

**LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN MENGGUNAKAN
PENDEKATAN BEHAVIOR DALAM MENGATASI PESERTA DIDIK TERISOLIR
(Studi Kasus Di Kelas VIII SMP Negeri 18 Kota Pontianak)**

Devina¹, Halida²

^{1,2} Bimbingan Konseling, Universitas Tanjungpura,

¹ devinamandala@student.untan.ac.id , ² halida@fkip.untan.ac.id ,

ABSTRACT

The purpose of this study is to identify and conduct an in-depth analysis of social isolation among eighth-grade students at SMP Negeri 18 in Pontianak. The subjects of this study are two eighth-grade students experiencing social isolation. This study employs a descriptive method with a qualitative approach in the form of a case study. The data collection techniques used were observation, interviews, and documentation. Meanwhile, the data analysis technique followed the steps of a case study, which include problem identification, diagnosis, prognosis, treatment, evaluation, and follow-up. In providing treatment for Case Subjects I and II, the researcher applied an individual counseling service model using a behavioral approach, incorporating assertiveness training and role-playing. Based on the research results, the isolated causal factors were internal factors in Case Subject I, such as emotional barriers, low self-confidence, social withdrawal, and a loss of interest in joining social groups. Meanwhile, internal factors in Case Subject II included being shy, quiet, lacking self-confidence, and withdrawing from the social environment. External factors included the family environment and the school environment. There were noticeable changes in Case I and Case II subjects after receiving treatment over four sessions. The changes observed in Case Subject I include being more willing to express frustration regarding things they dislike and showing greater confidence when asked by the teacher to present in front of the class. Meanwhile, the changes observed in Case Subject II include showing confidence when asked to come to the front of the class, no longer being quiet and withdrawn, being accepted by classmates, and being able to express thoughts and feelings to others.

Keywords: case study, individual counseling, behavior, isolated, student

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengkaji secara mendalam tentang terisolir pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 18 Kota Pontianak. Subjek kasus dalam penelitian ini adalah dua orang peserta didik kelas VIII yang mengalami terisolir. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif dalam bentuk studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan teknik

analisis data menggunakan langkah-langkah studi kasus yang meliputi identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan tindak lanjut. Dalam pemberian treatment pada subjek kasus I dan II peneliti memberikan model layanan konseling individual menggunakan pendekatan Behavior dengan latihan asertif dan bermain peran. Berdasarkan hasil penelitian, faktor penyebab terisolir yaitu faktor internal pada subjek kasus I seperti adanya hambatan emosional, kurang percaya diri, menyendiri, dan hilangnya minat untuk bergabung dikelompok sosial. Sedangkan faktor internal pada subjek kasus II seperti mempunyai sifat yang pemalu, pendiam, kurang percaya diri, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Dan faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, dan lingkungan sekolah. Terdapat perubahan yang tampak pada subjek kasus I dan subjek kasus II Setelah diberikan treatment sebanyak empat kali pertemuan. Perubahan yang tampak pada subjek kasus I diantaranya adalah sudah lebih berani untuk menyampaikan rasa kecewa terhadap apa yang tidak disukai, lebih percaya diri saat guru meminta presentasi kedepan kelas. Sedangkan perubahan yang tampak pada subjek kasus II, yaitu sudah percaya diri saat diminta maju kedepan kelas, tidak pendiam lagi dan menyendiri, di terima dikeluarga perteman kelas, dan bisa mengungkapkan pikiran dan perasaan kepada orang lain

Kata kunci: studi kasus, konseling individual, behavior, terisolir, peserta didik

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu tempat untuk peserta didik belajar baik dalam ilmu pengetahuan ataupun ilmu sosial. Sekolah menjadi salah satu terjadinya hubungan sosialisasi antara para masyarakat sekolah, karena di dalam sekolah terdapat suatu interaksi antara guru dengan peserta didik, dan peserta didik dengan peserta didik lainnya. Interaksi sosial dan kehidupan berkelompok merupakan salah satu hal yang tidak dapat terlepas dari kehidupan manusia dan sebagian kecil dari kebutuhan dasar setiap individu. Tanpa ada interaksi sosial,

maka tidak akan ada kehidupan bersama. Sullivan dalam Santrock (2011, h.441) menyatakan bahwa "All people have a number of basic needs, including tenderness (secure attachment), palyful companionship, and social acceptance" (semua orang memiliki sejumlah kebutuhan dasar, termasuk kelembutan (keterikatan yang aman), persahabatan yang indah, dan penerimaan sosial. Melalui sekolah individu dapat mengembangkan interaksi sosial dan bergaul dengan baik. Departemen Pendidikan Nasional Undangundang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003

menjelaskan pemenuhan kebutuhan peserta didik untuk saling bergaul sesama teman dan guru merupakan salah satu kebutuhan peserta didik untuk bersosialisasi dan bergaul. Meski demikian untuk memenuhi kebutuhan dasar yang bersifat sosial pada setiap peserta didik bisa saja berbeda-beda. Bisanya

Menurut Yusuf (2010, h.189) menyatakan bahwa, interaksi sosial sangat penting dan merupakan kebutuhan bagi setiap remaja setelah keluarga. Bersama teman sebaya lah individu akan banyak dapat melakukan kegiatan sosial, sehingga penerimaan sosial dan kelompok teman sebaya merupakan bagian penting. Peserta didik selama proses interaksi sosial dengan teman sebaya memiliki dua kemungkinan situasi, yaitu diterima atau ditolak. Peserta didik yang mempunyai keterampilan bersosialisasi dengan baik akan memiliki banyak teman dan diterima dalam lingkungannya dan sebaliknya penolakan dari kelompok sosial akan mengakibatkan peserta didik menjadi terisolir dalam lingkungannya. Gunarsa (2011), "anak terisolasi adalah anak yang tidak mempunyai teman dalam pergaulannya karena ia tidak mempunyai minat untuk

mengikuti kegiatan-kegiatan kelompok sebagai proses bersosial" (h.98).

Keterisoliran pada peserta didik akan memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek yang dirasakan peserta didik adalah akan merasa terasingkan dan akan merasa bahwa kehadirannya tidak begitu penting diantara teman-temannya. Sedangkan dampak jangka panjang adalah gangguan psikologis dan kemampuan peserta didik untuk melakukan penyesuaian diri di tahap perkembangan selanjutnya. Selain itu, keterisoliran yang dialami peserta didik juga akan menghambat pada tugas perkembangan, karena mereka tidak mampu memenuhi kebutuhan sosialnya dan tidak mampu mengungkapkan pikiran dan perasaan mereka pada orang lain.

Fenomena mengenai peserta didik terisolir di sekolah juga sudah ditemukan oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nastiti Elsa dan Najlatun (2013) menyatakan terdapat 22% siswa kelas VIII A SMP Negeri I Kunjang Kediri yang mengalami keterisoliran hal tersebut ditunjukkan dengan adanya perilaku suka menyendiri ketika jam istirahat

berlangsung, di jauhi oleh teman-teman di kelasnya, saat pembagian kelompok tidak mendapatkan teman kelompoknya, dan tidak berani untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas. Selain itu hasil penelitian yang sama juga dilakukan oleh Handayani Sura (2014) menyatakan bahwa perilaku terisolir pada peserta didik dapat dilihat dari ciri-ciri seperti menghindari dari temanteman, menyendiri saat melakukan kegiatan, dsb.

Selaras dengan hasil penelitian terdahulu, hal yang sama juga penulis temukan, yaitu ketika melakukan studi pendahuluan berupa observasi awal selama pengamatan masuk ke kelas pada saat melaksanakan Asistensi Mengajar di SMPN 18 Kota Pontianak selama kurang lebih 4 bulan dari bulan Agustus-November 2022. Terdapat dua peserta didik kelas VIII yang menunjukkan perilaku terisolir. Kedua peserta didik terisolir tersebut mempunyai latar belakang dan alasan yang berbeda. Subjek kasus I dari kelas VIII C dengan inisial KY menunjukkan karakteristik seperti: 1) tidak berani mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pendapatnya dihadapan oranglain saat dia merasa tertekan/tidak setuju dengan

perkataan oranglain (ketika teman meminta tugas pekerjaan rumah dalam artian ingin mencotek hasil subjek kasus, dan menyuruh subjek kasus melakukan hal yang tidak baik seperti menyuruh mencuri jambu. Subjek kasus tidak bisa menolaknya), 2) menyendiri dan pendiam (tidak mau bergabung dalam kelompok sosial), 3) Subjek kasus berpakaian dengan tidak rapi seperti baju yang kusut, memakai jilbab dengan rambut yang keluar, Dan 4) Kurang percaya diri saat guru menyuruh untuk melakukan presentasi ke depan kelas. Hal ini ditunjukkan subjek kasus dari awal masuk naik ke kelas VIII, padahal subjek kasus ini pada saat kelas VII merupakan anak yang aktif dan membaur sama teman sebayanya, tetapi setelah mendapatkan perlakuan seperti itu dari teman subjek kasus mulai kehilangan minat untuk bergabung lagi dengan kelompok sosial. Sehingga, dapat dikatakan subjek kasus I terisolir dikarenakan dirinya sendiri yang menjauh dan menarik diri dari hubungan sosial. Sedangkan subjek kasus II dari kelas VIII E dengan inisial NV menunjukkan karakteristik seperti: 1) Adanya sifat pemalu, pendiam, dan minder untuk bergabung kedalam kelompok social,

dikarenakan subjek kasus sudah pernah bergabung tapi ditolak oleh kelompok. 2) bersikap pasif saat tugas kelompok. 3) Kurang percaya diri untuk mengungkapkan suatu pendapat dan tidak berani bertanya saat tidak memahami materi pelajaran yang diberikan. Sehingga, dari perilaku tersebut membuat subjek kasus menjadi terisolir dan jarang dipilih oleh teman sebaya. Subjek kasus II sudah mengalami perilaku terisolir sejak dari kelas VII.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti akan membantu mengembangkan sikap asertif pada peserta didik dan memberikan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavior dengan teknik assertif training (latihan asertif). Tujuannya agar peserta didik mampu mengungkapkan perasaannya, dan diterima oleh pergaulan di kelas, dari hal itu peserta didik perlu mengembangkan sikap asertif. Latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dengan kenyataannya. Oleh karena itu, untuk mengatasi permasalahan perilaku terisolir pada peserta didik dapat

dilakukan layanan konseling behavioral dengan teknik assertif training. Layanan konseling behavioral adalah suatu teknik dalam konseling yang berlandaskan teori belajar berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya (Suwanto, 2016. h.3). Assertif training adalah prosedur-prosedur terapi tingkah laku yang berusaha untuk lebih mudah mengekspresikan perasaan-perasaan yang masuk akal, atau rasa benci dan dendamnya, atau rasa persetujuannya (Ratnasari dan Arifin, 2021).

Melalui pendekatan ini diharapkan peserta didik terisolir mampu menciptakan perilaku baru yang lebih adaptif. Dan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan penelitian studi kasus (case studies) di SMPN 18 Kota Pontianak mengenai perilaku terisolir dengan judul penelitian "Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior dalam Mengatasi Peserta Didik Terisolir (Studi Kasus di kelas VIII SMPN 18 Kota Pontianak)".

B. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan bentuk studi kasus, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena peserta didik yang mengalami perilaku terisolir. Subjek penelitian terdiri dari dua orang peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 18 Kota Pontianak yang dipilih berdasarkan hasil observasi dan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling (BK). Penelitian dilaksanakan selama kurang lebih tiga bulan, yaitu dari Agustus hingga November 2023. Sumber data yang digunakan meliputi data primer (subjek penelitian, guru BK, teman sebaya, dan orang tua) serta data sekunder (jurnal, artikel ilmiah, dan literatur terkait). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai kondisi subjek penelitian.

Teknik analisis data dilakukan secara kualitatif melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, pemberian treatment, serta evaluasi dan tindak lanjut. Treatment yang diberikan

berupa layanan konseling dengan teknik assertive training yang dilaksanakan dalam empat tahap, yaitu asesmen, penetapan tujuan (goal setting), pelaksanaan latihan asertif, serta evaluasi dan terminasi. Tahapan ini bertujuan untuk membantu peserta didik meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan bersosialisasi. Selanjutnya, evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan intervensi yang telah diberikan serta menentukan langkah lanjutan yang diperlukan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek, yaitu KY dan NV, mengalami perilaku terisolir di lingkungan sekolah. Perilaku ini ditandai dengan kecenderungan menarik diri dari pergaulan, kurangnya interaksi sosial, serta rendahnya kepercayaan diri dalam berbagai situasi, khususnya saat kegiatan pembelajaran di kelas. Kedua subjek juga cenderung pasif, tidak berani mengemukakan pendapat, dan lebih memilih menyendiri dibandingkan bergabung dengan teman sebaya.

Pada subjek KY, perilaku terisolir terlihat dari perubahan sikap yang signifikan sejak memasuki kelas VIII.

KY yang sebelumnya aktif menjadi lebih pendiam, kurang bergaul, serta tidak mampu menolak ajakan negatif dari teman. Selain itu, KY juga menunjukkan kurangnya kepercayaan diri saat tampil di depan kelas dan memiliki penampilan yang kurang rapi, yang turut memengaruhi penerimaan sosial dari teman sebaya.

Sementara itu, subjek NV menunjukkan karakteristik terisolir yang ditandai dengan sifat pemalu, pendiam, dan kurang mampu bersosialisasi. NV cenderung menghindari interaksi sosial, tidak aktif dalam diskusi kelompok, serta lebih sering menyendiri saat jam istirahat. Kondisi ini menyebabkan NV kurang memiliki teman dan jarang dilibatkan dalam aktivitas kelompok di kelas.

Faktor penyebab perilaku terisolir pada kedua subjek terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi hambatan emosional, rendahnya kepercayaan diri, sifat pemalu, serta kesulitan dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan. Sementara itu, faktor eksternal meliputi kondisi keluarga yang kurang harmonis, minimnya komunikasi dan perhatian dari orang tua, serta lingkungan sekolah yang

kurang mendukung, seperti adanya penolakan atau kurangnya penerimaan dari teman sebaya.

Dampak dari perilaku terisolir yang dialami kedua subjek cukup signifikan, baik secara sosial maupun akademik. Secara sosial, subjek menjadi kurang memiliki teman, menarik diri dari lingkungan, dan kehilangan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan interpersonal. Secara akademik, kondisi ini berdampak pada menurunnya partisipasi dalam pembelajaran, kurangnya keberanian untuk bertanya, serta potensi penurunan prestasi belajar.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, penelitian ini menerapkan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior melalui teknik *assertive training*. Teknik ini bertujuan untuk melatih individu agar mampu mengekspresikan perasaan, pikiran, dan kebutuhan secara tegas tanpa melanggar hak orang lain. Pelaksanaan konseling dilakukan dalam empat tahap, yaitu asesmen, penetapan tujuan (*goal setting*), pelaksanaan latihan asertif melalui bermain peran, serta evaluasi dan terminasi.

Hasil dari pemberian treatment menunjukkan adanya perubahan positif pada kedua subjek. KY mulai mampu mengungkapkan pendapat, menolak ajakan negatif, serta lebih percaya diri saat tampil di depan kelas. NV juga menunjukkan peningkatan dalam keberanian berinteraksi, mulai aktif dalam diskusi, serta tidak lagi menyendiri saat berada di lingkungan sekolah. Kedua subjek juga mulai mampu membaur dengan teman sebaya dan menjalin hubungan sosial yang lebih baik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan pendekatan behavior melalui teknik assertive training efektif dalam mengatasi perilaku terisolir pada peserta didik. Teknik ini membantu meningkatkan kepercayaan diri, keterampilan komunikasi, serta kemampuan bersosialisasi, sehingga peserta didik dapat beradaptasi secara lebih baik di lingkungan sekolah maupun sosialnya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, kedua subjek (KY dan NV) yang merupakan siswa SMP Negeri 18 Kota Pontianak mengalami perubahan positif setelah diberikan layanan

konseling. Perilaku terisolir yang dialami dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi hambatan emosional, sifat pemalu, kurang percaya diri, serta kesulitan dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan. Sementara itu, faktor eksternal berasal dari lingkungan keluarga dan sekolah, seperti kurangnya perhatian dan komunikasi dalam keluarga, serta lingkungan sekolah yang kurang mendukung, termasuk penampilan diri yang kurang rapi sehingga memengaruhi penerimaan sosial oleh teman sebaya.

Dampak dari perilaku terisolir meliputi sikap pendiam, menarik diri dari pergaulan, tidak memiliki teman belajar, jarang dipilih dalam kelompok, hingga penurunan prestasi belajar. Untuk mengatasi hal tersebut, diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan behavior menggunakan teknik assertive training. Hasilnya menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami peningkatan kepercayaan diri, mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan, serta mulai aktif berinteraksi dan membaur dalam lingkungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa teknik assertive

training efektif dalam membantu mengatasi perilaku terisolir pada peserta didik.

Yusuf, Syamsul (2010). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja Bandung. PT Remaja Rosdakarya.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas, U.U.R.I.N., & R. I. (2003). Tahun 2003. Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Depdiknas
- Gunarsa, Singgih D. (2012). Konseling dan Psikoterapi. Jakarta: Libri PT BPK Gunung Mulia
- Nastiti, E. D., & Naqiyah, N. (2013). Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Untuk Mengatasi Siswa Terisolasi di Kelas VIII A SMP Negeri I Kunjang Kediri. *Jurnal BK Unesa*, 4(1), 99-108
- Ratnasari, S., Arifin, A.A. (2021). Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. *Konseling: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 2(2), 49-55.
- Santrock, John. (2011). *Child Development*. New York: McGraw-Hill
- Sura, H. (2014). Perilaku Terisolir (Studi Kasus pada Siswa Di SMPN Satu Atap 4 Bonggakaradeng) (Doctoral dissertation, Pascasarjana).
- Suwanto, I. (2016). Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 1(1), 1-5.