesi kedua untuk mengevaluasi hasil penugasan mandiri yang telah dilakukan konseli. Sehingga jika setiap tahapan konseling *self-management* memiliki dua sesi, minimal akan ada delapan sesi konseling dalam sebuah prosedur intervensi yang menggunakan rancangan konseling dengan teknik *self-management*. Guru BK di sekolah dimungkinkan untuk melakukan penyesuaian sesi dengan menambah jumlah sesi konseling sesuai kebutuhan.

Telah dijelaskan bahwa teknik *self-management* merupakan salah satu model dalam pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Sehingga guru BK yang akan menggunakan rancangan konseling dengan teknik *self-management* hendaknya memahami kerangka teoritis konseling CBT yang berakar pada pendekatan teori kognitif dan teori behaviorial. Guru BK harus memahami cara pandang teori terhadap manusia, asumsi perilaku bermasalah, serta menguasai teknik-teknik modifikasi perilaku yang dikembangkan dari

pendekatan behavioral, tetapi dengan tetap memberi tempat pada kemampuan konseli untuk memiliki kontrol penuh terhadap pelaksanaan dan keberhasilan konseling.

Secara lebih konkrit, peneliti melalui forum Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) dapat mengagendakan diskusi dan pemaparan hasil penelitian terkait rancangan intervensi konseling kelompok untuk mengatasi *disruptive behavior* untuk kemudian bersama-sama mempraktikkan langkah-langkah yang terdapat dalam rancangan intervensi di sekolah masing-masing, sehingga akan menghasilkan temuan yang dapat dijadikan dasar untuk mengevaluasi rancangan intervensi yang telah dikembangkan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penelitian terkait identifikasi *disruptive behavior* dengan metode penelitian deskriptif sudah banyak dilakukan, sehingga temuan penelitian hanya sebatas mengkonfirmasi penelitian sebelumnya, tidak menghasilkan temuan baru. Peneliti merekomendasikan penelitian selanjutnya menggunakan riset evaluasi (jika dilakukan oleh Guru BK), yang mengukur kesesuaian hasil rancangan intervensi dengan tujuan penelitian, yaitu menurunkan *disruptive behavior*, serta riset eksperimen jika dilakukan oleh peneliti setingkat magister BK.
- b. Penelitian selanjutnya harus lebih mempertimbangkan akurasi pemilihan subjek penelitian. Jumlah sampel yang lebih banyak akan lebih mampu menggeneralisasikan populasi. Sampel dapat dipilih berdasarkan tingkat kelas (Kelas X, XI, XII), jenjang sekolah (SMP/SMK) status sekolah (sekolah negeri/swasta), jenis sekolah (SMA/MA/SMK), atau lokasi sekolah (pedesaan/perkotaan).
- c. Penelitian selanjutnya harus lebih mempertimbangkan prosedur adaptasi instrumen penelitian. Bias budaya dari instrumen adaptasi harus menjadi perhatian. Mengkonstruksi instrumen penelitian sendiri lebih direkomendasikan agar hasil yang diperoleh dapat terhindar dari bias budaya.
- d. Penelitian selanjutnya harus memilih prosedur dan teknik analisis data yang tidak hanya menyajikan hasil analisis statistik dari data skala perilaku mengganggu saja, tetapi mengkonfirmasi ulang setiap kategori *disruptive behavior* melalui data kualitatif untuk mengetahui akurasi bentuk dan kecenderungan *disruptive behavior*. Peneliti merekomendasikan penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan *mixed methods* dengan desain penelitian eksperimental yang menargetkan intervensi

tertentu untuk mengurangi atau menghilangkan *disruptive behavior*. Pendekatan *mixed methods* akan menghasilkan temuan yang lebih komprehensif karena data dihasilkan dari akurasi perhitungan data-data statistik, dilengkapi dengan hasil elaborasi data-data kualitatif, seperti hasil observasi terhadap perubahan perilaku konseli, hasil observasi pengamat terhadap proses intervensi, dan hasil wawancara dengan konseli terkait pelaksanaan intervensi. Desain penelitian eksperimental dapat menggunakan *experimental design* dengan *blocking variable*, misalnya dengan memilih jenis kelamin sebagai variabel yang diblokir, siswa laki-laki sebagai kelompok eksperimen dan siswa perempuan sebagai kelompok kontrol.