



Peran Guru Bk Memberikan Konseling Individu Dengan Teknik *Self Talk* Untuk Mengurangi Perilaku *School Truancy* Pada Peserta Didik Kelas X Smk Muhammadiyah 2 Klaten Utara Tahun Pelajaran 2024/2025

Liya Purwaningsih¹, Lydia Ersta Kusumaningtyas², Eko Adi Putro³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP Universitas Slamet Riyadi Surakarta

Received: 26 Desember 2025
Revised: 31 Desember 2025
Accepted: 02 Januari 2026

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor penyebab perilaku *School Truancy*, serta bagaimana peran Guru Bimbingan dan Konseling memberikan layanan konseling individu dengan teknik *Self Talk* untuk mengurangi perilaku *School Truancy* pada peserta didik kelas X SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara tahun pelajaran 2024/2025. *School Truancy* adalah membolos sekolah tanpa adanya alasan yang sah atau dibenarkan, yang berdampak negatif terhadap proses dan hasil belajar peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Subyek dalam penelitian ini adalah Guru Bimbingan dan Konseling serta peserta didik kelas X di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *School Truancy* pada peserta didik dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kondisi keluarga, lingkungan sekolah, pengaruh teman sebaya, dan media hiburan. Guru BK berperan penting melalui layanan konseling individu dengan pendekatan *Self Talk*, yang terbukti mampu membantu siswa mengidentifikasi, memahami, dan mengubah pola pikir negatif menjadi positif. Pendekatan ini membangkitkan kesadaran siswa akan pentingnya kehadiran di sekolah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program bimbingan dan konseling di sekolah dalam rangka meningkatkan perilaku positif peserta didik.

Keywords: *Konseling Individu, Self Talk, School Truancy*

(*) Corresponding Author: liyapurwaningsih12@gmail.com

How to Cite: Purwaningsih, L., Kusumaningtyas, L., & Putro, E. (2026). Peran Guru Bk Memberikan Konseling Individu Dengan Teknik *Self Talk* Untuk Mengurangi Perilaku *School Truancy* Pada Peserta Didik Kelas X Smk Muhammadiyah 2 Klaten Utara Tahun Pelajaran 2024/2025. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 12(1.D), 172-176. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/13679>.

PENDAHULUAN

Kehadiran peserta didik di sekolah merupakan aspek fundamental dalam pencapaian tujuan pendidikan. Ketidakhadiran yang disengaja atau dikenal dengan istilah *School Truancy* menjadi salah satu bentuk perilaku menyimpang yang mengganggu proses pembelajaran dan pencapaian akademik peserta didik (Baskerville, 2021). Perilaku ini, jika tidak segera ditangani, berpotensi menyebabkan keterlambatan pemahaman materi, penurunan motivasi belajar, hingga kemungkinan dikeluarkan dari sekolah.

Peserta didik SMK, yang mayoritas berusia 15–17 tahun, berada dalam fase perkembangan remaja yang ditandai dengan pencarian jati diri dan emosi yang belum stabil. Dalam tahap ini, mereka cenderung mengalami konflik internal maupun eksternal, seperti tekanan akademik, pengaruh teman sebaya, serta permasalahan dalam keluarga (Musa & Agi, 2024). Permasalahan ini sering kali menjadi pemicu perilaku *School Truancy*.

Fenomena *School Truancy* juga ditemukan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, salah satu peserta didik menunjukkan pola tidak masuk sekolah tanpa alasan yang jelas, keluar kelas saat pembelajaran, serta beralasan palsu

untuk tidak hadir. Kasus ini mencerminkan perlunya perhatian khusus dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Dalam konteks ini, Guru BK sebagai tenaga pendidik profesional memiliki peran penting dalam memberikan layanan konseling yang tepat guna membantu peserta didik menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang dialaminya. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam layanan konseling individu adalah teknik *Self Talk* yang bertujuan membentuk kesadaran diri dan pola pikir positif.

Teknik *Self Talk* memungkinkan peserta didik untuk berbicara kepada dirinya sendiri dengan kalimat-kalimat positif yang dapat mengubah persepsi dan mendorong tindakan adaptif. Penerapan teknik ini telah terbukti efektif dalam berbagai penelitian sebelumnya untuk meningkatkan kesadaran diri dan mengurangi perilaku menyimpang (Seligman & Reichenberg, 2010).

Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini berfokus pada bagaimana Guru BK memberikan layanan konseling individu teknik *Self Talk* secara terstruktur kepada peserta didik yang mengalami *School Truancy*. Strategi ini mencakup tahap pengenalan masalah, penguatan kesadaran diri, hingga penanaman komitmen untuk berubah.

Penelitian ini juga bertujuan mengungkap faktor-faktor penyebab perilaku *School Truancy* dari perspektif peserta didik dan Guru BK. Faktor tersebut dapat berasal dari keluarga, sekolah, teman sebaya, hingga pengaruh media hiburan. Setiap faktor dipahami sebagai bagian dari sistem yang saling memengaruhi perilaku peserta didik.

Melalui teknik wawancara mendalam dan observasi, penelitian ini memperoleh gambaran utuh tentang proses konseling yang dijalankan serta hasil yang dicapai. Guru BK berperan tidak hanya sebagai pemberi layanan, tetapi juga sebagai fasilitator perubahan perilaku.

Dengan demikian, artikel ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru BK, praktisi pendidikan, dan peneliti lain yang memiliki perhatian terhadap pengembangan layanan bimbingan di sekolah. Penanganan perilaku *School Truancy* perlu pendekatan yang holistik, humanis, dan berbasis pada pemahaman mendalam terhadap kondisi peserta didik.

METODE

Berdasarkan fenomena masalah yang peneliti angkat dalam penelitian ini maka peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Yellasmi, (2022:10) Metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat alamiah dengan teknik pengumpulan data berupa triangulasi yaitu gabungan observasi, wawancara serta dokumentasi yang bertujuan untuk memahami makna, keunikan dan menemukan hipotesis secara mendalam.

Dari pengertian diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang di dapat melalui proses observasi, wawancara dan dokumentasi sehingga menghasilkan kata kata tertulis dengan orang sebagai obyek dalam penelitian dan perilaku yang diamati serta merupakan fenomena dalam penelitian. Oleh karena itu maka pendekatan kualitatif dalam penelitian ini ialah menemukan masalah dengan menggunakan metode deskriptif.

Dalam penelitian ini, peneliti memanfaatkan observasi terhadap layanan konseling individu yang diberikan oleh Guru Bimbingan Konseling (BK) dengan menerapkan teknik *Self Talk*. Peserta didik yang menjadi fokus penelitian telah ditentukan sebelumnya sebelum peneliti turun ke lapangan. Peserta didik tersebut telah terindikasi melakukan perilaku *School Truancy* di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara. Penelitian ini bertujuan untuk memahami

lebih dalam mengenai dinamika perilaku tersebut dan bagaimana pendekatan konseling dapat memberikan kontribusi positif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *School Truancy* pada peserta didik dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, tekanan teman sebaya, dan media hiburan. Hal ini sesuai dengan pendapat George Mathew (2006) yang menyatakan bahwa ketidakhadiran siswa secara disengaja sering kali bersumber dari latar belakang rumah yang tidak mendukung, suasana sekolah yang tidak kondusif, dan pengaruh lingkungan sosial yang negatif.

Faktor keluarga terlihat dari kondisi peserta didik yang berasal dari keluarga broken home dan merasa kurang diperhatikan oleh orang tua. Dalam wawancara dengan salah satu peserta didik, ia mengaku lebih senang berada di luar rumah atau bermain game daripada di sekolah karena merasa tidak ada yang peduli padanya. Situasi ini menunjukkan adanya kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi (Musa & Agi, 2024).

Lingkungan sekolah juga mempengaruhi perilaku membolos. Peserta didik mengeluhkan beberapa mata pelajaran yang dirasa membosankan dan guru yang dinilai tidak memahami siswa. Hal ini membuat siswa merasa tidak betah dan mencari pelarian di luar sekolah. Lingkungan sekolah yang kurang mendukung secara psikologis berperan besar dalam memperparah perilaku *truancy* (Prayitno & Erman, 2009).

Selain itu, tekanan dari teman sebaya menjadi faktor pendorong kuat dalam perilaku *truancy*. Peserta didik mengaku sering diajak temannya untuk membolos dan bermain PlayStation. Ketergantungan terhadap kelompok sebaya dan keinginan untuk diterima menjadi alasan siswa mengikuti ajakan tersebut tanpa berpikir panjang (Mathew, 2006).

Dalam upaya mengatasi hal ini, Guru BK di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara memberikan layanan konseling individu dengan teknik *Self Talk*. Teknik ini dilakukan dalam tiga sesi konseling yang masing-masing memiliki fokus berbeda, mulai dari menggali permasalahan, menanamkan kesadaran, hingga membentuk pola pikir baru yang positif.

Pada sesi pertama, Guru BK membantu peserta didik mengidentifikasi masalah yang dihadapi, terutama dalam kaitannya dengan motivasi dan sikap terhadap sekolah. Sesi ini menekankan pada pembentukan hubungan yang empatik dan terbuka. Konselor juga menjelaskan pentingnya kehadiran di sekolah dan dampak dari perilaku membolos secara jangka panjang.

Sesi kedua difokuskan pada pemberian afirmasi positif melalui *Self Talk*. Peserta didik diajarkan untuk membentuk kalimat positif yang bisa digunakan saat merasa malas atau enggan masuk sekolah. Kalimat seperti "saya mampu berubah", "hadir di sekolah membuat saya lebih siap menghadapi masa depan" menjadi bagian dari upaya pembentukan persepsi baru.

Sesi ketiga menekankan pada refleksi dan komitmen. Guru BK bersama peserta didik membuat rencana kehadiran dan target kehadiran selama satu bulan. Evaluasi dilakukan bersama dan diberikan penghargaan secara verbal jika peserta didik mampu mempertahankan kedisiplinan kehadiran.

Hasil dari ketiga sesi menunjukkan adanya perubahan perilaku pada peserta didik. Kehadiran di sekolah meningkat, interaksi sosial menjadi lebih positif, dan peserta didik menunjukkan minat lebih besar dalam mengikuti pelajaran. Guru BK mencatat adanya kemajuan dalam pemahaman peserta didik terhadap tanggung jawabnya sebagai siswa.

Secara keseluruhan, pendekatan konseling individu teknik *Self Talk* terbukti efektif dalam mengurangi perilaku *School Truancy*. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang humanis dan reflektif mampu menstimulasi perubahan internal dalam diri peserta didik, terutama bila dilakukan secara konsisten dan disesuaikan dengan kondisi psikologis masing-masing individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Muhammadiyah Klaten Utara terhadap peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam memberikan konseling individu dengan menggunakan teknik *Self Talk* guna mengurangi perilaku *School Truancy*, dapat disimpulkan bahwa Guru BK memiliki peran yang sangat signifikan dalam membantu peserta didik memahami dan merefleksikan perilaku mereka sendiri. Melalui pendekatan konseling individu, Guru BK mampu membangun hubungan empati dan komunikatif yang mendalam dengan peserta didik, menciptakan ruang yang aman untuk eksplorasi diri, serta membantu siswa mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif yang menjadi dasar perilaku *School Truancy*.

Teknik *Self Talk* yang diterapkan dalam proses konseling individu terbukti efektif dalam mengarahkan siswa untuk mengganti dialog internal yang negatif menjadi lebih positif dan konstruktif. Hal ini berdampak pada meningkatnya motivasi belajar dan rasa tanggung jawab siswa terhadap kehadiran di sekolah. Guru BK tidak hanya berperan sebagai fasilitator perubahan perilaku, tetapi juga sebagai pembimbing yang mendorong siswa untuk memiliki kesadaran diri (*self awareness*) dan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, penulis menyarankan agar guru BK secara konsisten menerapkan teknik *Self Talk* dalam layanan konseling individu, khususnya bagi peserta didik yang menunjukkan gejala perilaku *School Truancy*. Teknik ini terbukti mampu membangun kesadaran diri dan motivasi internal peserta didik dalam mengubah sikap dan kebiasaan negatif menjadi lebih produktif dan bertanggung jawab.

Sekolah juga disarankan untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih ramah dan suportif. Guru mata pelajaran perlu bersinergi dengan guru BK untuk mengidentifikasi siswa yang mengalami hambatan kehadiran dan segera memberikan intervensi yang tepat.

Selain itu, orang tua juga perlu dilibatkan dalam proses bimbingan yang diberikan oleh sekolah. Kolaborasi antara guru BK dan orang tua sangat penting dalam memantau perkembangan peserta didik, terutama bagi siswa yang berasal dari keluarga dengan permasalahan emosional atau sosial. Orang tua diharapkan dapat memberikan perhatian lebih dan dukungan yang dibutuhkan anak dalam menjalani proses belajar di sekolah.

Bagi peserta didik, penanaman nilai tanggung jawab dan kesadaran terhadap pentingnya pendidikan perlu terus dilakukan melalui kegiatan pembinaan karakter. Peserta didik perlu diarahkan agar mampu membedakan pengaruh positif dan negatif dari lingkungan sekitar, serta mampu mengambil keputusan yang bijak dalam kehidupan sehari-hari.

Terakhir, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan subjek yang lebih luas dan pendekatan yang lebih variatif. Penelitian lanjutan juga bisa menggali lebih dalam tentang dampak jangka panjang konseling terhadap perubahan perilaku siswa secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Afkarina, A. S. (2022). Peran konseling individu dalam mengatasi perilaku membolos siswa MTs Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi. *Skripsi*. Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi.
- Baskerville, D. (2021). Mattering; changing the narrative in secondary schools for youth who truant. *Journal of Youth Studies*, 24(6), 834–849. <https://doi.org/10.1080/13676261.2020.1772962>
- Fillianto, A., & Ernawati, S. (2022). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Siswa SMA Negeri 1 Ngemplak. *Jurnal Senriabdi*, 2, 339–534.
- Kurniawati, F. N. A. (2022). MENINJAU PERMASALAHAN RENDAHNYA KUALITAS PENDIDIKAN DI INDONESIA DAN SOLUSI. *Academy of Education Journal*, 13(1), 1–13. <https://doi.org/10.47200/aoej.v13i1.765>
- Mathew, G. (2006). *The Problems Of Truancy*. New Delhi, India. Dominant Publishers.
- Musa, M., & Agi, C. (2024). Influence of truancy on academic performance of senior secondary school students in Port Harcourt Metropolis: Implication for counselling. *International Journal of Education and Evaluation*, 10(3), 276–285.
- Prayitno, & Erman. (2009). *Layanan bimbingan dan konseling di sekolah*. Rineka Cipta.
- Yellasm, Y., Latif, S., & Mannenni, R. (2022). Layanan Konseling Individu Teknik Self Management untuk Mengurangi Kecanduan Smartphone di SMK Negeri 1 Padang Panjang Sumatera Barat. *JURNAL PEMIKIRAN DAN PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN*, 4(1), 561–467.