LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIOR UNTUK MENGATASI RENDAHNYA MINAT BELAJAR PADA SISWA KELAS XI TATA BOGA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN PGRI 1 SENTOLO TAHUN PELAJARAN 2024/2025

Ai Athi Siti Rohmah Tho'atillah
Dr. M. Jumarin, M.Pd.
Drs. Dri Atmaka, M.Pd.
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Psikologi dan Bimbingan
Fakultas Ilmu Pendidikan, IKIP PGRI Wates

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo Tahun Ajaran 2024/2025. Subjek penelitian layanan konseling individu adalah dua orang siswa kelas XI Tata Boga yaitu IDNR dan TA yang menunjukkan gejala rendahnya minat belajar. Penelitian ini menggunakan pendekatan mixed methods, terdiri dari kualitatif subjek penelitian berupa informan dan bersifat kuntitatif berupa angka hasil observasi.. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu, sumber data diperoleh dari guru BK, wali kelas, dan siswa. Metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi. Analisis data menggunakan teori Miller dan Huberman yang dilakukan dengan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data diperiksa dengan triangulasi sumber dan teknik. Setelah dilakukan analisis data dan pembatasan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior untuk mengatasi rendahnya minat belajar siswa memperoleh hasil: 1) assessment, teridentifikasi masalah utama berupa kurangnya perhatian, rendahnya motivasi intrinsik, serta kebiasaan menunda tugas. 2) goal setting, konselor dan konseli menyepakati tujuan untuk meningkatkan keterlibatan dalam belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan membentuk kebiasaan belajar yang lebih teratur. 3) technique implementation, konselor menerapkan penguatan positif, pembuatan kontrak, shaping, desensitisasi sistematik sehingga siswa mulai menunjukkan perubahan perilaku secara bertahap. 4) evaluation termination, terlihat adanya peningkatan perhatian dan keterlibatan aktif dalam pembelajaran, keberanian berpartisipasi dalam diskusi, kebiasaan mencatat materi, serta tumbuhnya rasa percaya diri dan semangat belajar. 5) feedback, melakukan pemantauan untuk mmengatasi rendahnya minat belajar siswa. Saran kepada guru diharapkan untuk bekerjasama dengan petugas BK dalam mengatasi masalah siswa khususnya rendahnya minat belajar. Saran untuk pihak sekolah diharapkan dapat menyediakan fasilitas belajar yang memadai dan kegiatan penunjang yang mendorong kreativitas, motivasi, dan produktivitas siswa, serta tetap melakukan koordinasi dengan petugas BK, wali kelas dan siswa untuk meningkatkan minat belajar siswa.

Kata Kunci: *Konseling Individu, Pendekatan Behavior, Minat Belajar, Siswa SMK*

PENDAHULUAN

Dalam era globalisasi dan transformasi digital, pendidikan dituntut untuk menghasilkan lulusan yang tidak hanya memiliki kemampuan kognitif, tetapi juga afektif, termasuk motivasi dan minat belajar. Perubahan pendekatan pembelajaran serta dinamika sosial dan teknologi yang berkembang pesat turut memengaruhi pola belajar siswa, khususnya di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Pada jenjang ini, siswa diharapkan mampu membangun dasar kompetensi keahlian yang kuat sebagai bekal menghadapi dunia kerja. Namun, realitas menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami penurunan minat belajar yang berdampak negatif terhadap keterlibatan akademik dan pengembangan keterampilan.

Minat belajar merupakan elemen penting yang mencerminkan keterlibatan emosional dan kognitif siswa dalam aktivitas pembelajaran. John Dewey (1938) menekankan bahwa keterlibatan aktif dan ketertarikan terhadap materi merupakan kunci terciptanya pembelajaran yang bermakna. Sejalan dengan itu, Deci dan Ryan (2000) menegaskan bahwa minat belajar merupakan bagian dari motivasi intrinsik yang mendukung pencapaian akademik. Rendahnya minat belajar dapat menimbulkan perilaku pasif, seperti sering absen, kurang fokus, dan menunda tugas, sebagaimana terlihat pada siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo. Fenomena ini, apabila tidak segera diatasi, berpotensi menghambat perkembangan kompetensi serta kesiapan kerja siswa.

Faktor penyebab rendahnya minat belajar tidak hanya bersumber dari usaha individu, tetapi juga dipengaruhi faktor eksternal seperti materi ajar yang kurang relevan, metode pembelajaran yang tidak sesuai, dan lingkungan belajar yang kurang mendukung (Slameto, 2010). Oleh karena itu, diperlukan strategi intervensi yang efektif untuk mendorong keterlibatan belajar siswa. Salah satu upaya yang dapat ditempuh adalah melalui layanan konseling individu. Konseling berperan membantu siswa memahami permasalahan, menemukan solusi, serta mengembangkan potensi agar dapat berfungsi optimal baik secara akademik maupun sosial (Nurihsan, 2010).

Dalam hal ini, pendekatan *behavioral* dipandang relevan karena menekankan pada perubahan perilaku melalui pembiasaan, penguatan, dan pembelajaran terarah (Corey dalam Koeswara, 1998). Melalui strategi seperti penguatan positif, pembuatan kontrak, shaping, dan desensitisasi sistematik siswa diharapkan dapat membentuk kebiasaan belajar yang lebih produktif. Pendekatan ini memungkinkan guru Bimbingan dan Konseling (BK) memberikan intervensi yang konkret, terukur, dan langsung dapat direspons oleh siswa.

Berdasarkan kondisi yang ditemukan pada siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo, pelaksanaan layanan BK di sekolah masih belum optimal. Kurangnya jadwal khusus, rendahnya kesadaran siswa memanfaatkan layanan, serta pola belajar yang salah menjadi tantangan tersendiri. Hal ini memperkuat urgensi perlunya penelitian mengenai efektivitas konseling individu dengan pendekatan behavioral sebagai solusi untuk meningkatkan minat belajar siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam mengatasi rendahnya minat belajar siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo tahun pelajaran

2024/2025. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi guru BK dalam merancang strategi intervensi, sekaligus memperkaya kajian akademik mengenai penerapan pendekatan behavioral dalam bidang pendidikan vokasional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed methods*, yaitu kombinasi antara kualitatif dan kuantitatif. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali data secara mendalam melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, sedangkan pendekatan kuantitatif digunakan untuk melihat perubahan perilaku melalui skor hasil observasi. Analisis data dilakukan dengan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan sesuai kriteria penelitian. Subjek terdiri dari dua siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo yang mengalami rendahnya minat belajar, yaitu IDNR dan TA. Sumber data pendukung diperoleh dari guru BK dan wali kelas yang memiliki informasi terkait kondisi siswa.

Intervensi penelitian dilakukan melalui layanan konseling individu dengan pendekatan behavioral sebanyak tiga kali pertemuan konseling setiap sesi sekitar 40–60 menit, dengan fokus pada peningkatan perhatian dan keterlibatan aktif dalam pembelajaran, motivasi intrinsik dalam belajar, semangat dan ketahanan dalam belajar, perasaan positif terhadap aktivitas belajar, kreativitas dan produktivitas dalam belajar. Pertemuan pertama difokuskan pada tahap asesmen dan penetapan tujuan, di mana konselor menggali permasalahan utama yang dialami siswa, seperti kurangnya perhatian, rendahnya motivasi, serta kebiasaan menunda tugas, kemudian menyepakati tujuan konseling berupa peningkatan keterlibatan belajar, motivasi intrinsik, dan kedisiplinan. Pertemuan kedua dilaksanakan dengan implementasi teknik behavior, antara lain melalui pemberian penguatan positif, kontrak perilaku, dan shaping. Siswa mulai dibiasakan untuk mencatat materi, hadir lebih teratur, dan mengerjakan tugas tepat waktu dengan dukungan reinforcement dari konselor. Pertemuan ketiga diarahkan pada tahap evaluasi, terminasi, dan pemberian umpan balik. Pada tahap ini, siswa menunjukkan peningkatan dalam perhatian, keberanian berpartisipasi, kebiasaan mencatat, serta tumbuhnya rasa percaya diri dan semangat belajar.

Setelah seluruh sesi intervensi selesai, peserta didik diberikan evaluasi lanjutan melalui observasi dan wawancara untuk menilai keberlanjutan perubahan perilaku. Hasil yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan kondisi sebelum intervensi sehingga dapat diketahui efektivitas konseling individu dengan pendekatan behavior. Prosedur pelaksanaan intervensi berlangsung selama satu bulan, sejak pertemuan pertama hingga evaluasi akhir, dengan peneliti berperan sebagai konselor yang memberikan layanan secara tatap muka dan guru BK turut membantu dalam pemantauan perkembangan siswa.

HASIL DAN PEMBAHSAN

Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan behavior mampu meningkatkan minat belajar siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo. Intervensi dilaksanakan melalui tiga kali pertemuan dalam kurun waktu satu

bulan dan mengikuti lima tahapan utama, yaitu assessment, goal setting, implementasi teknik, evaluasi–terminasi, dan feedback.

Pada tahap *assessment*, diperoleh gambaran awal bahwa kedua subjek, IDNR dan TA, mengalami permasalahan yang sama, yaitu rendahnya perhatian saat pembelajaran, motivasi intrinsik yang lemah, serta kebiasaan menunda tugas. Kecenderungan ini sejalan dengan pendapat Slameto (2010) yang menyebutkan bahwa siswa dengan minat belajar rendah umumnya menunjukkan perilaku pasif, kurang fokus, dan sering menunda kewajiban akademik. Data observasi dan wawancara dengan guru BK serta wali kelas juga menguatkan bahwa kedua siswa sering tampak tidak bersemangat, cenderung diam, dan tidak memiliki inisiatif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.

Memasuki tahap *goal setting*, konselor dan konseli menyepakati tujuan yang ingin dicapai bersama. Tujuan tersebut antara lain meningkatkan keterlibatan dalam proses pembelajaran, membentuk kedisiplinan dalam mengerjakan tugas, dan menumbuhkan kebiasaan belajar yang lebih teratur. Penetapan tujuan ini menjadi penting karena berfungsi sebagai arah dan tolok ukur keberhasilan konseling. Menurut Corey (2007), konseling yang efektif harus memiliki tujuan yang jelas agar konseli termotivasi untuk melakukan perubahan perilaku.

Tahap berikutnya adalah *technique implementation*, yang merupakan inti dari proses konseling. Dalam sesi ini, konselor menerapkan reinforcement positif berupa pujian dan dukungan ketika siswa menunjukkan perilaku belajar yang diharapkan. Selain itu, konselor membuat kontrak perilaku dengan siswa agar mereka lebih berkomitmen dalam hadir tepat waktu, mencatat materi, dan menyelesaikan tugas. Teknik shaping juga digunakan untuk membentuk kebiasaan belajar secara bertahap, misalnya dari sekadar mencatat poin penting menjadi kebiasaan membuat catatan lengkap. Disamping itu, desensitisasi sistematik dilakukan untuk membantu siswa mengurangi rasa bosan atau cemas saat mengikuti pembelajaran. Implementasi teknik ini menunjukkan hasil positif, karena siswa mulai terbiasa mengikuti aturan belajar yang lebih disiplin dan memperlihatkan perubahan sikap dalam kelas.

Tahap *evaluation termination* memperlihatkan bahwa kedua siswa mengalami perkembangan yang nyata. IDNR yang sebelumnya pasif mulai aktif berpartisipasi dalam diskusi kelas, sementara TA yang cenderung menunda pekerjaan sudah mulai terbiasa mengerjakan tugas tepat waktu. Perubahan ini tidak hanya tampak pada keterlibatan dalam kelas, tetapi juga pada sikap positif seperti meningkatnya rasa percaya diri, keberanian untuk bertanya, serta tumbuhnya motivasi intrinsik. Hasil ini selaras dengan pendapat Komalasari (2011) yang menyatakan bahwa pembiasaan perilaku baru melalui reinforcement dan kontrak perilaku dapat memperkuat motivasi dan meningkatkan kualitas keterlibatan siswa dalam pembelajaran.

Tahap terakhir adalah *feedback*, yaitu pemberian umpan balik dan pemantauan berkelanjutan untuk menjaga konsistensi perubahan perilaku. Pada tahap ini, siswa menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri, lebih semangat, tidak mudah bosan, serta mulai menumbuhkan kreativitas dan produktivitas dalam menyelesaikan tugas. Hal ini menunjukkan bahwa konseling tidak hanya berdampak pada peningkatan minat belajar, tetapi juga pada aspek psikologis siswa, seperti rasa percaya diri dan kemandirian dalam belajar.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa pendekatan behavior efektif dalam memodifikasi perilaku belajar siswa. Perubahan perilaku yang ditunjukkan konseli sejalan dengan teori belajar behavioristik yang menekankan pentingnya reinforcement dan pembiasaan dalam membentuk perilaku baru. Dengan demikian, layanan konseling individu dengan pendekatan behavior dapat dijadikan strategi alternatif yang relevan untuk mengatasi masalah rendahnya minat belajar siswa SMK, terutama pada masa remaja di mana pengaruh motivasi intrinsik dan disiplin belajar sangat menentukan keberhasilan akademik.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan behavior efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas XI Tata Boga SMK PGRI 1 Sentolo. Melalui lima tahapan konseling yang meliputi assessment, goal setting, implementasi teknik, evaluasi–terminasi, dan feedback, siswa mengalami perubahan positif dalam perilaku belajar. Hasil intervensi memperlihatkan adanya peningkatan perhatian, keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran, keberanian berpartisipasi, kedisiplinan dalam menyelesaikan tugas, serta tumbuhnya rasa percaya diri dan motivasi intrinsik.

Secara keseluruhan, penerapan teknik-teknik behavior seperti reinforcement positif, kontrak perilaku, shaping, dan desensitisasi sistematik mampu membentuk kebiasaan belajar yang lebih adaptif. Temuan ini menegaskan bahwa layanan konseling individu berbasis pendekatan behavior dapat dijadikan alternatif strategi yang relevan bagi guru BK dalam membantu siswa mengatasi rendahnya minat belajar, serta mendorong terbentuknya pola belajar yang lebih produktif dan teratur.

DAFTAR PUSTAKA

Corey, G. (2007). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Belmont: Thomson Brooks/Cole.

Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE.

Hergenhahn, B. R., & Olson, M. H. (2010). *Theories of learning* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.

Komalasari, G. (2011). *Pembelajaran kontekstual: Konsep dan aplikasi*. Bandung: Refika Aditama.

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Thousand Oaks, CA: SAGE.

Morgan, C. T. (2011). *Introduction to psychology*. New York: McGraw-Hill.

Purwanto, N. (2010). *Psikologi pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sudjana, N. (2011). *Penilaian hasil proses belajar mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Winkel, W. S. (2012). *Psikologi pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.

Trismayanti, N. (2019). Strategi meningkatkan minat belajar siswa. *Jurnal Pendidikan*, 14(3),

145–152.

Wahyuningsih, W. (2020). Efektivitas layanan konseling individu untuk meningkatkan motivasi

belajar siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 105–112.

Yulianti, E. (2017). Pengaruh konseling behavioral terhadap motivasi belajar siswa SMK. *Jurnal*

Konseling Pendidikan, 5(1), 45–53.

Yusuf, S. (2015). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Zainal, A. (2016). Pendekatan behavioristik dalam konseling individu. *Jurnal Ilmiah Konseling*,

8(2), 123–132.