

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Layanan Konseling Kelompok Teknik Behavioral

##### 1. Layanan Konseling Kelompok

###### a. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok sebenarnya merupakan bentuk terapi yang melibatkan seorang konselor yang berpengalaman sebagai pengarah kelompok peserta didik sebagai anggota untuk menangani masalah serta mengembangkan diri mereka menggunakan dinamika yang ada dalam suatu kelompok. Kurnanto dalam Namora menyatakan bahwa konseling kelompok menyediakan dukungan untuk individu dalam situasi grup. Ini berperan dalam pencegahan dan penyembuhan, dan tujuan utamanya adalah untuk mendukung perkembangan dan kemajuan para peserta didik.<sup>11</sup>

Natawidjaja berpendapat bahwa konseling kelompok dapat dipahami sebagai suatu bentuk dukungan yang ditawarkan kepada individu. Tujuan dari dukungan ini adalah untuk membantu dalam berbagai aspek perkembangan dan

---

<sup>11</sup>Namora Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2018), 19.

pertumbuhan yang bersifat penyembuhan.<sup>12</sup> Sisca Folastris menyebutkan bahwa konseling kelompok adalah salah satu bentuk pelayanan dalam bimbingan dan konseling. Layanan ini memanfaatkan interaksi di dalam sebuah kelompok untuk membicarakan berbagai aspek yang penting bagi pengembangan pribadi dan untuk mengatasi masalah individu yang terlibat dalam kegiatan kelompok.<sup>13</sup> Ristianti, dalam penjelasannya, menyatakan bahwa konseling kelompok adalah jenis layanan bimbingan dan konseling. Layanan ini memungkinkan para konseli berdiskusi dan memahami masalah yang mereka hadapi dengan berinteraksi dalam kelompok. Isu-isu yang diangkat adalah tentang masalah pribadi yang dialami oleh setiap anggota kelompok.<sup>14</sup>

Berdasarkan berbagai pandangan yang ada, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu kegiatan di mana pertolongan atau dukungan disalurkan kepada sekelompok orang dalam suasana kelompok. Proses ini

---

<sup>12</sup>Rasimin and Muhammad Hamdi, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2021), 7.

<sup>13</sup>Sisca Folastris and Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (Bandung: Mujahid Press, 2023), 16.

<sup>14</sup>Dina Hajja Ristianti and Irwan Fathurrochman, *Penilaian Konseling Kelompok* (Yogyakarta: Deepublish, 2020), 10.

memanfaatkan interaksi antar anggota kelompok untuk belajar satu sama lain dan saling memberikan dukungan dalam menghadapi masalah perkembangan serta pertumbuhan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Keberhasilan konseling kelompok sangat bergantung pada tingkat pencapaian dari tujuan yang telah ditetapkan. Perianto menjelaskan bahwa tujuan utama yang ingin diraih dalam konseling kelompok adalah pengembangan diri, komunikasi, dan solusi untuk persoalan pribadi yang dihadapi oleh setiap anggota kelompok. Dengan demikian, anggota dapat terhindar dari kesulitan dan menemukan penyelesaian lebih cepat berkat dukungan dari rekan-rekan dalam kelompok.<sup>15</sup>

Sedangkan menurut Erwan Syah, tujuan konseling kelompok adalah: 1) Setiap peserta konseling bisa mengenali diri mereka dengan lebih mendalam, menerapkan identitas diri, serta menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, 2) Melalui interaksi dalam kelompok, konseli dapat

---

<sup>15</sup>Eko Perianto, Mungin Eddy Wibowo, dkk, *Model Konseling Kelompok Cognitive Behavior Teknik Self Management* (Semarang: Cahya Ghani Recovery, 2025), 18.

meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan saling membantu dalam menghadapi berbagai masalah perkembangan, 3) Konseli dilatih untuk mengelola diri dan mengarahkan kehidupannya secara mandiri, baik saat berinteraksi dalam suatu kelompok ataupun dalam kehidupan mereka sehari-hari, 4) Mendukung konseli agar lebih sadar terhadap emosi dan kebutuhan sesama manusia, serta dapat mengembangkan rasa kepedulian dan perhatian sosial.<sup>16</sup>

Dari pernyataan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah sebagai alat untuk mendukung pengembangan dan pemaksimalan potensi yang dimiliki individu, terutama yang berkaitan dengan pengembangan diri dan pembelajaran melalui diskusi mengenai persoalan pribadi yang dirasakan mengganggu aktivitas sehari-hari. Selain itu, konseling kelompok juga membantu seseorang agar menjadi lebih percaya diri ketika berkomunikasi, berbicara, mengungkapkan pendapat atau ide-ide, serta memberikan saran dan respons di

---

<sup>16</sup>Muhammad Erwan Syah and Dkk, Pengantar Psikologi Konseling: Konsep Dasar Konseling Psikologi (Bandung: CV. Feniks Muda Sejahtera, 2024), 36.

depan orang lain, memahami perasaan orang lain, serta menyelesaikan masalah yang ada dalam kelompok.

c. Komponen-komponen Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah metode yang efektif untuk mendukung individu dalam mengembangkan kemampuan diri, menyelesaikan masalah, dan meningkatkan keterampilan sosial melalui interaksi dengan anggota kelompok. Menurut Siti Nurleli terdapat tiga komponen utama dalam konseling kelompok yang saling berkaitan dan menunjang keberhasilan proses konseling.<sup>17</sup> Adapun komponen-komponen tersebut, diantaranya:

1) Pimpinan Konseling Kelompok

Seorang pimpinan dalam suatu kelompok mempunyai peran penting dalam suatu proses konseling kelompok. Tugas pimpinan adalah membimbing peserta agar bertindak selaras dengan tujuan kolektif, dan dapat memberikan reaksi terhadap berbagai perubahan yang muncul dalam kelompok. Di samping itu, pemimpin kelompok juga berperan sebagai penghubung, motivator,

---

<sup>17</sup>Siti Nurleli Nofiana, *The World Of Counselor: Graflit* (Makassar: Anagraf Indonesia, 2022), 199.

dan pengatur dinamika kelompok agar proses konseling berjalan efektif dan bermanfaat bagi semua anggota.

## 2) Anggota Konseling Kelompok

Anggota di dalam suatu kelompok adalah elemen penting dalam proses pelaksanaan konseling kelompok, sebab tanpa partisipasi anggota, kelompok tidak bisa ada atau berfungsi. Jumlah anggota yang ideal biasanya berjumlah enam orang, namun pada praktiknya dapat berkisar antara 4 hingga 10 orang. Berdasarkan pendapat Maliki, setiap individu memiliki kontribusi yang signifikan dalam membangun lingkungan yang ramah dan saling memberikan dukungan. Keberhasilan konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh partisipasi aktif, sikap saling menghargai, dan keterlibatan emosional dari para anggotanya. Oleh karena itu, pembentukan keanggotaan yang tepat menjadi langkah awal yang menentukan efektivitas proses konseling.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup>Maliki, *Bimbingan Konseling Di Sekolah Dasar* (Jakarta: Prenada Media, 2017), 176.

### 3) Dinamika Konseling Kelompok

Interaksi yang terjadi selama konseling kelompok menciptakan situasi yang penuh partisipasi dan kolaboratif antara anggota kelompok yang dibentuk guna mencapai tujuan tertentu. Pada situasi tersebut, masing-masing anggota kelompok bersikap terbuka, berani mengungkapkan pendapatnya, dan turut berpartisipasi agar proses konseling berjalan dengan lancar. Berdasarkan pendapat Prayitno, interaksi dalam sebuah kelompok bisa digunakan untuk mendukung anggota dalam mengatasi masalah pribadi. Melalui interaksi yang berlangsung, setiap orang dapat memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak dalam usaha mencari penyelesaian untuk mengatasi masalah pribadi.<sup>19</sup>

#### d. Asas-asas Konseling Kelompok

Nasrina berpendapat bahwa dalam proses konseling kelompok terdapat beberapa aturan atau prinsip yang harus diperhatikan oleh semua anggota. Berikut adalah prinsip-prinsip dalam konseling kelompok:

---

<sup>19</sup>Prayitno, *Layanan Bimbingan Konseling Komprehensif* (Jakarta: Gramedia., 2018), 84.

- 1) Asas kerahasiaan, asas ini memegang peranan penting dalam pelaksanaan konseling kelompok karena isu yang menjadi fokus pembahasan cenderung bersifat individual. Oleh karena itu, setiap individu yang tergabung dalam kelompok diharapkan untuk mengamankan kerahasiaan semua percakapan atau tindakan selama sesi konseling kelompok berlangsung.
- 2) Asas kesukarelaan, asas ini menunjukkan bahwa peserta melakukan konseling kelompok berdasarkan inisiatif pribadi tanpa ada paksaan atau dorongan dari pihak lain.
- 3) Asas keterbukaan, yaitu dimana setiap individu diharapkan untuk menunjukkan sikap jujur dalam berbagai perasaan, pengalaman, dan pemikiran mereka, sehingga individu lain bisa mengerti atau mengetahui apa yang sedang dialaminya.
- 4) Asas kenormatifan, yaitu setiap kegiatan dalam konseling kelompok perlu disesuaikan dengan tujuan layanan yang telah dirancang dengan ketentuan dan standar yang ada.<sup>20</sup>

e. Tahapan-Tahapan Konseling Kelompok

Dalam rangka pelaksanaan layanan konseling kelompok terdapat berbagai tahapan atau Langkah yang perlu diikuti. Menurut Prayitno dalam Rizki, menjelaskan ada empat tahapan dalam konseling kelompok.<sup>21</sup> Tahapan-tahapan tersebut, anatara lain:

---

<sup>20</sup>Nasrina Nur Fahmi and Slamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman," *Jurnal Bimbingan Konseling* Vol.2 (2016): 69–84.

<sup>21</sup>Amalia Rizki, *Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Solution Focused Brief Therapy (SFBT)* (Sumedang: CV. Mega Press Nusantara, 2022), 33.

### 1) Tahap Awal (Tahap Pembentukan)

Bagian ini merupakan fase permulaan di mana anggota tim mulai mengenal satu sama lain, memahami tujuan konseling, dan membangun rasa aman serta kepercayaan. Konselor membantu menciptakan suasana yang mendukung agar anggota merasa nyaman untuk berpartisipasi.

### 2) Tahap Peralihan (Tahap Transisi)

Pada tahap ini, anggota mulai menghadapi tantangan emosional seperti rasa takut, ragu dan cemas. Mereka mungkin merasa tidak yakin untuk terbuka. Tujuan utama dari tahap ini adalah untuk membantu anggota mengatasi hambatan pribadi agar bisa lebih aktif dan jujur dalam suatu kelompok.

### 3) Tahap Inti (Tahap Kerja)

Tahap ini adalah tahap di mana dinamika kelompok mulai berjalan efektif. Anggota sudah merasa cukup aman untuk berbagi secara terbuka, saling mendukung, dan aktif dalam proses konseling untuk mengubah perilaku dan pertumbuhan pribadi.

#### 4) Tahap Penutup

Tahap ini adalah penutup dari proses konseling kelompok. Anggota melakukan refleksi terhadap pengalaman yang telah mereka alami, serta mengenali perubahan yang telah terjadi, dan mempersiapkan diri untuk melanjutkan kehidupan di luar kelompok dengan membawa hasil positif dari proses konseling.

#### f. Kelebihan dan Kekurangan Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah salah satu jenis layanan yang terdapat dalam bimbingan dan konseling yang mempunyai banyak kelebihan jika dibandingkan dengan layanan lainnya. Meskipun konseling kelompok memiliki berbagai kelebihan, terdapat juga beberapa kekurangan yang menjadi perhatian utama konselor. Menurut Wibowo, Konseling di dalam kelompok memiliki sejumlah kelebihan dan kekurangan dalam pelayanan bimbingan dan konseling

serta dukungan emosional.<sup>22</sup> Adapun beberapa kelebihan dan kekurangan tersebut, antara lain:

#### 1) Kelebihan Konseling Kelompok

(1) Para anggota dapat mengembangkan keterampilan perilaku yang berbeda, (2) mendapatkan banyak peluang untuk berinteraksi, (3) mengasah kemampuan bersosialisasi, (4) mendukung sikap saling mendukung di antara anggota, (5) meningkatkan semangat, (6) membantu individu agar lebih efisien dan kreatif, (7) membantu individu untuk mengenali dan menghargai orang lain, sehingga ideal bagi mereka yang sedang belajar.

#### 2) Kekurangan Konseling Kelompok

(1) Tidak semua peserta didik siap atau mau bersikap terbuka dan jujur dalam suatu kelompok, (2) Terkadang ada beberapa individu dalam kelompok menunjukkan ketidakterlibatan dalam kelompok yang tidak mendapatkan perhatian yang cukup dari konselor, (3) Konseling kelompok seringkali tidak dimanfaatkan untuk membantu perubahan perilaku, melainkan hanya sebagai dianggap sebagai kegiatan biasa, (4) Tugas dan peran konselor menjadi lebih luas dan kompleks karena harus menangani banyak individu sekaligus, (5) Membangun kepercayaan dalam kelompok tidak mudah, (6) Untuk menjadi konselor kelompok yang efektif, dibutuhkan pelatihan khusus dan intensif.

---

<sup>22</sup>Wibowo, M.E, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar Sebagai Upaya Membangun Peserta Didik Berkarakter. Prosiding Seminar Nasional.* (Jakarta, 2015).

## 2. Teknik behavioral

### a. Pengertian Teknik Behavioral

Behavioral merupakan cara pandang ilmiah mengenai tindakan manusia yang diekspresikan oleh individu untuk mengubah perilaku yang diinginkan (maladaptif) dengan fokus pada pembentukan perilaku yang positif (adaptif). Perilaku adaptif yang terlihat mendapatkan penguatan, yaitu memberikan hadiah yang menyenangkan setelah tindakan yang diinginkan dilakukan, sehingga perilaku tersebut cenderung diulang dan meningkat. Di sisi lain, perilaku maladaptif akan menerima hukuman dengan tujuan agar tindakan tersebut tidak terulang di masa depan. Seperti yang disampaikan oleh Skinner dalam Sulistiyono, perilaku manusia berlandaskan pada konsekuensi yang diterima, jika tindakan menghasilkan ganjaran positif atau diterima, orang akan melanjutkan atau mengulang perilakunya. Sebaliknya jika tindakan mendapatkan ganjaran negatif (hukuman) atau ditolak, orang akan cenderung menghindari atau menjauhi perilakunya.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup>J Sulistiyono, *Buku Panduan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Untuk Mengatasi Kedisiplinan Masuk Sekolah* (Penerbit P4I, 2022), 20, .

Gusman Lesmana Mengemukakan bahwa teknik behavioral merupakan suatu pendekatan di mana konselor membimbing konseli untuk belajar menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan hubungan sosial, emosi, maupun pengambilan keputusan, dengan tujuan mendorong terjadinya perubahan perilaku pada diri konseli. Dalam proses ini, konselor mengajarkan cara-cara baru untuk bertindak, membiasakan perilaku positif, dan menghentikan kebiasaan buruk. Teknik ini fokus pada apa yang dilakukan konseli, bukan hanya pada perasaan atau pikiran mereka.<sup>24</sup>

Teknik behavioral merupakan teknik yang dapat dilakukan untuk menganalisis perilaku yang terlihat dan dapat diukur, serta di gambarkan pada perilaku yang ada pada saat ini dibandingkan masa lampau. Teknik behavioral merupakan suatu metode yang digunakan untuk membantu individu untuk mempelajari cara mengatasi berbagai permasalahan dalam hidupnya serta mengubah perilaku yang menyimpang agar selaras dengan norma dan aturan yang berlaku. Teknik ini menekankan pada rasionalitas dan kemampuan mengatur diri

---

<sup>24</sup>Gusman Lesmana, *Teori Dan Pendekatan Konseling* (Umsu Press, 2021), 112.

sendiri, individu dipandang sebagai pribadi yang mampu mengendalikan dirinya, mempengaruhi perilakunya dengan mempertimbangkan interaksi sosial di sekitarnya, membangun dukungan secara kognitif, serta memahami konsekuensi dari perilakunya.<sup>25</sup>

Teknik behaviorial adalah suatu cara membantu seseorang mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baik dengan memberi hadiah saat berperilaku baik dan memberi teguran saat berperilaku salah.

#### b. Tujuan Teknik Behaviorial

Tujuan dari teknik behaviorial yaitu untuk merubah tindakan yang tidak diinginkan, serta membantu seseorang belajar bagaimana cara untuk mengatasi persoalan yang berhubungan dengan interaksi social, dan perasaan tertentu. 1) Membantu konseli untuk mempelajari perilaku baru guna dalam menyelesaikan permasalahannya, 2) menciptakan perilaku baru, 3) mengubah perilaku yang buruk menjadi perilaku yang tepat, 4) meningkatkan perilaku yang diharapkan,

---

<sup>25</sup>Adib Sajun Abdillah, *Variasi Teknik Konseling* (Guepedia, n.d.), 95, <https://books.google.co.id/books?id=PZYgEQAAQBAJ>.

5) menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan, 6) mencari cara-cara berperilaku yang tepat.<sup>26</sup>

### c. Langkah-langkah Teknik Behavioral

Teknik behavioral diterapkan dengan membantu konseli mengubah perilaku yang tidak diinginkan atau membentuk kebiasaan yang lebih positif dengan cara mengubah perilaku seseorang dengan memberi dorongan atau konsekuensi tertentu. berikut langkah-langkah teknik behavioral yaitu: 1) Tentukan perilaku yang mau diubah/mengidentifikasi masalah, 2) cari penyebab dan akibat yang membuat perilaku tersebut muncul, 3) menentukan tujuan perubahan, 4) menerapkan teknik behavioral, 5) lakukan secara konsisten atau dilakukan secara terus-menerus agar hasilnya terlihat, dan 5) evaluasi dan memonitor perkembangan.

## 3. Perilaku Menyontek

### a. Pengertian Perilaku Menyontek

Perilaku merujuk pada tindakan atau aktivitas yang dilakukan individu sebagai reaksi terhadap rangsangan atau

---

<sup>26</sup>Jurnal Pendidikan Empirisme: Edisi Juni 2018, Jurnal Pendidikan (Sang Surya Media, 2018), <https://books.google.co.id/books?id=2y6DDwAAQBAJ>.

lingkungan. Tindakan ini tidak muncul secara otomatis, melainkan sebagai hasil dari adanya rangsangan yang mempengaruhi individu tersebut. Menyontek adalah salah satu tindakan yang dilakukan oleh orang ketika mereka mengerjakan tugas atau ujian, baik di sekolah, dalam keluarga, atau di masyarakat.

Menurut KBBI yang disusun oleh W.J. S. Purwadarminta, menyontek itu artinya meniru, menyalin, atau mengambil tulisan milik orang lain secara persis untuk memperoleh nilai baik. Melakukan penyontekan adalah tindakan yang tidak etis di dunia pendidikan, di mana seseorang mendapatkan jawaban atau hasil dari ujian dengan cara yang salah, dengan tujuan mendapatkan nilai yang lebih baik tanpa berusaha belajar dengan seharusnya.<sup>27</sup> Hadjar berpendapat bahwa Perilaku menyontek dapat diartikan sebagai respons siswa terhadap tuntutan akademik dengan melakukan tindakan yang tidak jujur, seperti menyalin jawaban saat ujian atau meniru tugas

---

<sup>27</sup>Gusman Lesmana, *Bimbingan Dan Konseling Belajar* (Prenada Media, 2022), 100.

teman. Perilaku ini mencerminkan tingkat keterlibatan siswa dalam kecurangan akademik.<sup>28</sup>

Menurut McCabe dan Trevino dalam Efandi, menyatakan bahwa menyontek adalah cara yang tidak etis yang melibatkan pelanggaran aturan akademik, dengan niat untuk meraih nilai yang lebih baik atau manfaat akademik lainnya. Sedangkan menurut Cizek, mengemukakan bahwa menyontek merupakan perilaku yang dilakukan seseorang untuk memperoleh nilai yang tinggi di lingkungan pendidikan dengan cara melanggar integritas akademik dan etika.<sup>29</sup> Anderman dalam Savitri, juga menyatakan bahwa menyontek adalah perilaku yang membuat seseorang mengambil atau menyalin jawaban orang lain pada saat sedang mengerjakan tugas atau ujian tanpa izin, agar terlihat seperti hasil dari jawaban sendiri.<sup>30</sup> Perilaku menyontek adalah tindakan siswa mencari jawaban dengan cara curang saat ujian agar mendapatkan nilai bagus.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dijelaskan, bahwa menyontek adalah tindakan yang bersifat tidak jujur dan

---

<sup>28</sup>Ibnu Hadjar, *Keberagamaan Dan Perilaku Menyontek* (Penerbit Lawana, 2023), 29.

<sup>29</sup>Satria Efandi dan Indrayeni, *Teori Psikologi Komprehensif: Edisi 1-Psikologi Pendidikan & Psikologi Organisasi/Industri* (Suluah Kato Khatulistiwa, 2025), 31,

<sup>30</sup>Intan Savitri, *Belajar Jujur* (JPBOOKS, 2020), 69,.

curang. Ini mencakup penggunaan metode yang tidak sah untuk memanipulasi hasil belajar dengan cara yang ilegal, seperti mengambil informasi eksternal saat ujian atau penilaian akademis. Perilaku tidak seharusnya ini bisa terjadi saat seseorang mengawasi atau menyalin jawaban dari teman, meminta bantuan teman selama ujian, berbagi informasi, atau membuat catatan ringkasan untuk kepentingan pribadi. Manfaat yang diperoleh berasal tanpa mempertimbangkan nilai-nilai moral dan aspek kognitif. Karena itu, Tindakan menyontek harus dihindari dalam setiap proses pembelajaran, karena bukan hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga merugikan orang lain. Dengan berbuat demikian, mereka sebenarnya sedang menipu diri mereka sendiri hanya karena mereka untuk mendapatkan nilai tinggi sambil merusak prinsip kejujuran.

b. Bentuk-Bentuk Perilaku Menyontek

Menyontek mencakup berbagai bentuk pelanggaran, termasuk menyalin tugas orang lain, memakai alat yang tidak diperbolehkan, dan berbicara secara rahasia dengan rekan sekelas.

Menurut Dody Hartanto dalam Gusman membagi perilaku menyontek menjadi empat indikator yaitu:

1. Menyalin jawaban teman, menggambarkan perilaku peserta didik yang menyalin atau melihat jawaban teman.
2. Membawa catatan ringkasan, yaitu tindakan yang dilakukan dengan sengaja saat ujian dengan membawa materi atau catatan ke dalam ruang ujian tanpa sepengetahuan guru.
3. Menukar jawaban dengan teman secara diam-diam.
4. Membiarkan teman menyalin/melihat jawabannya sendiri.<sup>31</sup>

#### c. Faktor Penyebab Perilaku Menyontek

Trevino dan Cizek, seperti yang diungkapkan dalam Indrayeni, menyatakan bahwa tekanan untuk mendapatkan nilai tinggi adalah faktor utama yang dapat mempengaruhi siswa untuk berperilaku menyontek.<sup>32</sup> Ada beberapa hal yang bisa memengaruhi tindakan menyontek, sebagaimana yang dikatakan oleh Trevino adalah:

- 1) Faktor Internal adalah salah satu faktor yang merujuk pada elemen yang tercipta dari dalam diri seseorang secara alami. Seperti kecemasan, ketidakpercayaan diri, dan keinginan untuk mendapatkan nilai tinggi dapat mendorong perilaku menyontek. Siswa yang merasa cemas tentang usaha mereka atau tidak percaya dengan kemampuan mereka cenderung lebih mungkin untuk menyontek.

---

<sup>31</sup>Gusman Lesmana, *Bimbingan Dan Konseling Belajar*.

<sup>32</sup>Indrayeni, *Teori Psikologi Komprehensif: Edisi 1-Psikologi Pendidikan & Psikologi Organisasi/Industri*.

- 2) Faktor eksternal adalah elemen yang timbul dari lingkungan di luar diri individu. Contohnya adalah harapan dari orangtua, dorongan dari teman-teman sebaya, serta persaingan di bidang akademik yang juga memengaruhi tindakan menyontek. Siswa yang merasa tertekan oleh harapan orang tua atau persaingan dengan teman sekelas kemungkinan akan melakukan perilaku menyontek.
- 3) Lingkungan belajar yang tidak mendukung, seperti pengawasan yang kurang atau aturan yang tidak ketat, dapat meningkatkan kecenderungan siswa untuk menyontek.
- 4) Pengendalian diri atau kemampuan untuk menahan godaan menyontek meskipun ada kesempatan juga dapat mempengaruhi perilaku menyontek. Siswa yang dapat dengan pengendalian individu yang rendah kemungkinan untuk menyontek ketika mereka memiliki kesempatan.

d. Dampak perilaku menyontek

Dalam tindakan menyontek, individu memilih cara mudah untuk memperoleh hasil tanpa melakukan usaha. Perilaku tersebut bukan saja berdampak buruk bagi diri sendiri, melainkan juga terhadap lingkungan sosialnya dengan cara yang tidak baik dan prestasi seseorang akan semakin menurun. Menurut Hidayat dalam Nur Saqinah, menyatakan bahwa dampak negatif dari perilaku menyontek yaitu dapat membentuk pribadi siswa yang tidak baik, mementingkan hasil akhir sehingga kehilangan nilai-nilai tanggung jawab, kejujuran, dan semakin lama perilaku ini bisa menjadi kebiasaan yang

dilakukan berulang kali.<sup>33</sup> Peserta didik yang cenderung berbuat curang saat ujian bisa dipengaruhi oleh beberapa alasan: 1) faktor malas dalam belajar, peserta didik yang sering menyontek cenderung malas untuk belajar dan lebih suka bergantung pada teman-temannya, peserta didik lebih memilih bermain daripada mempersiapkan diri untuk melakukan ujian, dan menyontek menjadi pilihan karena kesulitan dalam memahami materi. 2) siswa kebiasaan berbohong, terkadang peserta didik memberikan hasil karya tidak asli kepada guru dan menipu orang tua mereka. 3) peserta didik cenderung menggunakan berbagai cara, dalam melanggar aturan ujian dan memanfaatkan kesempatan ketika pengawas tidak memperhatikan. 4) kurangnya percaya diri, peserta didik yang melakukan tindakan perilaku menyontek sering merasa tidak percaya diri terhadap potensi mereka dan ini berdampak negatif pada peningkatan kecerdasan mereka.

Sarlito berpendapat bahwa teknik behavioral memiliki hubungan yang signifikan dalam mengurangi perilaku menyontek karena teknik ini berfokus pada pembentukan dan perubahan

---

<sup>33</sup>Nur Saqinah Galugu, dkk. *Perkembangan Peserta Didik* (Deepublish, 2024), 68,

perilaku melalui penguatan (reinforcement) dan hukuman (punishment), sehingga siswa dapat belajar membedakan mana perilaku yang dapat diterima dan mana yang tidak.<sup>34</sup>

## **B. Penelitian Terdahulu**

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Miftahul Jannah dalam skripsi berjudul “Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengurangi Perilaku Menyontek Siswa Di SMA Negeri 2 Jeneponto” menunjukkan temuan yang serupa. Di SMA Negeri 2 Jeneponto, banyak siswa masih menunjukkan kecenderungan untuk menyontek, terutama saat menerima tugas dari guru dan saat mengerjakan ujian.<sup>35</sup>

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Miftahul Jannah, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penyelidikan yang serupa. Perbedaan utama dalam penelitian ini dibandingkan dengan yang sebelumnya adalah bahwa penelitian tersebut hanya menekankan pada penerapan teknik kontrak perilaku untuk

---

<sup>34</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Prenada Media, 2021).

<sup>35</sup>Miftahul Jannah, “Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengurangi Perilaku Menyontek Siswa Di SMA Negeri 2 Jeneponto” (Universitas Negeri Makassar, 2019).

mengurangi tindakan menyontek oleh siswa, dan berkonsentrasi pada seluruh siswa di SMA Negeri 2 Jeneponto dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Sementara itu, fokus dari penelitian yang saat ini peneliti lakukan adalah Implementasi Layanan Konseling Kelompok Teknik Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Menyontek siswa UPT SMP Negeri 1 Mengkendek, dengan menerapkan metode penelitian tindakan bimbingan konseling.

### C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah sebuah konsep yang menggambarkan bagaimana teori saling terkait dengan berbagai aspek yang dianggap penting dalam sebuah penelitian.<sup>36</sup> Hasil pengamatan awal yang dilakukan peneliti di kelas VIIIIB UPT SMP Negeri 1 Mengkendek pada tanggal 16 dan 23 Januari 2025 menunjukkan bahwa banyak peserta didik cenderung menyontek saat ujian atau saat mengerjakan tugas dari guru. Informasi ini diperoleh dari hasil wawancara bersama dengan guru bimbingan konseling dan guru mata pelajaran. Mereka menyatakan bahwa ada siswa yang terlibat dalam perilaku menyontek, hal ini dapat dilihat dari cara

---

<sup>36</sup>Alfrid Sentosa, *Buku Ajar Metode Penelitian Sosial*, ed. Moh. Nasrudin (Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management, 2023), 19.

teman saling menjawab, tanda yang digunakan untuk meminta atau memberikan informasi, dan catatan yang dirangkum. Para siswa melakukan tindakan menyalin ini hanya untuk meraih nilai yang terbaik.

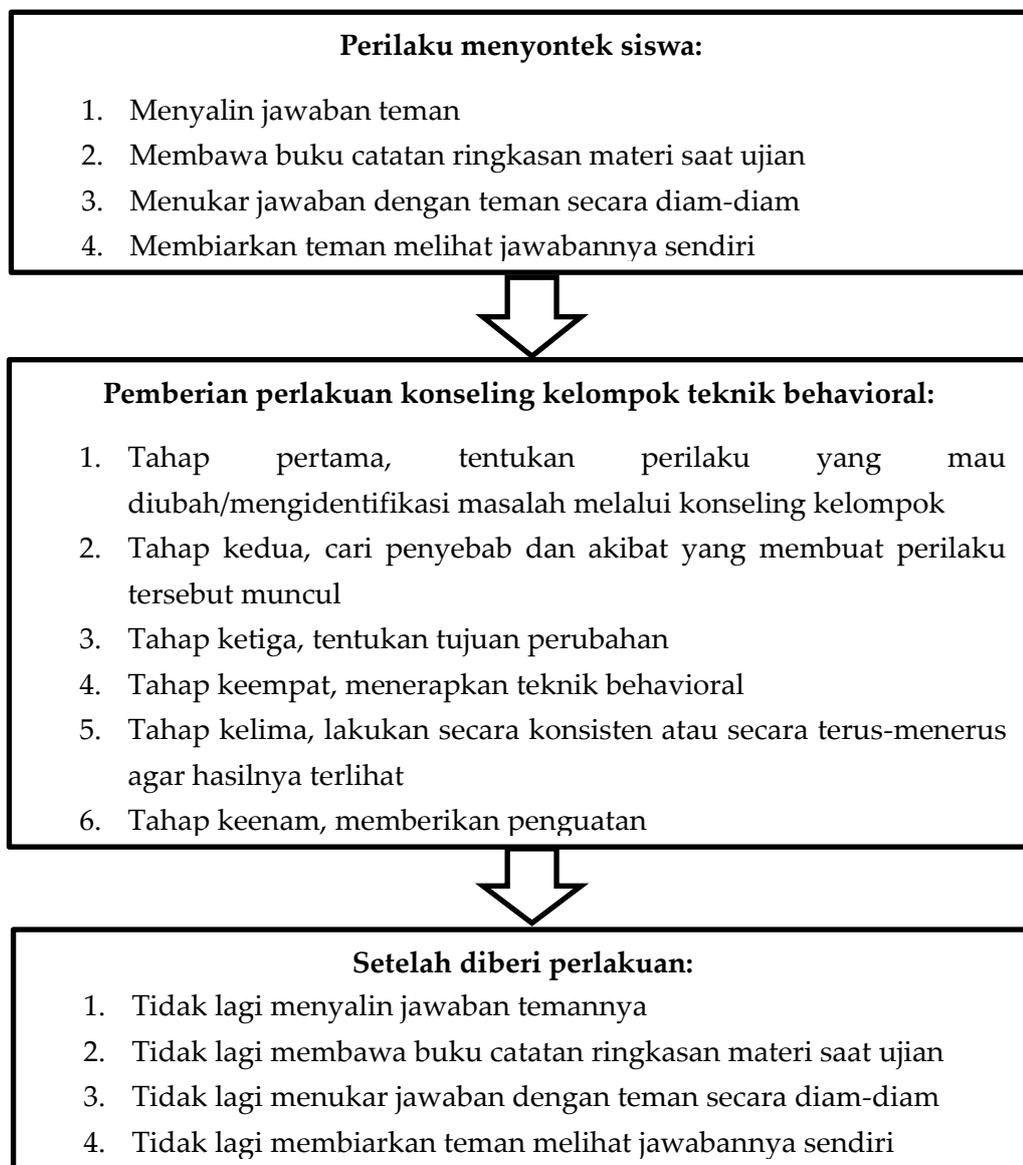
Berdasarkan analisis yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa siswa yang terlibat dalam tindakan menyontek biasanya disebabkan oleh rasa malas untuk belajar, takut gagal, dan tekanan dari orangtua agar mendapatkan skor yang baik. Dengan demikian, untuk mengurangi kecenderungan untuk menyalin, pelatihan yang mendalam sangat penting untuk menangani perilaku ini melalui bimbingan dalam kelompok dengan pendekatan teknik behavioral. Bimbingan dalam kelompok berfungsi untuk mendukung individu dalam meraih tujuan yang sama dengan bekerja sama. Teknik behavioral ialah strategi yang digunakan untuk merubah perilaku yang tidak baik peserta didik menjadi lebih positif, agar mereka mampu mengatasi masalah yang dihadapi.

Adapun langkah-langkah teknik behavioral yang terdiri dari: Tentukan perilaku yang mau diubah/mengidentifikasi masalah, cari penyebab dan akibat yang membuat perilaku tersebut muncul, menentukan tujuan perubahan, menerapkan teknik behavioral,

lakukan secara konsisten atau dilakukan secara terus-menerus agar hasilnya terlihat, dan evaluasi dan memonitor perkembangan.

Informasi lebih lanjut dapat ditemukan dalam gambar berikut:

**Gambar II.1 Skema kerangka berpikir**



#### D. Hipotesis Tindakan

Hipotesis dalam penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) merupakan jawaban sementara yang diajukan oleh para peneliti untuk menguji kebenarannya melalui suatu penelitian dilapangan.<sup>37</sup> Berdasarkan kerangka berpikir, hipotesis dari tindakan dalam penelitian ini adalah “Implementasi layanan konseling kelompok teknik behavioral untuk mengurangi perilaku menyontek siswa UPT SMP Negeri 1 Mengkendek”.

---

<sup>37</sup>Dede Rahmat and Aip Badrujaman, *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2020), 35.