

## KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PADA SISWA SMPN 8 PALANGKA RAYA

Lilis Sa'diah Damayanti<sup>1</sup>, Romiaty Romiaty<sup>2</sup>, Susi Sukarningsi<sup>3</sup>

Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah

e-mail: <sup>1</sup>sadiahlilis04@gmail.com, <sup>2</sup>romiaty@fkip.ac.id, <sup>3</sup>ssukarningsi@fkip.upr.ac.id

**Abstract:** *This study aims to determine the application of group counseling using a reality approach to reduce truancy behavior among eighth-grade students at SMP Negeri 8 Palangka Raya in the 2025/2026 academic year. The research employed a pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 4 students selected through purposive sampling based on their tendency to engage in truancy. Data were collected using a truancy behavior questionnaire and analyzed using a t-test. The results showed that the average pre-test score of 67.25 (high category) decreased to 35.5 (low category) in the post-test, with a reduction of 31.75. The hypothesis test results indicated that the calculated t-value (29.44) was greater than the t-table value (3.182) at a 5% significance level, so the alternative hypothesis was accepted. It can be concluded that group counseling with a reality approach is effective in reducing students' truancy behavior.*

**Keywords:** *Group Counseling; Reality Approach; Truancy.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling kelompok dengan pendekatan realita dalam mengurangi perilaku membolos pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Palangka Raya tahun pelajaran 2025/2026. Metode yang digunakan adalah pre-eksperimen dengan desain one-group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 4 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kecenderungan perilaku membolos. Data dikumpulkan melalui angket perilaku membolos dan dianalisis menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pre-test sebesar 67,25 (kategori tinggi) menurun menjadi 35,5 (kategori rendah) pada post-test, dengan penurunan sebesar 31,75. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai t hitung (29,44) lebih besar dari t tabel (3,182) pada taraf signifikan 5%, sehingga hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan realita efektif dalam mengurangi perilaku membolos siswa.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok; Pendekatan Realita; Perilaku Membolos.

### PENDAHULUAN

Perilaku membolos merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi di lingkungan sekolah dan berdampak negatif terhadap proses pembelajaran serta perkembangan akademik siswa. Menurut Arianti Membolos adalah tindakan peserta didik yang tidak hadir di sekolah tanpa alasan yang jelas atau meninggalkan jam pelajaran tertentu tanpa izin dari guru maupun pihak sekolah (Control et al.,

2025). Fenomena ini umumnya dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti rendahnya motivasi belajar, kurangnya pengawasan, pengaruh teman sebaya, serta ketidaksukaan terhadap lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 8 Palangka Raya, ditemukan beberapa siswa yang memiliki kecenderungan membolos dengan alasan yang beragam, seperti kebiasaan begadang, tidak mengerjakan tugas, hingga memilih kegiatan di luar sekolah saat jam pelajaran berlangsung. Kondisi

tersebut menunjukkan perlunya upaya intervensi yang tepat untuk membantu siswa mengembangkan kesadaran dan tanggung jawab terhadap kewajiban belajar. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah konseling kelompok dengan pendekatan realita yang menekankan pada tanggung jawab pribadi, kesadaran terhadap pilihan perilaku, serta perencanaan tindakan yang lebih adaptif. Pendekatan ini membantu siswa mengevaluasi perilaku yang dilakukan dan mengarahkan pada perubahan yang lebih positif melalui tahapan yang sistematis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa SMP Negeri 8 Palangka Raya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimen dan desain one-group pretest-posttest. Desain ini dipilih untuk mengetahui perubahan perilaku membolos sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita dalam (Suharsimi, 2022). Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Palangka Raya tahun pelajaran 2025/2026 yang memiliki kecenderungan perilaku membolos. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling (Umma, 2022) dengan kriteria siswa yang sering tidak hadir tanpa keterangan, meninggalkan jam pelajaran, atau memiliki catatan pelanggaran terkait kehadiran. Berdasarkan kriteria tersebut diperoleh 4 siswa sebagai sampel penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket perilaku membolos yang disusun berdasarkan indikator perilaku membolos, meliputi ketidakhadiran tanpa keterangan, meninggalkan jam pelajaran, dan tidak mengikuti kegiatan belajar. Angket

menggunakan skala Likert dengan kategori penilaian tertentu. Selain itu, data pendukung diperoleh melalui observasi dan dokumentasi kehadiran siswa. Sebelum digunakan, instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kelayakan sebagai alat pengumpul data.

Prosedur penelitian dilakukan dalam tiga tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap awal, peneliti melakukan observasi dan pemberian pre-test untuk mengetahui tingkat awal perilaku membolos siswa. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita yang dilaksanakan dalam beberapa sesi menggunakan tahapan WDEP (Want, Doing, Evaluation, Planning), yaitu membantu siswa mengidentifikasi keinginan, memahami perilaku yang dilakukan, mengevaluasi tindakan, serta merencanakan perubahan perilaku yang lebih bertanggung jawab. Setiap sesi dilakukan secara terstruktur dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Pada tahap akhir, peneliti memberikan post-test untuk mengukur perubahan perilaku setelah perlakuan diberikan.

Teknik analisis data menggunakan uji statistik parametrik yaitu uji t (paired sample t-test) untuk membandingkan hasil pre-test dan post-test. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi perubahan perilaku membolos siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita. Kriteria pengujian hipotesis adalah jika nilai t hitung lebih besar dari t tabel pada taraf signifikansi 5%, maka hipotesis alternatif diterima. Metode penelitian ini mengacu pada desain eksperimen sederhana dalam penelitian pendidikan yang telah banyak digunakan dalam studi bimbingan dan konseling, dengan penyesuaian pada penerapan teknik konseling kelompok berbasis pendekatan realita

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan perilaku membolos siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita.

**Tabel 1 hasil *pre-test* angket perilaku membolos**

NO	Inisial Responden	Skor	Kategori
1.	T	65	Tinggi
2.	FF	65	Tinggi
3.	MM	72	Sangat Tinggi
4.	MR	67	Tinggi
Rata-rata		67,25	Tinggi

Berdasarkan grafik hasil *pre-test* perilaku membolos, terlihat bahwa skor yang diperoleh masing-masing siswa menunjukkan variasi tingkat perilaku membolos sebelum diberikan perlakuan. Siswa T memperoleh skor sebesar 65 masuk pada kategori tinggi, siswa FF memperoleh skor sebesar 65 masuk pada kategori tinggi, siswa MR memperoleh skor 67 masuk pada kategori tinggi, sedangkan MM memperoleh skor 72 masuk dalam kategori sangat tinggi.

**Tabel 2 hasil *post- test* angket perilaku membolos**

NO	Inisial Responden	Skor	Kategori
1.	T	38	Rendah
2.	FF	33	Rendah
3.	MM	35	Rendah
4.	MR	36	Rendah
Rata-rata		35,5	Rendah

Berdasarkan grafik hasil *post-test* perilaku membolos, terlihat bahwa skor yang diperoleh masing-masing siswa menunjukkan variasi tingkat perilaku membolos setelah diberikan perlakuan. Siswa T memperoleh skor sebesar 38 masuk pada kategori rendah, siswa FF memperoleh skor sebesar 33 masuk pada kategori rendah, siswa MR memperoleh skor 35 masuk pada kategori rendah, sedangkan MM memperoleh skor 35 masuk dalam kategori sangat rendah.

**Tabel 3 hasil *pre-test* dan *post-test* angket perilaku membolos**

No	Inisial Responden	Pre-test		Post-test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1.	T	65	Tinggi	38	Rendah
2.	FF	65	Tinggi	33	Rendah
3.	MM	72	Sangat Tinggi	35	Rendah
4.	MR	67	Tinggi	36	Rendah
Jumlah		269		142	
Rata-rata		67,25	Tinggi	35,5	Rendah

Berdasarkan grafik perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* perilaku membolos, terlihat adanya perubahan pada seluruh subjek penelitian, Siswa T pada *Pre-Test* memperoleh skor sebesar 65 masuk pada kategori tinggi kemudian setelah diberikan perlakuan hasil *Post-Test* memperoleh skor sebesar 38 masuk dalam kategori rendah, Siswa FF pada *Pre-Test* memperoleh skor sebesar 65 masuk pada kategori tinggi kemudian setelah diberikan perlakuan hasil *Post-Test* memperoleh skor sebesar 33 masuk dalam kategori rendah, Siswa MM pada *Pre-Test* memperoleh skor sebesar 72 masuk pada kategori sangat tinggi kemudian setelah diberikan perlakuan hasil *Post- Test* memperoleh skor sebesar 35 masuk dalam kategori rendah, Siswa MR pada *Pre-Test* memperoleh skor sebesar 67 masuk pada kategori tinggi kemudian setelah diberikan perlakuan hasil *Post- Test* memperoleh skor sebesar 36 masuk dalam kategori rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini dapat menurunkan tingkat perilaku membolos pada subjek penelitian

Berdasarkan hasil uji paired sample t-test, diperoleh nilai rata-rata selisih (mean difference) antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 32,000 dengan standar deviasi 4,082 dan standar error mean sebesar 2,041. Selanjutnya, hasil perhitungan menunjukkan nilai t hitung sebesar 15,677 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 3. Adapun nilai signifikansi (two-tailed) yang diperoleh adalah < 0,001, yang berarti lebih kecil dari 0,05 (p

< 0,05). Selain itu, interval kepercayaan 95% berada pada rentang 25,504 hingga 38,496.

Kriteria pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,05, maka Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima dan Hipotesis Null ( $H_0$ ) ditolak, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test. Sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) > 0,05, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian, melalui uji paired sample t-test ini dapat diketahui efektivitas perlakuan yang diberikan dalam menurunkan perilaku membolos pada siswa.

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan teknik *paired sample t-test* dengan bantuan IBM SPSS Statistics 30, diperoleh hasil bahwa nilai rata-rata perbedaan antara pre-test dan post-test sebesar 49,750 dengan standar deviasi 17,823 dan standar error mean sebesar 6,301. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji diperoleh nilai t hitung sebesar 7,895 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 7. Adapun nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) yang diperoleh adalah < 0,001.

Berdasarkan kriteria pengujian, karena nilai signifikansi < 0,05, maka Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima dan Hipotesis Null ( $H_0$ ) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test perilaku membolos siswa. Dengan demikian, Penerapan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita dapat Mengurangi Perilaku Membolos pada Siswa Kelas VIII SMPN 8 Palangka Raya tahun Pelajaran 2025/ 2026.

Secara umum, tingkat perilaku membolos yang semula berada pada kategori tinggi mengalami penurunan menjadi kategori rendah setelah perlakuan diberikan. Temuan ini menunjukkan adanya perubahan perilaku yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah layanan konseling kelompok dilaksanakan. Hasil uji statistik juga menguatkan bahwa perbedaan tersebut

signifikan, sehingga perlakuan yang diberikan memiliki pengaruh terhadap penurunan perilaku membolos siswa.

Perubahan tersebut menunjukkan bahwa pendekatan realita efektif dalam membantu siswa memahami dan mengevaluasi perilaku mereka. Melalui tahapan WDEP (Want, Doing, Evaluation, Planning), siswa diarahkan untuk menyadari keinginan, memahami tindakan yang dilakukan, serta menilai konsekuensi dari perilaku tersebut, sehingga mendorong terbentuknya perilaku yang lebih bertanggung jawab (Romiaty S.Psi., M.Pd. et al., 2023) . Selain itu, dinamika kelompok dalam proses konseling memberikan kesempatan kepada siswa untuk saling berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan sosial, yang turut memperkuat perubahan perilaku.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Agustin et al. (2022) yang menyatakan bahwa konseling realita efektif dalam mengurangi perilaku membolos karena menekankan tanggung jawab individu terhadap pilihan perilakunya. Penelitian Hasiana (2020) juga menunjukkan bahwa terapi realita mampu membantu siswa mengubah perilaku negatif menjadi lebih adaptif melalui peningkatan kesadaran diri. Selain itu, Lestari et al. (2025) menegaskan bahwa pendekatan realita mendorong siswa untuk memahami konsekuensi dari tindakan yang dilakukan dan merencanakan perubahan yang lebih positif. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bahwa konseling kelompok dengan pendekatan realita merupakan strategi yang efektif dalam menangani perilaku membolos siswa di lingkungan sekolah.

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan pendekatan realita merupakan intervensi yang efektif dalam membantu siswa mengembangkan kesadaran dan tanggung

jawab terhadap perilaku membolos. Melalui proses konseling yang menekankan evaluasi diri dan perencanaan perilaku, siswa tidak hanya mengalami perubahan secara perilaku, tetapi juga memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsekuensi dari tindakan yang dilakukan. Temuan ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan praktik bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam pemanfaatan pendekatan realita sebagai strategi intervensi yang berorientasi pada perubahan perilaku yang berkelanjutan. Selain itu, penelitian ini memperkuat relevansi pendekatan berbasis tanggung jawab pribadi dalam menangani permasalahan kedisiplinan siswa, serta membuka peluang penerapan pada konteks permasalahan perilaku lain yang memiliki karakteristik serupa dalam lingkungan pendidikan.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak SMP Negeri 8 Palangka Raya yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan penelitian, serta kepada guru Bimbingan dan Konseling yang telah membantu dalam proses pengumpulan data. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D. R., Zain, S. S., & Diswantika, N. (2022). Upaya mengatasi perilaku membolos melalui pendekatan konseling realitas pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 5 Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Konseling (JIMBK)*, 4(1), 1–8.
- Aisyah, I. N., & Romiaty, R. (2021). Konseling kelompok dengan teknik scaling untuk mengatasi masalah motivasi belajar siswa. *Syams: Jurnal Kajian Keislaman*, 2(2), 102–117.
- Andriyani, R., Sari, W. P., & Muis, T. (2022). Pendekatan konseling dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 7(2), 85–92.
- Apriatama, D., Romiaty, R., Al Idha, S., Anisah, W. N., & Maulida, R. (2022). Konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri santri. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6281–6288.
- Damayanti, L. S. (2026). *Penerapan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa SMPN 8 Palangka Raya* (Skripsi). Universitas Palangka Raya.
- Febrianti, R., Yandri, H., & Putra, A. (2022). Efektivitas layanan konseling kelompok dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 45–52.
- Habsy, B. A., & Ilhamudin. (2024). Konseling realita dalam perspektif pendidikan dan psikoterapi modern. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13(1), 12–20.
- Habsy, B. A., Nurhayati, N., & Pratiwi, D. (2023). Implementasi pendekatan realita dalam layanan konseling kelompok di sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 7(2), 101–110.
- Hasiana, I. (2020). Terapi realitas untuk menangani remaja yang membolos sekolah (Studi kasus). *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 4(2), 62–67.
- Imansyah, M. (2021). Analisis perilaku membolos siswa dan dampaknya terhadap hasil belajar. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(3), 210–218.
- Lestari, S. T. (2025). *Pelaksanaan konseling realitas berbasis islami untuk mengatasi perilaku membolos*

- siswa di SMA Negeri 1 Sragi* (Skripsi). UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan.
- Lestari, S. W., Naqiyah, N., & Khusumadewi, A. (2025). Implementasi konseling realitas berbasis rahma untuk mengatasi perilaku membolos siswa. *El-Banat: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 15(2), 539–553.
- Maimunah. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku membolos siswa di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 33–40.
- Nurhayati, N., Isnaini, M., & Prasetyo, A. (2025). Konsep dasar bimbingan dan konseling dalam pendidikan modern. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 11(1), 1–10.
- Pratiwi, D., Yandri, H., & Febrianti, R. (2024). Tahapan konseling kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(1), 55–63.
- Rahmawati, R., & Wiryosutomo, H. (2020). Hubungan kehadiran siswa dengan prestasi belajar di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan dan Evaluasi Pendidikan*, 4(2), 120–128.
- Romiaty., Pangestie, E. P., Apriatama, D., & Sukarningsi, S. (2024). *Buku Ajar Teori Konseling REBT, Behavior dan Realita*. Deepublish.