

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kedudukan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah merupakan sebuah pijakan yang sangat penting dalam memastikan tercapainya tujuan pendidikan yang holistik. BK merupakan komponen penting dari sistem Bimbingan dan Konseling (BK) adalah proses intervensi yang dilakukan oleh profesional dalam bidang psikologi atau konseling, dengan tujuan membantu siswa dalam mengatasi masalah pribadi, sosial, akademik, dan emosional. Bimbingan dan Konseling melibatkan aktivitas seperti pemahaman masalah, pemberian dukungan, identifikasi solusi, dan penetapan tujuan semuanya merupakan bagian dari BK.<sup>1</sup>

Bimbingan dan konseling (BK) di sekolah merupakan bagian penting dari pendidikan yang harus ada untuk membantu anak-anak mencapai potensi penuh mereka sehingga mereka dapat menjadi anggota masyarakat yang produktif, sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014. Perannya meliputi memperoleh wawasan tentang diri sendiri, memfasilitasi pertumbuhan, menyesuaikan jalur karier, mencegah masalah, memperbaiki situasi, dan membela diri.

---

<sup>1</sup>Khoiriatu Sa'adah, Tri Wulandari, and Gusman Lesmana, "Urgensi Dan Kedudukan Bimbingan Konseling (BK) Di Sekolah," *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 6, no. 1 (2025): 239–42, <https://doi.org/10.31943/counselia.v6i1.186>.

Orientasi, informasi, penempatan dan distribusi, penguasaan materi, konseling individu dan kelompok, mediasi, advokasi, dan konsultasi adalah beberapa layanan yang digunakan untuk melaksanakan konseling dan bimbingan.<sup>2</sup> Peran layanan bimbingan dan konseling di lembaga pendidikan sangat penting, karena membantu para konselor dalam mengembangkan kesadaran diri, menyesuaikan diri dengan situasi baru, dan memperoleh akses ke sumber daya seperti kesempatan pendidikan, bantuan penempatan kerja, dan konseling karier. Menurut Lahmuddin (dikutip oleh Kurnia Ratih Dewi), tujuan dari layanan bimbingan dan konseling bertujuan mencegah munculnya masalah, memperbaiki kondisi yang ada, memelihara kesejahteraan pribadi, mengoptimalkan potensi diri, melatih advokasi mandiri, serta membentuk kemampuan adaptasi bagi pendidik dan staf kependidikan.<sup>3</sup> Salah bentuk bimbingan dan konseling yang efektif yaitu konseling kelompok.

Konseling kelompok merupakan metode terapi yang mendalam guna menolong siswa menghadapi berbagai masalah emosional dan psikologis yang rumit. Maryam Rahim yang dikutip Gazda yang mengatakan bahwa konseling kelompok adalah proses interpersonal interaktif yang menekankan kesadaran diri dan perubahan perilaku melalui integrasi

---

<sup>2</sup>Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan Dan Konseling Pada Pendidikan Dasar Dan Pendidikan Menengah, Pub. L. No. 111 (2014).

<sup>3</sup>Kurnia Ratih Dewi, "Peserta Didik Di Sekolah Dasar.," *Kompasiana* 2, no. 1902863 (2019): 83–91.

berbagai fungsi terapeutik, termasuk membawa orang ke dalam perspektif yang lebih realistis, memfasilitasi pelepasan emosi yang terpendam, dan memupuk ikatan saling menghormati, toleransi, dan pengertian.<sup>4</sup> Lewat konseling kelompok, konselor dapat menyampaikan materi yang relevan kepada sejumlah siswa secara bersamaan melalui pendekatan yang terstruktur. Akan tetapi, agar pesan tersebut lebih mudah dicerna dan menarik minat siswa, dibutuhkan penerapan teknik yang sesuai. Salah satu teknik yang bisa dipakai dalam konseling kelompok ialah teknik *self control*.

*Self control* adalah cara seseorang mengambil peran aktif dalam membentuk, membimbing, dan mengendalikan tindakan mereka sehingga menghasilkan hasil yang diinginkan. Seperti yang dikutip oleh Yenti Harahap, Huang berpendapat bahwa pendekatan pengendalian diri adalah upaya untuk memberikan alat yang dibutuhkan oleh individu yang bermasalah untuk melakukan perubahan perilaku positif.<sup>5</sup> Dalam teknik *self control*, Siswa belajar mengenali alasan mereka bolos sekolah, konsekuensi dari ketidakhadiran tanpa alasan, dan bagaimana mengelola emosi dan perilaku mereka untuk menghindari absen dari kelas. Kemampuan mengelola emosi dan impuls, yang dapat menyebabkan bolos sekolah,

---

<sup>4</sup>Maryam Rahim et al., *Bimbingan Dan Konseling Klasikal Dan Kelompok* (Yogyakarta: PT. Star Digital Publishing, 2025), 5.

<sup>5</sup>Yenti Harahap, Devi , Aryanti. Arsini, "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Control Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Siswa," *Jurnal Kependidikan* 7 (2024): 651–55, <https://doi.org/10.33627/gw.v7i2.1914>.

membuat siswa dengan kemampuan pengendalian diri yang kuat lebih cenderung bertanggung jawab terhadap kehadiran mereka di sekolah.

Menurut Gunarsa yang dikutip Joko Sulistiono mengatakan bahwa bolos sekolah terjadi ketika seorang siswa meninggalkan sekolah selama jam pelajaran tanpa alasan dan tanpa izin sekolah. Perilaku bolos sekolah merupakan tindakan absen dari sekolah tanpa alasan yang jelas, baik saat pelajaran sedang berjalan, waktu masuk kelas, maupun ketika kegiatan sekolah sedang dilakukan.<sup>6</sup> Indikator perilaku bolos siswa meliputi bolos sekolah selama sehari-hari, tidak hadir tanpa izin, sering meninggalkan kelas pada jam pelajaran tertentu, tidak kembali setelah mendapat izin, datang ke sekolah dengan berganti hari, ikut teman keluar saat mata pelajaran yang tidak disukai, meminta izin keluar dengan berpura-pura sakit, mengirim surat izin palsu dengan alasan dibuat-buat, serta tidak masuk kembali setelah jam istirahat.<sup>7</sup>

Peneliti juga menemukan bahwa perilaku membolos siswa di SMPN 2 Rantepao disebabkan karena siswa mengaku malas belajar, terlambat bangun pagi, dikarenakan bermain game sampai lupa waktu dan sering datang terlambat ke sekolah dan takut untuk dihukum sehingga sering kali siswa memutuskan untuk membolos meninggalkan mata pelajaran dan

---

<sup>6</sup>Joko Sulistiyono, *Buku Panduan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Untuk Mengatasi Kedisiplinan Masuk Sekolah*. (Lombok Tengah: pusat pengembangan pendidikan dan penulisan indosia, 2022), 13.

<sup>7</sup>Zulfikar Cantika, Nadia. Sutja, Akmal. Muhammad, "Pengaruh Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Perilaku Membolos Siswa Di SMP Negeri 5 Kota Jambi," *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 11 (2025): 238.

siswa memutuskan tidak masuk jam pelajaran karena terlambat masuk kelas setelah istirahat.

Guru BK di SMP Negeri 2 Rantepao sudah menerapkan salah satu teknik konseling kelompok, yaitu teknik kontrak perilaku. Namun, perilaku bolos siswa masih sering terjadi. Oleh karena itu, penulis akan menerapkan teknik *self control* sebagai salah satu pendekatan dalam konseling kelompok. Teknik ini dipilih karena menekankan kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku secara sadar. Teknik *self control* berfokus pada peningkatan kesadaran diri, pengelolaan dorongan, evaluasi diri, serta penetapan tujuan agar siswa bisa mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif secara mandiri dan konsisten.

## **B. Fokus Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka fokus masalah penelitian ini adalah “Implementasi Konseling Kelompok Teknik *Self Control* Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas VIII.11 di SMPN 2 Rantepao”

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah ini adalah bagaimana mengimplemetasikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII.11 SMPN 2 Rantepao.?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian adalah untuk menerapkan layanan konseling kelompok teknik *self control* untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII.11 SMPN 2 Rantepao.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian memberikan kontribusi dalam pengembangan teori di bidang Bimbingan dan Konseling Kristen, khususnya terkait layanan konseling kelompok teknik *self control* untuk mengatasi perilaku membolos pada siswa yang berhubungan dengan mata kuliah pengembangan teori dan praktik kelompok.

##### **2. Manfaat praktis**

###### **a. Guru**

Manfaat penelitian ini bagi guru di SMPN 2 Rantepao yaitu dapat mengembangkan strategi yang efektif dalam membimbing siswa untuk mengatasi perilaku membolos melalui teknik *self control*.

###### **b. Siswa**

Manfaat penelitian ini bagi siswa SMPN 2 Rantepao yaitu siswa memperoleh pengembangan pengetahuan tentang *self control* serta kontribusi bagi ilmu bimbingan dan konseling.

c. Sekolah

Manfaat penelitian ini bagi sekolah SMPN 2 Rantepao yaitu menyediakan referensi dalam pengembangan ilmu bimbingan dan konseling di sekolah referensi model layanan konseling yang efektif dan aplikatif, sehingga dapat dijadikan acuan dalam menangani permasalahan kedisiplinan siswa, terutama perilaku membolos kontribusi terhadap strategi Pendidikan karakter, penguatan fungsi layanan Bimbingan Konseling. Secara teoritis memperkuat fungsi bimbingan konseling di sekolah sebagai layanan preventif dan kuratif yang mampu membantu siswa menyesuaikan diri dengan aturan sekolah.

**F. Sistematika Penulisan**

Berdasarkan pokok masalah yang telah dirumuskan maka sistematika penulisan ini terdiri dari lima bab yaitu:

**BAB I** Pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

**BAB II** Tinjauan Pustaka yang di dalamnya menguraikan pengertian konseling kelompok, tahap-tahap konseling kelompok, asas-asas konseling kelompok tujuan konseling kelompok, manfaat konseling kelompok. Teknik *self-management*, pengertian teknik *self control*, fungsi teknik *self control*, Langkah-langkah dalam melakukan teknik *self control*, tahapan konseling

kelompok teknik *self control*. Pengertian perilaku membolos, Faktor penyebab perilaku membolos, Dampak perilaku membolos, indikator perilaku membolos.

**BAB III** Metode penelitian yang memuat jenis metode penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, waktu dan tempat penelitian, jenis data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik analisis data, pengujian keabsahan data dan jadwal penelitian.

**BAB IV** Hasil dan Pembahasan

**BAB V** Kesimpulan dan saran