

**P ISSN : 2503 - 1708**

**E ISSN : 2722 - 7340**

# **REALITA**

*Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<b>REALITA JURNAL</b>	<b>VOLUME 8</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2023</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	---------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

**REALITA**  
**BIMBINGAN DAN KONSELING**  
*Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*

**DEWAN REDAKASI**

- Pelindung** : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika  
: Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika
- Penanggung Jawab** : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

**Editor**

Hariadi Ahmad, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika

**Associate Editor**

Mustakim, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Mujiburrahman, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Ahmad Muzanni, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
M. Chaerul Anam, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika

**Editorial Board**

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D Universitas Negeri Jember Jawa Timur  
Drs. Wayan Tamba, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Farida Herna Astuti, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Ichwanul Mustakim, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Reza Zulaifi, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Jessica Festi Maharani, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika

**Reviwer**

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Dr. A. Hari Witono, M.Pd Universitas Mataram NTB  
Prof. Dr. Wayan Maba Universitas Mahasaraswati Bali  
Dr. Gunawan, M.Pd Universitas Mataram NTB  
Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. Universitas Pendidikan Mandalika  
Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika  
Wiryo Nuryono, M.Pd Universitas Negeri Surabaya Jawa Timur  
Hasrul, S.PdI., M.Pd STKIP Kie Raha Ternate Maluku Utara  
Dita Kurnia Sari, M.Pd UIN Sunan Ampel Surabaya Jawa Timur  
Dr. Roro Umy Badriyah. M.Pd., Kons Universitas PGRI Maha Dewa Bali  
Ari Khusumadewi, M.Pd Universitas Negeri Surabaya Jawa Timur

M. Najamuddin, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
M. Samsul Hadi, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Lalu Jaswandi, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Eneng Garnika, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Aluh Hartati, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Drs. I Made Gunawan, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Nuraeni, S.Pd., M.Si	Universitas Pendidikan Mandalika
Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
M. Zainuddin, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Ahmad Zainul Irfan, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd	Univ. Mathla'ul Anwar Banten
Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd	Univ. Nahdlatul Ulama Cirebon
Rahmawati M, S.Pd., M.Pd	Universitas Muhammadiyah Kendari Sulawesi Tenggara
Ginangjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or	Universitas Mercu Buana Yogyakarta
Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd	Universitas Mahaputra Muhammad Yamin Solok Sumatera Barat
St. Muriati, S.Pd., M.Pd	Universitas Bosowa Makassar Sulawesi Selatan
Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd	Universitas Borneo Tarakan Kalimantan Utara
Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd.	Universitas Muhammadiyah Sukabumi Jawa Barat

**Alamat Redaksi:**

Redaksi Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)

Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

**Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling** menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

**Diterbitkan Oleh:** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

## DAFTAR ISI

## Halaman

### **Wiryo Nuryono, Elisabeth Christiana, dan Budi Purwoko**

Pendekatan Konseling Keluarga untuk Mengurangi Adiksi Game Online .. 1853 - 1861

### **Ahmad Syarofudin**

Implementasi Konseling Krisis untuk Mengatasi Trauma Korban Bullying di Sekolah Menengah Atas ..... 1862 – 1868

### **Kiki Saputra dan Irman**

Peran Guru BK/Konselor dalam Pembentukan Agen Anti Bullying di Sekolah ..... 1869 – 1877

### **Siti Fauziah dan Netrawati**

Perbedaan Perilaku Altruisme pada Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin di MTsN 6 Kota Padang ..... 1878 – 1886

### **Mustakim dan Nurul Hidayati Mustakimah**

Peran Guru dalam Meningkatkan Kemampuan Berbahasa Anak Usia Dini dengan Metode Bernyanyi di TK Yazida NW Tangar ..... 1887 – 1896

### **Muhamad Hamdi**

Penerapan Metode Karya Wisata dalam Pembelajaran Tematik untuk Meningkatkan Prestasi Belajar IPA Siswa Kelas III SD Negeri 14 Cakranegara ..... 1897 – 1906

### **Eneng Garnika dan Baiq Rohiyatun**

Implementasi Manajemen Emosi Pada Ibu dengan Anak Gangguan Speech Delay ..... 1907 - 1917

### **Ahmad Zainul Irfan dan M Najamuddin**

Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak melalui Penggunaan Media Kolase pada Anak Kelompok A di PAUD Matahari Goak Daye Desa Aik Bukaq ..... 1918 - 1924

### **Ni Kadek Sri Artini**

Penggunaan Papan Huruf untuk Meningkatkan Kemampuan Membaca Siswa Kelas I pada Semester I di SDN 14 Cakranegara ..... 1925 - 1932

### **Hariadi Ahmad**

Hubungan Etika Pergaulan dengan Konsep Diri Siswa SMA di Kabupaten Sumbawa Barat ..... 1933 - 1945

### **Aluh Hartati**

Pengaruh Teknik Konseling Behavioristik terhadap Perilaku Menunda Tugas Siswa MTS Lombok Tengah ..... 1946 - 1952

**Ni Made Sulastri dan Farida Herna Astuti**

Pengaruh Teknik Shaping terhadap Sikap Konformitas pada Siswa ..... 1953 - 1959

**Muhammad Iqbal, Lu'luin Najwa dan Hasnun Muda Hasan**

Analisis Kualitas Stimulasi Tumbuh Kembang Anak Didik pada TK PGRI Arrahmah Subahnala Batukliang ..... 1960 - 1967

**Tri Putri Amelia S, Marsal Yunas Muliadi Hasibuan, dan Dasril**

HISBAH: Model Konseling Islam Klasik Dalam Implementasi di Sekolah untuk Mengatasi Krisis Spiritual ..... 1968 - 1977

**Tasya Nabilah Mutiara, dan Netrawati**

Perbedaan Perilaku Agresif Siswa Laki-Laki dan Perempuan di SMAN 16 Padang ..... 1978 - 1986

**Tri Putri Amelia S dan Silvianetri**

Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mereduksi Keterlambatan Peserta Didik ..... 1987 - 1995

**Siswati**

Penggunaan Metode Demonstrasi untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas I B SDN 33 Mataram ..... 1996 - 2004

**Supriadi**

Penggunaan Model Resiprokal dalam Kelompok Belajar sebagai Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar pada Mata Pelajaran Penjasorkes Semester I Siswa Kelas V SD Negeri 40 Ampenan ..... 2005 – 2013

**Ni Ketut Alit Suarti dan Deni Kurniawan**

Pengaruh Teknik Role Playing terhadap Sikap Rendah Diri pada Siswa Kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Gunungsari ..... 2014 – 2024

**Menik Aryani**

Implementasi Administrasi Tata Usaha dalam Bidang Keuangan Pembiayaan Pendidikan di SMAN 1 Bayan ..... 2025 – 2031

## KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MEREDUKSI KETERLAMBATAN PESERTA DIDIK

Oleh:

**Tri Putri Amelia S, dan Silvianetri**

Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus

Batusangkar, Batusangkar, Indonesia

Email: amelia.triputri98@gmail.com; dan silvianetri@iainbatusangkar.ac.id

**Abstrak.** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor keterlambatan peserta didik, tindak lanjut yang dilakukan guru BK. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif yang menggunakan metode studi kasus. Dalam penelitian studi kasus ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Analisis data yang digunakan adalah triangulasi, baik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Data keterlambatan dikumpulkan melalui catatan anekdot guru BK. Subjek penelitiannya adalah 9 peserta didik yang memiliki intensitas keterlambatan paling tinggi di sekolah. Untuk mereduksi keterlambatan peserta didik melalui layanan bimbingan konseling, konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* dianggap efektif untuk mengatasi permasalahan tersebut. Hasil penelitian diperoleh bahwa 7 peserta didik menunjukkan perubahan yang sangat baik dilihat melalui menurunnya tingkat keterlambatan ke sekolah dan cenderung tidak mengulangi perilaku yang sama. Sedangkan 2 peserta didik perlu ditindaklanjuti dengan konseling individual dan home visit.

**Kata Kunci:** *cognitive restructuring, siswa terlambat*

**Abstract.** The purpose of this study was to determine the factors of student delays, follow-up by homeroom teachers, guidance counselors and students as well as the school's efforts to renew school rules regarding sanctions for late students arriving at school. The type of research used is qualitative research using the case study method. In this case study research, the data collection techniques used were observation and interviews. The data analysis used was triangulation, both source triangulation and technique triangulation. Data on tardiness was collected through anecdotal notes for each counseling teacher. The research subjects were 9 students who had the highest intensity of lateness at school. To reduce student delays through counseling guidance services, group counseling with cognitive restructuring techniques is considered effective in overcoming these problems. The results of the study showed that 7 students showed very good changes seen through a decrease in the level of lateness to school and tended not to repeat the same behavior. Meanwhile, 2 students need to be assisted with individual counseling and home visits

### PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang membantu individu untuk memperoleh pendidikan yang berkualitas secara umum. Sekolah menjadi wadah untuk bersosialisasi bagi peserta didik. Proses kegiatan belajar mengajar yang bersifat formal bukan satu satunya tujuan pendidikan Indonesia, melainkan memenuhi kebutuhan peserta didik untuk hidup berdampingan sebagai makhluk sosial. Berdasarkan fungsinya, sekolah

juga merupakan tempat untuk mengasah kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik peserta didik. Capaian utama dari hasil pendidikan selama di sekolah bukan hanya menjadi individu yang cerdas secara kognitif melainkan memiliki kemampuan dan kecerdasan afektif dan psikomotorik dalam artian peserta didik mampu menyesuaikan diri dengan optimal, bertingkah laku sesuai moral, norma dan agama, bijak dalam menghadapi permasalahan, dan peduli

dengan lingkungan sekitar. Adapun kemampuan psikomotorik agar peserta didik mampu menyeimbangkan antara ilmu pengetahuan yang dipelajari dengan kemampuan praktis di luar konteks pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran sering dijumpai beberapa sikap dan perilaku peserta didik yang belum sesuai dengan peraturan yang ada di sekolah. Permasalahan kedisiplinan menjadi salah satu permasalahan yang belum dapat diselesaikan. Sebagaimana dijelaskan di atas, proses pembelajaran dapat dikatakan berhasil apabila peserta didik mampu bersikap sesuai dengan aturan dan kebijakan, menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mampu secara mandiri mengatasi permasalahan yang muncul. Contohnya adalah masalah keterlambatan. Permasalahan tersebut membutuhkan tindakan pendisiplinan dari sekolah agar peserta didik tidak mengulangi hal serupa dan yang terpenting adalah peserta didik yang melanggar aturan dan kebijakan tidak menjadi contoh serta tidak mengganggu proses belajar peserta didik lainnya.

Dalam berbagai upaya, pihak sekolah merumuskan tata tertib yang lebih ketat dan memberikan sanksi hukuman yang sesuai terhadap siswa yang melanggar tata tertib. Sekolah memastikan tindakan pelanggaran berupa keterlambatan siswa agar lebih ditindaklanjuti oleh wali kelas, guru BK dan kesiswaan. Wali kelas mengarahkan peserta didik untuk lebih disiplin dan mengamati kendala peserta didik secara lebih mendalam. Guru BK berkolaborasi dengan wali kelas, guru piket dan guru bidang studi untuk mengumpulkan data terkait peserta didik yang bermasalah dan melakukan asesmen untuk menindaklanjuti layanan yang akan diberikan pada peserta didik seperti layanan konseling individual, konseling kelompok dan layanan konseling lainnya sebagai bentuk layanan responsif untuk

menangani permasalahan keterlambatan peserta didik.

Konseling kelompok dianggap efektif untuk mengatasi kedisiplinan siswa. Sebagaimana Sukardi mengungkapkan bahwa, “layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan penuntasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok (Fahmi & Slamet, 2016). Dalam beberapa penelitian konseling kelompok cukup efektif dalam mengatasi ketidaksiplinan siswa, sebagaimana dalam penelitian A. Baihaqi dkk diperoleh terkait keterlambatan peserta didik SMK Walisongo 2 Gempol sejumlah 6 peserta didik, dari 6 peserta didik itu diberi penanganan menggunakan teori Gestalt restrukturisasi kognitif melalui konseling kelompok serta konseling individual dengan guru BK. Dari jangka waktu penelitian 1 bulan, 3 dari 6 peserta didik mengulangi keterlambatannya sampai 3 kali berturut-turut. Sehingga peserta didik yang mengulangi keterlambatannya tersebut diberi penanganan oleh konselor berupa konseling individual/konseling kelompok dan jika masih mengulangnya lagi hingga 3 kali, maka konselor akan memanggil orang tua siswa untuk datang ke sekolah. (Baihaqi & Utami, 2020).

Dalam penelitian Brillian Faharruddin untuk menguji ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan pada skor keterlambatan siswa SMPN 1 Campurdarat Tulungagung sebelum dan sesudah penggunaan konseling kelompok *Cognitive Restructuring*. Data keterlambatan diambil dari buku catatan kedisiplinan yang ada pada guru BK. Subyek dalam penelitian ini berjumlah enam siswa. Penelitian ini menggunakan desain pre-post test one group design. Teknik analisa data yang digunakan

adalah analisis statistik non-parametrik dengan uji tanda Wilcoxon. Hasil analisis data menunjukkan bahwa T-hitung lebih besar dibanding T-tabel ( $20 > 0$ ). Sementara itu mean skor pre-test sebesar 10 dan mean skor post-test sebesar 2,67, terdapat penurunan sebesar 7,33. Hal ini berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya penerapan konseling kelompok *Cognitive Restructuring* dapat mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada siswa SMP Negeri 1 Campurdarat Tulungagung (Faharuddin et al., 2017)

Berdasarkan hasil penelitian Sofyan Abdi dkk dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan konseling kelompok berbasis nilai Islam untuk mereduksi perilaku terlambat siswa terbukti efektif. Hal ini didasari oleh hasil uji lapangan yang menunjukkan bahwa setelah mengikuti konseling kelompok berbasis nilai Islam maka perilaku terlambat siswa menjadi berkurang menggunakan teknik *cognitive restructuring*, terbukti dari hasil analisis data menggunakan uji beda *wilcoxon*, dari hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh ( $-2.51 < 0.05$ ). walaupun pada uji *one way Anova* menunjukkan nilai sig. ( $.949 > 0,05$ ) yang berarti tidak ada perbedaan secara signifikan tingkat penyesuaian diri siswa pada *pre-test* dan *post-test* kelompok penelitian. (Abdi & Mafirja, 2019)

Berdasarkan observasi awal penelitian di SMA Swasta Nurul Ilmi Padang Sidempuan, peserta didik yang cukup sering terlambat ke sekolah akan ditindak lanjuti oleh wali kelas. Prosedur berikutnya jika peserta didik masih mengulangi keterlambatan maka guru BK akan memberikan layanan konseling individual sebelum melakukan prosedur dalam tata tertib sekolah seperti surat perjanjian dan pemanggilan orangtua/wali. Dalam berbagai upaya yang dilakukan oleh guru BK, konseling individu yang diterapkan untuk peserta

didik yang memiliki intensitas keterlambatan yang tinggi dianggap kurang efektif. Maka konseling kelompok menjadi salah satu layanan yang tepat untuk menangani masalah tersebut. Terdapat 9 peserta didik yang mengikuti layanan konseling kelompok dikarenakan masuk dalam kategori peserta didik yang paling sering terlambat dan belum menunjukkan perubahan yang signifikan setelah mendapatkan layanan konseling individual. Konseling kelompok menggunakan teknik *cognitive restructuring* menjadi sangat efektif diterapkan di SMA Swasta Nurul Ilmi terutama pada peserta didik yang sering terlambat untuk mengidentifikasi, mengevaluasi dan mengubah pikiran irasional yang menimbulkan tindakan atau perilaku negatif. Penelitian ini memiliki urgensi yang sangat penting terutama untuk membantu para wali kelas, guru BK, kesiswaan dan manajemen sekolah untuk mereduksi masalah keterlambatan dan membangun karakter disiplin peserta didik ke depannya.

## KAJIAN PUSTAKA

Konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan. Menurut Gadza, dkk menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi seperti berorientasi pada kenyataan, saling mempercayai, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung (Yulianti et al., 2018). Prayitno menjelaskan bahwa konseling kelompok adalah usaha pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada orang-orang yang membutuhkan untuk mengentaskan masalah yang sedang dihadapinya dalam suasana kelompok (Ristianti & Fathurrochman, 2020). Sedangkan Nurihsan nmengemukakan

bahwa Konseling Kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya (Purwaningsih & Lianasari, 2021). Berdasarkan definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah yang terdiri dari anggota kelompok yang bersifat homogeny dan terdiri dari pemimpin kelompok yang dilaksanakan sebagai upaya preventif dan kuratif serta mengembangkan kemampuan anggota konseling kelompok.

*Cognitive restructuring* memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negatif dan keyakinan-keyakinan konseli yang tidak rasional. *Cognitive restructuring* menggunakan asumsi bahwasannya respons-respons perilaku dan emosional yang tidak adaptif dipengaruhi oleh keyakinan, sikap, dan persepsi (kognisi) konseli. Menurut Beck dalam Hidayatin bahwa terapi kognitif meliputi usaha memberikan bantuan kepada konseli supaya mereka mampu mengevaluasi tingkah laku mereka dengan kritis dengan menitik beratkan pada hal pribadi yang positif (Hidayatin, 2017). Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik *cognitive restructuring* yaitu memusatkan perhatian pada upaya mengubah pikiran-pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif.

Menurut KBBI, terlambat adalah datang tidak tepat waktu. Secara umum pengertian terlambat datang ke sekolah adalah suatu perilaku yang tidak sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan oleh sekolah atau tidak mengikuti peraturan sekolah. Menurut Prayitno, keterlambatan siswa datang ke sekolah ada dua yaitu karena disengaja dan tidak

disengaja. (Fadliyani, 2019) Keterlambatan siswa untuk tiba di sekolah merupakan perilaku yang tidak disiplin. Sekolah telah menerapkan tata tertib yang berfungsi untuk mengurangi tingkat keterlambatan peserta didik dengan cara melakukan proses konseling dengan guru BK dan sanksi sesuai yang ada di tata tertib sekolah. Tindakan tersebut diharapkan mampu mengurangi tingkat keterlambatan siswa ke sekolah.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan, menafsirkan dan merumuskan tindakan manusia dengan cara menggambarkan struktur-struktur dasar, realita yang tampak nyata, di setiap orang berpegang teguh pada sikap alamiah (Anggito & Setiawan, 2018). Penelitian kualitatif digunakan untuk mendalami informasi dan fakta di lapangan tentang penerapan konseling kelompok menggunakan teknik *cognitive restructuring* bagi peserta didik yang sering terlambat ke sekolah. Instrumen penelitian ini adalah peneliti sendiri. (Anufia & Alhamid, 2019) Dalam penelitian, subjek penelitian ini adalah 9 orang peserta didik dan Guru BK. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara agar data yang diambil lebih terpol, peneliti menggunakan pedoman wawancara dan pedoman observasi (Pujaastawa, 2016). Teknik analisis data dengan mengumpulkan, mengorganisasikan, memilah data menjadi satuan yang dapat dikelola, mengintensifikannya, menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain (Budiasih & Nyoman, 2014), serta uji keabsahan data melalui triangulasi. (Mekarisce, 2020)

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Swasta Nurul Ilmi Padang Sidempuan, konseling kelompok telah dilaksanakan untuk mengatasi beragam permasalahan dan pengembangan kompetensi peserta didik. Konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk mengatasi masalah siswa yang cenderung berasumsi negatif sehingga menimbulkan perilaku yang tidak adaptif dan tidak baik. Konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* sangat menarik untuk diterapkan pada peserta didik yang sering terlambat. Berdasarkan hasil penelitian, 7 peserta didik mampu mengidentifikasi dan mengevaluasi permasalahan keterlambatannya ke sekolah sebagai tindakan yang yang buruk dan merusak diri. Peserta didik menyadari bahwa perilaku terlambat merupakan tindakan yang tidak disiplin dan apabila tidak ditindaklanjuti akan menjadi sebuah kebiasaan yang buruk ke depannya. Peserta didik dalam pelaksanaan konseling berkomitmen untuk merubah sikap yang mengakibatkan perusakan diri

dan mengubah pemikiran irasional yang secara negatif mempengaruhi perilaku terlambat mereka. Dalam proses konseling kelompok, setiap anggota kelompok menyuarakan pendapatnya untuk mengatasi masalah dan faktor penyebab keterlambatan anggota kelompok lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara, peserta didik inisial DR, MA, dan FAP, dan AR berasumsi bahwa mereka akan diberi kelonggaran untuk terlambat ke sekolah dikarenakan tempat tinggal yang cukup jauh dari lokasi sekolah. Peserta didik inisial FAA mengaku sering terlambat bangun, RR mengaku sering begadang setiap malam sehingga pola tidurnya terganggu, beranggapan terlambat bangun karena tidak ada yg membangunkan di rumah dan terlambat ke sekolah setiap hari meskipun jarak rumah dan sekolah sangat dekat, AC dan FZ sering terlambat karena saling menunggu untuk berangkat bersama dan terjebak macet setiap pagi di dekat rumah dan macet di jalan menuju sekolah, RP sering terlambat karena tidak ada yang membangunkan

**Tabel Daftar Siswa Terlambat**

NO	Nama	Jenis Kelamin	Kategori	Sanksi Tata Tertib
1.	AR	L	Sering	Ditindaklanjuti Wali Kelas & BK
2.	FAA	L	Sering	Ditindaklanjuti Wali Kelas & BK
3.	DR	L	Sangat Sering	Surat Perjanjian 1
4.	MA	L	Sering	Ditindaklanjuti Wali Kelas & BK
5.	RR	L	Sangat Sering	Surat Perjanjian 1
6.	AC	P	Sering	Ditindaklanjuti Wali Kelas & BK
7.	FZ	P	Sering	Ditindaklanjuti Wali Kelas & BK
8.	RP	L	Sangat Sering	Surat Perjanjian 1
9.	FAP	L	Sering	Ditindaklanjuti Wali Kelas & BK

Berdasarkan hasil penelitian, peserta didik yang terlambat menganggap ada sepuluh menit waktu kelonggaran setelah bel berbunyi dan sanksi yang diberikan cukup ringan yaitu dengan tilawah dan menghafal beberapa ayat dalam Alquran. Adapun faktor penyebab keterlambatan lainnya diantaranya: a)

tempat tinggal yang jauh, b) pola tidur yang buruk akibat begadang, c) sulit terbangun di pagi hari karena tidak ada yang membangunkan, d) saling menunggu teman, dan e) terjebak kemacetan. Berdasarkan hasil penelitian, konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* yang diterapkan pada

peserta didik yang sering terlambat, pertama mengidentifikasi kekeliruan atau pikiran irasional peserta didik yang menyebutkan faktor keterlambatan mereka secara satu per satu. Anggota konseling kelompok saling mengutarakan bahwa alasan apapun yang mengakibatkan keterlambatan tidak dapat dibenarkan jika perilaku tersebut berulang secara terus menerus. Anggota konseling kelompok menyadari bahwa tenggang waktu 10 menit yang diberikan pihak sekolah hanya untuk kondisi yang sama sekali tidak bisa dikendalikan. Adapun faktor penyebab keterlambatan yang disebutkan dalam proses konseling adalah faktor yang dapat dikendalikan oleh peserta didik.

Dalam sesi konseling, setelah para anggota kelompok dapat membangun hubungan baik dan kepercayaan sepenuhnya, anggota diminta untuk saling berbagi solusi yang dapat dilakukan berdasarkan faktor penyebab keterlambatan anggota lainnya. Tujuannya agar masing-masing anggota kelompok dapat mengubah pola pikir irasional dan mengevaluasi perilaku terlambat, adapun solusi yang ditawarkan dalam konseling kelompok yaitu: a) Peserta didik yang memiliki tempat tinggal yang jauh dapat mengatur jadwal berangkat ke sekolah lebih awal agar tidak terlambat secara terus menerus, peserta didik harus memulai untuk manajemen diri dari segi waktu. b) Peserta didik yang terlambat ke sekolah karena pola tidur yang buruk sehingga terlambat bangun di pagi hari dapat memulai pola hidup yang lebih sehat yaitu dengan berolahraga, memakan makanan yang bergizi, tidak mengonsumsi minuman berkafein menjelang waktu tidur, mengatur waktu tidur dan bangun secara konsisten, tidak menggunakan HP menjelang tidur agar tidak terkena

radiasi, dll. c) peserta didik yang kesulitan bangun di pagi hari karena tidak ada yang membangunkan dapat mengatur alarm sesuai waktu yang diinginkan, apabila peserta didik masih kesulitan maka mengubah mindset untuk dibangunkan oleh orang lain itu harus diubah karena peserta didik harus membiasakan diri untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab terhadap diri sendiri. d) saling menunggu teman, peserta didik dapat mengatur waktu secara lebih rasional. Apabila teman menginginkan untuk berangkat bersama maka keduanya harus memperkirakan waktu yang lebih cepat dan tepat untuk menghindari keterlambatan. e) terjebak kemacetan, peserta didik dapat mengatur waktu untuk menghindari kemacetan seperti berangkat lebih awal pada saat lalu lintas masih belum padat.

Penelitian dilakukan dalam kurun waktu 1 bulan sejak tanggal 25 Februari s/d 25 Maret 2023 untuk melihat hasil setelah dilakukan konseling kelompok. Berdasarkan hasil konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*, 7 peserta didik dapat mengubah perilaku keterlambatan setelah menerima layanan konseling kelompok dan 2 peserta didik masih terlambat beberapa kali ke sekolah dengan alasan belum bisa manajemen waktu. Berdasarkan hasil penelitian 2 peserta didik yang masih mengalami keterlambatan telah menerima sanksi sesuai tata tertib sekolah yaitu membuat karya yang sudah ditentukan dalam tata tertib dan menghafal surah pilihan. Sanksi peserta didik yang melanggar tata tertib juga dikenakan poin sesuai kategori pelanggaran ringan, sedang dan berat. Tindak lanjut guru BK terhadap 2 peserta didik yang masih terlambat ialah memberikan layanan konseling individual.

**Tabel Hasil Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring***

No.	Nama	Kategori	Tindak Lanjut 1	Hasil	Tindak Lanjut 2
1.	AR	Sering	Konseling Kelompok	Tidak terlambat	-
2.	FAA	Sering	Konseling Kelompok	Tidak terlambat	-
3.	DR	Sangat sering	Konseling Kelompok	Masih terlambat	Konseling Individual
4.	MA	Sering	Konseling Kelompok	Tidak terlambat	-
5.	RR	Sangat sering	Konseling Kelompok	Masih terlambat	Konseling Individual
6.	AC	Sering	Konseling Kelompok	Tidak terlambat	-
7.	FZ	Sering	Konseling Kelompok	Tidak terlambat	-
8.	RP	Sangat sering	Konseling Kelompok		-
9.	FAP	Sering	Konseling Kelompok		-

Penelitian di atas sesuai dengan hasil penelitian Brillian Faharuddin. Penelitian tersebut dilatarbelakangi oleh tingginya tingkat keterlambatan siswa masuk sekolah. Tujuan dari penelitiannya adalah untuk menguji ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan pada skor keterlambatan siswa SMPN 1 Campurdarat Tulungagung sebelum dan sesudah penggunaan konseling kelompok *Cognitive Restructuring*. Data keterlambatan diambil dari buku catatan kedisiplinan yang ada pada guru BK. Subyek dalam penelitian ini berjumlah enam siswa. Penelitian ini menggunakan desain *pre-post test one group design*. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisis statistik non-parametrik dengan uji tanda Wilcoxon. Hasil analisis data menunjukkan bahwa T-hitung lebih besar dibanding T-tabel ( $20 > 0$ ). Sementara itu mean skor pre-test sebesar 10 dan mean skor post-tes sebesar 2,67, terdapat penurunan sebesar 7,33. Hal ini berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya penerapan konseling kelompok *Cognitive Restructuring* dapat mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada siswa SMP Negeri 1 Campurdarat Tulungagung.

Penelitian Akhmad Baihaqi juga memiliki kesesuaian dengan penelitian ini. Tujuan dari studi kasus dalam penelitiannya adalah untuk mengetahui; Model keterlambatan peserta didik, faktor penyebab keterlambatan peserta

didik, penanganan tim tatib, guru BK, waka kesiswaan terhadap peserta didik yang datang terlambat, kendala dalam menangani peserta didik yang datang terlambat dan upaya konselor menangani hambatan tersebut, persepsi peserta didik terlambat yang telah mendapatkan penanganan dari konselor, dan hasil dari penanganan guru BK SMK Walisongo 2 Gempol terhadap peserta didik yang datang terlambat. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menggunakan metode studi kasus. Dalam penelitian studi kasus ini teknik pengumpulan data yang digunakan yakni teknik wawancara dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan yaitu triangulasi, baik triangulasi sumber maupun triangulasi teknik. Subjek penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik yang terlambat datang ke sekolah di SMK Walisongo 2 Gempol serta diambil 6 peserta didik yang terlambat 3 kali berturut-turut, wawancara oleh 2 Guru BK, dan waka kesiswaan. Hasil penelitian yang diperoleh terkait keterlambatan peserta didik SMK Walisongo 2 Gempol sejumlah 6 peserta didik, dari 6 peserta didik itu diberi penanganan menggunakan teori Gestalt restructuring kognitif melalui konseling kelompok serta konseling individual dengan guru BK. Dari jangka waktu penelitian 1 bulan, 3 dari 6 peserta didik mengulangi keterlambatannya sampai 3

kali berturut-turut. Sehingga peserta didik yang mengulangi keterlambatannya tersebut diberi penanganan oleh konselor berupa konseling individual/konseling kelompok dan jika masih mengulangnya lagi hingga 3 kali, maka konselor akan memanggil orang tua siswa untuk datang ke sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian Sofyan Abdi dkk dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan konseling kelompok berbasis nilai Islam untuk mereduksi perilaku terlambat siswa terbukti efektif. Hal ini didasari oleh hasil uji lapangan yang menunjukkan bahwa setelah mengikuti konseling kelompok berbasis nilai Islam maka perilaku terlambat siswa menjadi berkurang menggunakan teknik *cognitive restructuring*, terbukti dari hasil analisis data menggunakan uji beda *wilcoxon*, dari hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh ( $-2.51 < 0.05$ ). walaupun pada uji *one way Anova* menunjukkan nilai sig. ( $.949 > 0,05$ ) yang berarti tidak ada perbedaan secara signifikan tingkat penyesuaian diri siswa pada *pre-test* dan *post-test* kelompok penelitian. (Abdi & Mafirja, 2019)

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan konseling kelompok sangat efektif untuk mengatasi kecenderungan peserta didik berpikir irasional yang menyebabkan perilaku buruk. Konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* juga dapat membantu peserta didik untuk mengidentifikasi pikiran dan perilaku irasioanl peserta didik dan peserta didik dapat mengubah dan mengevaluasi perilaku buruk seperti keterlambatan ke sekolah. Selain melaksanakan layanan konseling kelompok, guru BK memberikan tindak lanjut berupa konseling individual, pemanggilan orangtua dan upaya kolaborasi dengan pihak lainnya untuk

mengatasi perilaku terlambat peserta didik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., & Mafirja, S. (2019). Pelaksanaan Konseling Kelompok menggunakan Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa SMA Dayah Inshafudin Banda Aceh. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 46–52.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Anufia, B., & Alhamid, T. (2019). *Instrumen pengumpulan data*.
- Baihaqi, A., & Utami, R. (2020). Menurunkan Perilaku Siswa Terlambat Masuk Sekolah Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturing Kognitif. *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 37(1), 23–31.
- Budiasih, I., & Nyoman, G. A. (2014). Metode Grounded Theory dalam riset kualitatif. *Jurnal Ilmiah Akuntansi Dan Bisnis*, 9(1), 19–27.
- Fadliyani, R. (2019). *Upaya Guru BK Dalam Mengurangi Perilaku Terlambat Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individu Di Kelas XI MAS PAB I Sampali* [PhD Thesis]. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Faharuddin, B., Khusumadewi, A., Pd, S., & Pd, M. (2017). Penerapan Konseling Kelompok Cognitive Restructuring Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Terlambat Masuk Sekolah Di SMP Negeri 1 Campurdarat Tulungagung. *Www.e-Jurnal.Com/2017/06/Penerapan-*

*Konseling-Kelompokcognitive.*

*Html Diakses Pada, 19.*

- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 69–84.
- Hidayatin, U. (2017). PENERAPAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MENGURANGI GEJALA DISSOCIATIVE TRANCE DISORDER SISWA SMAN 1 KADEMANGAN. *Cendekia: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 11(1), 45–50.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–151.
- Pujaastawa, I. B. G. (2016). Teknik wawancara dan observasi untuk pengumpulan bahan informasi. *Universitas Udayana*, 4.
- Purwaningsih, D. A., & Lianasari, D. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok CBT Teknik Biblioterapi untuk Meningkatkan Kemampuan Manajemen Waktu. *Prosiding University Research Colloquium*, 204–208.
- Risianti, D. H., & Fathurrochman, I. (2020). *Penilaian Konseling Kelompok*. Deepublish.
- Yulianti, F., Elita, Y., & Afriyati, V. (2018). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Perilaku altruistik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 24–35.



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**  
**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991  
e-mail: [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id); web: [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

---

## PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

**Judul** secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

**Nama-nama penulis** ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

**Alamat instansi** penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

**Abstrak** ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

**Kata kunci** (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

**Daftar Pustaka** ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>REALITA JURNAL</b>	<b>VOLUME 8</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2023</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	---------------------	--------------------	-----------------------------	--



*Alamat Redaksi:*

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram  
Telp. (0370) 638991  
Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)  
Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

