

**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* lansung 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 Demontrasi 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

## PENGARUH TEKNIK KONSELING *BEHAVIORISTIK* TERHADAP PERILAKU MENUNDA TUGAS SISWA MTS LOMBOK TENGAH

Oleh:

**Aluh Hartati**

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

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

**Abstrak.** Konseling behavioristik merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada siswa yang memiliki masalah, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak. Sedangkang Perilaku Menunda Menyelesaikan Tugas atau kata lain dari prokrastinasi adalah suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, berulang-ulang secara sengaja, dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subjektif dirasakan oleh seseorang procrastinator. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada Pengaruh Teknik Konseling Behavioristik Terhadap Perilaku Menunda Tugas Pada Siswa MTs Lombok Tengah. Teknik pengumpulan data menggunakan metode angket, wawancara, observasi dan dokumentasi. Metode analisis data menggunakan rumus *t*-*tes*. Hasil penelitian diperoleh 7,182 pada taraf signifikansi 5% dengan db 5 hasilnya adalah 2,571, ini menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $7,182 > 2,571$ ) dengan demikian hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima.

**Kata Kunci:** Teknik Konseling Behavioristik, Perilaku Menunda Tugas

### PENDAHULUAN

Sikap menunda yang sering dilakukan oleh para remaja diakibatkan oleh banyak hal seperti: kurangnya perhatian dari guru, orang tua maupun orang-orang di lingkungannya yang berupa dukungan atau semangat untuk mengerjakan tugas-tugasnya. Sikap menunda atau yang sering disebut dengan prokrastinasi, khususnya pada siswa MTs atau sederajatnya lebih mengarah pada tindakan penundaan yang tidak bertujuan berakibat buruk dan menimbulkan masalah bagi dirinya sendiri dan berdampak buruk untuk kelangsungan prestasi belajar selanjutnya.

Konseling behavioristik terhadap perilaku menunda menekankan pada upaya perubahan perilaku yang tampak pada diri siswa dimana seorang konselor memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa yang memiliki perilaku menunda serta masalah tersebut didiskusikan secara bersama untuk mencari penyelesaian masalahnya. Untuk

menjadikan pribadi yang memiliki perilaku yang bertanggung jawab terhadap tugas-tugasnya dibutuhkan konseling behavioristik yang memperhatikan kebutuhan-kebutuhan siswa didalam mengerjakan tugas-tugasnya. Seperti memberikan motifasi, dan memberikan perhatian yang lebih supaya siswa merasa dihargai.

Perilaku menunda menyelesaikan tugas merupakan suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting. Tingkah laku berkembang dipengaruhi oleh faktor lingkungan, karena kekayaan lingkungan akan merupakan pendukung bagi perkembangan yang dicapai dengan proses meniru.

Dengan demikian remaja yang berasal dari lingkungan yang berbeda juga akan berbeda-beda pula pola tingkah lakunya. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya

perilaku menunda atau prokrastinasi sangat mempengaruhi hasil belajar. siswa dapat saling memotivasi dengan saling mengingatkan, saling membantu, dan saling berkolaborasi dalam menyelesaikan tugas. Semakin tinggi prestasi belajar siswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik siswa. Dari observasi yang dilakukan sejak awal di MTs di Lombok Tengah dan informasi dari dewan guru serta khususnya guru BK pada saat observasi ditemukan masalah tersebut yaitu: beberapa siswa melakukan perilaku menunda menyelesaikan tugas yang mengakibatkan siswa tersebut tidak naik kelas.

#### **KAJIAN PUSTAKA**

Perilaku menunda atau juga disebut prokrastinasi merupakan perilaku seseorang yang suka mengulur waktu dan merasa malas mengerjakan suatu pekerjaan sehingga pekerjaan yang dikerjakan tidak tepat waktu. Menurut Ghufron & Rini (2014:153) berpendapat “suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, berulang-ulang secara sengaja, dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subjektif dirasakan oleh seseorang procrastinator” dan berpendapat “Prokrastinasi akademik dan non-akademik sering menjadi istilah yang digunakan oleh para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas di atas. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Berdasarkan beberapa pendapat di atas disimpulkan bahwa perilaku menunda menyelesaikan tugas adalah perilaku yang negatif yang merugikan bagi seorang yang memiliki perilaku menunda dan membuat kondisi fisik menjadi lebih buruk karena bermalas-malasan.

Untuk bertahan hidup manusia membutuhkan bersosialisasi, baik itu di lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat, sehingga banyak factor yang mempengaruhi sikap atau perilaku seseorang di dalam kehidupannya. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku menunda atau prokrastinasi dapat dikategorikan menjadi dua macam menurut Ghufron&Rini (2014) menyebutkan (1) internal, (2) eksternal. Perilaku menunda menyelesaikan tugas merupakan perilaku yang tidak baik tentunya memiliki ciri-ciri, seperti yang dikatakan Ghufron & Rini (2014:158-159) menyebutkan “(1) Penundaan untuk mulai dan menyelesaikan tugas, (2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, (4) melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan.

Perilaku menunda menyelesaikan tugas merupakan suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting. Tingkah laku berkembang dipengaruhi oleh faktor lingkungan, karena kekayaan lingkungan akan merupakan pendukung bagi perkembangan yang dicapai dengan proses meniru. Dengan demikian remaja yang berasal dari lingkungan yang berbeda juga akan berbeda-beda pula pola tingkah lakunya. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya perilaku menunda atau prokrastinasi sangat mempengaruhi hasil belajar. siswa dapat saling memotivasi dengan saling mengingatkan, saling membantu, dan saling berkolaborasi dalam menyelesaikan tugas. Semakin tinggi prestasi belajar siswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik siswa.

Konseling behavioristik merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada siswa yang memiliki

masalah, seperti masalah perilaku yang maladaptif. Konseling behavioristik membantu menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif dengan mengikuti teknik-teknik dalam konseling behavioristik. “konseling behavior tidak dapat dipisahkan dengan riset-riset perilaku belajar pada binatang”. Sebagaimana yang dilakukan Ivan Pavlov (abad ke-19) dengan teorinya *classical conditiong*. Sebagaimana dalam pandangan behaviorial, kepribadian manusia itu pada hakikatnya adalah perilaku seperti “perilaku yang dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya” (Akib, 2013).

Sebelum melaksanakan konseling seorang konselor harus menentukan teknik-teknik dalam proses konseling. (Willis, 2013:71-74) menyebutkan bahwa konseling behavioristik mempunyai teknik-teknik sebagai berikut: (1) Desensitisasi sistematis (*systematic desensitization*), (2) *Assertive training*, (3) *Aversion therapy*, (4) *Home-work*. Setiap kegiatan tentunya memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam setiap pelaksanaannya, seperti halnya dalam kegiatan konseling behavioristik, tujuan utama konseling behavioristik adalah berusaha menghapus/menghilangkan perilaku maladaptif untuk diganti dengan perilaku baru, yaitu perilaku adaptif yang diinginkan konseli. Oleh karena itu, tujuan yang sifatnya umum harus dijabarkan ke dalam perilaku yang spesifik, diinginkan oleh konseli, konselor mampu dan bersedia membantu mencapai tujuan tersebut, dan dirumuskan secara spesifik. Konselor dan konseli bersama-sama menetapkan, merumuskan tujuan-tujuan khusus konseling berdasarkan ahli tersebut bahwa konseling behavioristik memiliki kegunaan untuk melatih siswa merubah perilaku yang maladaptif menjadi perilaku yang diinginkan.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian erat hubungannya dengan prosedur, teknik, alat, serta desain penelitian yang digunakan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dalam bentuk metode eksperimen dengan jenis metode *pre-eksperimental design* dengan menggunakan bentuk rancangan/desain *one group pree test dan post test design*. Penelitian ini menggunakan bentuk desain/rancangan penelitian *one group pree test dan post test design* dimana dalam rancangan ini terdapat satu kelompok subyek yaitu kelompok eksperimen sebagai kelompok yang diberikan perlakuan (*Treatment*). Pertama-tama dilakukan pengukuran terhadap kelompok eksperimen, lalu dikenakan perlakuan (*Treatment*) berupa layanan konseling behavioristik dalam jangka waktu tertentu, kemudian dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan hasil *pree test* sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) dengan *post test* setelah diberikan perlakuan (*Treatment*).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MTs. Negeri 2 Lombok Tengah dengan jumlah 101 siswa. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (Sugiyono, 2013). Sehubungan dengan penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah “(*Purposive Sampling*) adalah suatu cara pengambilan sampel yang berdasarkan pada pertimbangan dan atau tujuan tertentu” (Zaenal, 2012). Dengan cara menyebarkan angket tentang perilaku menunda kepada seluruh kelas VII. Dari hasil tersebut peneliti memberikan skor yang masing-masing diberi nilai tinggi, sedang, rendah. Dari hasil tersebut maka peneliti menemukan 6 siswa yang memiliki perilaku menunda tergolong tinggi.

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang diukur di dalam proses penelitian. Dalam buku Metode Penelitian dijelaskan bahwa instrumen merupakan “komponen kunci dalam suatu penelitian” (Zaenal, 2012). Sedangkan menurut pendapat lain dijelaskan bahwa instrumen penelitian “digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti” (Sugiyono, 2011). Berdasarkan pendapat di atas, maka yang dimaksud dengan instrumen adalah alat yang digunakan untuk memperoleh data tentang objek yang diteliti. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah angket tentang perilaku menunda menyelesaikan tugas meliputi: (1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, (4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Dalam suatu penelitian ilmiah sudah tentu melalui proses analisis data untuk mendapatkan hasil penelitian yang representatif. Dalam memproses data memerlukan beberapa langkah terutama yang berkaitan dengan masalah subyek dan obyek penelitian yang diperoleh dari hasil pengumpulan data melalui dokumentasi. Metode analisis data merupakan tata cara yang harus diikuti atau digunakan oleh peneliti dalam rangka menganalisis data yang sudah dikumpulkan untuk memperoleh kesimpulan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, data yang diperoleh melalui angket dianalisis dengan menggunakan rumus *t-test*, akan tetapi sebelum data-data tersebut dianalisis menggunakan rumus statistik *t-test*, peneliti terlebih dahulu melakukan tabulasi atas jawaban angket yang sudah terkumpul. Dari hasil penentuan sampel yang didapatkan dari penyebaran angket

*pre-test*, selanjutnya peneliti melakukan layanan konseling kelompok dengan teori behavioristik kepada 6 siswa (sampel). Pelaksanaan konseling kelompok dengan teori behavioristik dilaksanakan tanggal 11-25 Oktober 2022. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teori behavioristik telah diberikan terhadap 6 siswa yang bermasalah dengan perilaku menunda menyelesaikan tugas, setelah pemberian konseling, peneliti memberikan angket *post-test* kepada sampel penelitian tanggal 29 Oktober 2022 untuk dijadikan bahan perbandingan dari angket *pre-test*. Jelaslah bahwa sebelum memberikan atau perlakuan dilaksanakan, terlebih dahulu peneliti menyebarkan angket *pre test*, karena dalam penelitian ini menggunakan *one group pre test* dan *post test design*. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui akibat dari perlakuan atau *treatment* yang akan diberikan yaitu dengan membandingkan skor angket setelah pelaksanaan konseling dalam bentuk konseling kelompok dengan teori behavioristik sebagai perlakuan yang diberikan. Pada tabel di atas merupakan perbandingan dari hasil penjarangan angket *pre test* dan *post test* yang dilakukan untuk mendapatkan hasil yang kemudian akan dimasukkan ke dalam rumus *T-test*.

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dua kali sebelum dan sesudah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik. Karena dalam penelitian ini menggunakan *one group design*, maka dalam penelitian ini menggunakan satu kelompok eksperimen (*one-group design*). Dengan demikian, bahwa pelaksanaan Konseling Behavioristik mempunyai peranan penting yang positif dalam membantu siswa yang mengalami masalah Perilaku Menunda Menyelesaikan Tugas yang tergolong tinggi Pada Siswa MTs Negeri 2 Lombok Tengah. Oleh karenanya pihak yang terkait dalam pelaksanaan konseling

behavioristik ini seperti guru BK, hendaknya giat melaksanakan konseling behavioristik dan melakukan kerjasama yang baik antara guru, siswa maupun wali murid serta dilakukan secara terus-menerus dan terprogram, karena terbukti bahwa layanan konseling behavioristik membantu siswa yang mengalami masalah perilaku menunda menyelesaikan tugas yang tergolong tinggi, diharapkan kepada siswa sebagai subyek pelaku, hendaknya betul-betul memanfaatkan layanan konseling behavioristik yang ada di sekolah.

Dengan demikian bahwa pelaksanaan konseling kelompok mempunyai peranan yang positif dalam mengurangi Perilaku Menunda Menyelesaikan Tugas Siswa MTs Negeri 2 Lombok Tengah, dengan kata lain semakin maksimal dan sering serta terprogram pelaksanaan konseling behavioristik di sekolah, maka semakin meningkat kemampuan siswa untuk memperbaiki perilaku yang tidak diinginkan seperti perilaku menunda menyelesaikan tugas.

#### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data bahwa: Ada Pengaruh Teknik Konseling Behavioristik Terhadap Perilaku Menunda Menyelesaikan Tugas Pada Siswa MTs Lombok Tengah Kab. Lombok Tengah. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yaitu: nilai ( $t$  hitung sebesar  $7,182 > t$  tabel  $2,571$ ) maka hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Kepala Sekolah, supaya lebih memperhatikan pasilitas yang dibutuhkan oleh guru bimbingan dan konseling demi terlaksananya konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik bagi siswa-siswi di MTs Lombok Tengah Kab. Lombok Tengah. Kepada Guru BK, supaya kreatif dan cepat tanggap untuk mengadakan konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik untuk

membantu dalam mengurangi perilaku menunda menyelesaikan tugas pada siswa. Kepada peneliti lain, berminat meneliti kembali tentang masalah ini, agar mengadakan penelitian yang lebih mendalam dan lebih luas khususnya mengenai aspek-aspek yang belum terungkap dalam penelitian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Z. 2013. *Konseling Kesehatan Mental (Untuk: Mahasiswa, Guru, Konselor, Dosen)*. Bandung: CV YRAMA WIDYA
- Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. *Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP untuk Konselor Sekolah*. LPP Mandala. Mataram
- Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. *Penerapan Teknik Structure Learning Approach dalam Meningkatkan Self Advocacy Mahasiswa Prodi BK IKIP Mataram*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 1 No 2 Edisi Oktober 2016. Hal 117 – 127. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
- Hariadi Ahmad dan Dini Kurnia. 2017. *Pengaruh Teknik Biblio Edukasi Terhadap Rasa Rendah Diri Pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 8 Mataram*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 2 No 1 Edisi April 2017. Hal 194 – 202. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
- Hariadi Ahmad, Ahmad Zainul Irfan dan Dedi Ahlufahmi. 2020. *Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Siswa*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 5 No 1 Edisi April 2020. Hal 950 – 966. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan

- Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Aluh Hartati dan Jessica Festy Maharani. 2020. *Pengaruh Dukungan Psikologis Awal pada Remaja dalam Pencegahan Covid 19*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 5 No 2 Edisi Oktober 2020. Hal 1091 – 1106. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Aluh Hartati, dan Nuraeni. 2018. *Penerapan Teknik Structure Learning Approach (SLA) dalam Meningkatkan Kesadaran Empati Diri Siswa Madrasah Aliyah Al Badriyah*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 3 No 2 Edisi Oktober 2018. Hal 600 – 605 Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.
- Hariadi Ahmad, dan Lalu Andry Adifa Maulana. 2019. *Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Berfikir Positif Siswa SMPN 16 Mataram*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 4 No 1 Edisi April 2019. Hal 727 – 741. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.
- Hariadi Ahmad, dan Yolana Oktaviani. 2019. *Pengaruh Teknik Self Instruction Terhadap Harga Diri Siswa Kelas Kelas XI di SMK Negeri 1 Lingsar Kabupaten Lombok Barat*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 4 No 2 Edisi Oktober 2019. Hal 806 – 815. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.
- Hariadi Ahmad, Lidya Wurru dan Jessica Festy Maharani. 2021. *Hubungan antara Keharmonisan Keluarga dengan Perilaku Agresif pada Siswa Madrasah Aliyah Raudlatussshibyan NW Belencong*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1205 – 1212. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Mustakim dan Syafaruddin. 2018. *Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Berfikir Positif Siswa Kelas VIII SMP Negeri Seteluk Kabupaten Sumbawa Barat*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 3 No 1 Edisi April 2018. Hal 482 – 494. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
- Hariadi Ahmad. 2013. *Pengembangan Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP*. Malang. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Malang. (Tesis, Tidak diterbitkan)
- Hariadi Ahmad. 2021. *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 2 Edisi Oktober 2021. Hal 1354 – 1364. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad. 2022. *Pengaruh Media Visual terhadap Sikap Kemandirian SMA di Kabupaten Lombok Barat*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 7 No 1 Edisi April 2022. Hal 1508 – 1514. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

- Hasrul dan Hariadi Ahmad. 2021. *Mereduksi Prasangka Etnik Siswa dengan Teknik Restructuing Cognitive Suatu Krangka Konseptual*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1213 – 1222. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Rini & Ghufron. 2014. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: PT Ar-Ruzz Media.
- Sugiyono, 2011. *Metode Penelitian Administrasi (Dilengkapi dengan Metode R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, A. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Willis. 2013. *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabeta.
- Zaenal A. 2012, *Penelitian Pendidikan (Metode dan Paradigma Baru)* Bandung: PT Karya Rosdakarya.



**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)

