

# PENERAPAN KONSELING KELUARGA UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN BELAJAR BURUK PADA SISWA KELAS VIII-D SMP NEGERI 2 BENJENG - GRESIK

**APPLICATION OF FAMILY COUNSELING TO REDUCE THE BAD STUDY HABITS ON EIGHTH D GRADE STUDENT OF JUNIOR HIGH SCHOOL 2 BENJENG – GRESIK.**

**Ima Chusnati**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [imachusnati@yahoo.com](mailto:imachusnati@yahoo.com)

**Wiryono Nuryono, S.Pd M.Pd**

Dosen Program Studi BK, Jurusan PPB, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya  
Email: [n.wiryo@gmail.com](mailto:n.wiryo@gmail.com)

## ABSTRAK

Sekolah dan keluarga sangat mempengaruhi perilaku siswa. Peran utama dipegang oleh guru atau konselor dan orang tua. Di sekolah, siswa harus diberi tugas-tugas tertentu yang harus dikerjakan dan diselesaikan dalam waktu tertentu. Di rumah, siswa atau anak harus mengerjakan tugas lain yang menjadi tanggung jawab seorang anak. Akibatnya sering terjadi kesenjangan antara sekolah dan keluarga. Oleh karena itu, seorang konselor harus mengetahui sistem sekolah dan dinamika kehidupan keluarga supaya dapat menangani permasalahan siswa secara tepat. Dalam hal ini, permasalahan yang diselesaikan adalah kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh siswa.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji penerapan konseling keluarga untuk mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng-Gresik. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-experimental* dengan jenis *one group pre-test* dan *post-test design*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 5 siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng-Gresik yang mempunyai kebiasaan belajar buruk tinggi. Jenis angket yang digunakan angket tertutup dengan 4 alternatif jawaban yaitu selalu, sering, kadang-kadang, dan tidak pernah. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah statistik *non parametric* dengan uji tanda (*sign test*). Setelah diperoleh data hasil dari angket *pre-test* dan *post-test*, maka selanjutnya dapat dilakukan analisis dengan uji tanda, dapat diketahui  $\rho = 0,031$  lebih kecil dari  $\alpha$  sebesar  $5\% = 0,05$ . Dapat diartikan setelah diberikan konseling keluarga siswa mengalami penurunan dalam kebiasaan belajar buruknya. Dari hasil analisis data dapat diketahui ada perbedaan skor antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan konseling keluarga untuk mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng-Gresik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga dapat digunakan untuk mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng-Gresik.

**Kata kunci:** Konseling Keluarga, Kebiasaan Belajar Buruk

## ABSTRACT

*Schools and families greatly influence student behavior. The main role is held by a teacher or counselor and parents. At school, students should be given specific tasks to be undertaken and completed within a certain time. At home, students or children have to work on other tasks that are the responsibility of a child. As a result, often a gap between school and family. Therefore, a counselor must know the school system and the dynamics of family life in order to properly handle the problems of students. In this case, the problem is solved is bad study habits experienced by students.*

*The purpose of this study was to examine the application of family counseling to reduce the bad study habits at eighth D grade students of junior high school 2 Benjeng-Gresik. This research used a pre-experimental study with a type of one group pre-test and post-test design. Subjects in this study amounted to 5 eighth grade D students of junior high school 2 Benjeng-Gresik who have high bad study habits. Type of questionnaire used closed questionnaire with four alternative answers are always, often, sometimes, and never. Analysis of the data used in this study is a non-parametric statistical test with a sign (sign test). After the results of the data obtained from the questionnaire pre-test and post-test, it can be further analyzed with the sign test,  $\rho = 0.031$  knowable less than  $\alpha$  of  $5\% = 0.05$ . Can be interpreted after being given counseling families of students experienced a decline in learning bad habits. From the analysis of the data can be known there is a difference between the scores before and after treatment using family counseling to reduce the bad study habits at the eighth grade D students of junior high school 2 Benjeng-Gresik. It can be concluded that family counseling can be used to reduce the bad study habits at the eighth grade D students of SMP junior high school 2 Benjeng-Gresik.*

**Keywords:** Family Counseling, Bad Study Habits

## PENDAHULUAN

Dalam proses pendidikan, kegiatan belajar merupakan kegiatan inti atau utama yang wajib dilakukan oleh seorang siswa atau pelajar khususnya. Adapun pengertian belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungan (Ahmadi dan Supriyono, 2013:128).

Sedangkan menurut Slameto (2003:02), belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi belajar. Faktor tersebut dikelompokkan menjadi faktor internal dan eksternal. Namun, dalam penelitian ini hanya hanya akan membahas mengenai salah satu masalah belajar yang termasuk dalam kategori faktor internal yaitu tentang kebiasaan belajar. Belajar merupakan tugas seorang siswa, oleh karena itu seorang siswa perlu memiliki kebiasaan belajar yang baik agar dapat mencapai prestasi yang optimal.

Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan. Hasil penelitian yang dilakukan Rosmawati (dalam Amti, 1993), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar. Hal ini berarti siswa yang mempunyai kebiasaan belajar yang baik cenderung memperoleh hasil belajar yang baik.

Menurut Mudjijo (2001:49), kebiasaan belajar buruk adalah enggan atau malas belajar, tidak mau memusatkan perhatian secara penuh kepada masalah yang dipelajari, kurang kerjasama atau menghindari tanggung jawab, sering membolos, datang terlambat, tidak mau mencatat pelajaran, dan tidak teratur dalam kegiatan belajar.

Senada dengan pendapat di atas, menurut Callis (dalam Suradi, 1994:37), kebiasaan belajar buruk yang muncul pada siswa disebabkan karena kurang informasi, kurang pengertian tentang diri sendiri, konflik dalam diri sendiri, dan kurang pengertian tentang lingkungannya serta konflik dengan orang lain. Guru, orang tua, kawan, atau dikekang oleh pacar dan kurang terampil. Akibatnya siswa tidak dapat belajar dengan baik dan akibat yang lain bagi siswa adalah siswa mendapat hukuman dari guru sehingga hasil prestasinya menjadi buruk.

Berdasarkan berita yang dilansir oleh koran sindo menyatakan bahwa dalam proses belajar mengajar 39 siswa setingkat SMP dan SMA di Kotapinang

Kabupaten Labuhanbatu Selatan terjaring razia saat bolos pada jam belajar (<http://www.koran-sindo.com/node/338809>, 27 Mei 2014). Contoh dari kebiasaan belajar buruk yang cukup risikan membuat perilaku kebiasaan belajar buruk perlu penanganan.

Selain itu juga, studi pendahuluan yang dilakukan pada hari jum'at 25 Oktober 2013 melalui wawancara dengan guru BK SMP Negeri 2 Benjeng. Diperoleh data bahwa sekitar 15% sampai 25% pada saat proses belajar mengajar berlangsung, siswa sering kali tidak memperhatikan pelajaran yang disampaikan diantaranya dengan bermain telepon seluler di dalam kelas, terlambat masuk kelas, dan tidak mengerjakan pekerjaan rumah. Dampak dari kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh siswa ini mempengaruhi nilai akademik maupun non akademik. Dari permasalahan tersebut dapat disimpulkan bahwa pada siswa SMP Negeri 2 Benjeng mempunyai masalah belajar. Permasalahan di atas telah memberikan suatu gambaran mengenai kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh siswa. Untuk mengatasi hal tersebut, upaya yang telah dilakukan oleh konselor selama ini hanya berupa konseling individu oleh guru BK tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Jarang sekali, guru BK mengaitkannya dengan kehidupan keluarga.

Dewasa ini keluarga dan sekolah sangat mempengaruhi perilaku remaja. Menurut para pakar konseling keluarga ada empat masalah pokok yang dihadapi oleh remaja dalam keluarga dan sekolah. Pertama, ketidakseimbangan sistem; kedua, gangguan perkembangan; ketiga, gangguan yang bukan perkembangan; keempat; krisis lingkungan (dalam Willis, 2009). Begitu pula dengan kebiasaan belajar buruk yang terjadi oleh siswa, yang dapat dilihat berbagai sudut pandang.

Mengingat penjelasan di atas, agar masalah siswa dapat dibantu pemecohnya, maka guru BK harus turun tangan di kedua sisi tersebut (keluarga dan sekolah). Dalam hal ini kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh siswa dapat dilihat dari sisi keluarga maupun sekolah. Antara sekolah dan keluarga keduanya harus saling mempengaruhi sehingga permasalahan yang dialami oleh siswa dapat terpecahkan dengan baik tidak terkecuali dalam memecahkan permasalahan kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh siswa.

Berdasarkan kajian di atas, dalam penelitian ini untuk membantu siswa mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa maka siswa perlu diberikan konseling keluarga. Menurut Kerr dan Bowen (dalam Corey, 2009) salah satu penyebab masalah individu dapat dipahami dengan melihat peran keluarga sebagai unit emosional. Senada dengan pendapat di atas menurut Goldenberg dan Goldenberg (dalam Corey, 2009) menyatakan bahwa perlunya seorang terapis untuk melihat semua perilaku, termasuk semua gejala

diungkapkan oleh individu, dalam konteks keluarga dan masyarakat.

Untuk memperkuat adanya permasalahan kebiasaan belajar buruk yang disebabkan oleh keluarga maka dalam penelitian ini peneliti mengadakan wawancara kepada guru BK maupun siswa yang bersangkutan pada hari senin 30 Juni 2014 untuk kemudian dianalisis dan dijadikan pedoman dalam penelitian lanjutan penerapan konseling keluarga tersebut.

Menurut Wayne (Nobel 1991) mengemukakan bahwa konseling keluarga merupakan pendekatan psikoterapeutik yang memusatkan pada pengubahan interaksi antara pasangan atau antara keluarga dan sistem antar pribadi yang lain dengan tujuan meringankan masalah yang semula ditimbulkan anggota keluarga secara individu, subsistem keluarga, atau keluarga secara keseluruhan.

Senada dengan pendapat di atas menurut Willis (2011:83) konseling keluarga adalah upaya bantuan yang diberikan kepada individu anggota keluarga melalui sistem keluarga (pembentahan komunikasi keluarga) agar potensinya berkembang seoptimal mungkin dan masalahnya dapat diatasi atas dasar kemauan membantu dari semua anggota keluarga berdasarkan kerelaan dan kecintaan terhadap keluarga.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga merupakan pendekatan psikoterapeutik yang bekerja dengan keluarga, dengan tujuan menyelesaikan masalah yang semula ditimbulkan anggota keluarga secara individu, subsistem keluarga, atau keluarga secara keseluruhan.

Namun dalam penelitian ini intervensi penerapan konseling keluarga terfokus pada siswa yang bermasalah kebiasaan belajar buruk yang dibantu oleh anggota keluarga agar nantinya siswa tersebut dapat mengatasi permasalahannya dengan mampu beradaptasi dalam keluarga.

Selain itu juga pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Adler dimana tujuan dasar dari pendekatan ini adalah mempermudah perbaikan hubungan siswa dan meningkatkan hubungan di dalam keluarga. Mengajarkan siswa bagaimana menyesuaikan diri yang lebih baik terhadap anggota keluarga yang lainnya. Serta mampu memberikan semangat dan dorongan untuk siswa bermasalah.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, penulis mengambil judul penelitian "Penerapan Konseling keluarga untuk Mengurangi Kebiasaan Belajar Buruk Pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng - Gresik". Diharapkan dengan hasil penelitian ini nantinya dapat digunakan sebagai salah satu alternatif bagi tenaga kependidikan khususnya guru

dalam mengarahkan anak didiknya dalam upaya mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa.

## KAJIAN PUSTAKA

### Kebiasaan Belajar Buruk

Menurut Priyanto dan Amti (1994:287), Kebiasaan belajar buruk yaitu kondisi siswa yang kegiatan atau perbuatan belajarnya sehari-hari antagonistik dengan yang seharusnya, seperti suka menunda-nunda tugas, mengulur-ulur waktu, membenci guru, tidak mau bertanya untuk hal-hal yang tidak diketahuinya.

Sedangkan menurut Suradi (1994:33), kebiasaan belajar yang buruk adalah sikap-sikap salah dalam belajar yang dilakukan oleh siswa seperti banyak melakukan aktivitas yang bertentangan, tidak menunjang pekerjaan sekolah, menolak atau malas belajar, kurang berani atau gagal untuk berusaha memusatkan perhatian, kurang kooperatif, menghindari tanggung jawab dan sering membolos.

Hal tersebut senada dengan Mudjiyo (2001:49), kebiasaan belajar buruk adalah enggan atau malas belajar, tidak mau memusatkan perhatian secara penuh kepada masalah yang dipelajari, kurang kerjasama atau menghindari tanggung jawab, sering membolos, datang terlambat, tidak mau mencatat pelajaran, dan tidak teratur dalam kegiatan belajar.

Kartadinata (1998:67), kebiasaan belajar buruk adalah "murid-murid yang kegiatan belajarnya berlawanan atau tidak sesuai dengan seharusnya, seperti suka menunda-nunda tugas, belajar saat akan ujian saja".

Melalui pendapat dari tokoh-tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa kebiasaan belajar buruk adalah enggan atau malas belajar, tidak mau memusatkan perhatian secara penuh kepada masalah yang dipelajari, kurang kerjasama atau menghindari tanggung jawab, tidak mau mencatat pelajaran, dan tidak teratur dalam kegiatan belajar dan belajar saat akan ujian.

### Konseling Keluarga

Menurut Wayne (dalam Nurhayati, 2011) mengemukakan bahwa konseling keluarga merupakan pendekatan psikoterapeutik yang memusatkan pada pengubahan interaksi antara pasangan atau antara keluarga dan sistem antar pribadi yang lain dengan tujuan meringankan masalah yang semula ditimbulkan anggota keluarga secara individu, subsistem keluarga, atau keluarga secara keseluruhan.

Sedangkan menurut Perez (dalam Willis, 2009) "*Family Therapy is an interactive process which seeks to aid the family in regaining a homeostatic balance with which all the members are comfortable. In pursuing this the family therapist operates under certain basic assumptions.*" Dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga adalah suatu proses interaktif untuk membantu keluarga dalam mencapai keseimbangan dimana setiap anggota keluarga merasakan kebahagiaan.

Senada dengan pendapat di atas menurut Foley (dalam Nurhayati, 2011), konseling keluarga adalah

upaya mengubah hubungan dalam keluarga untuk mencapai keharmonisan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga merupakan pendekatan psikoterapeutik yang memusatkan pada pengubahan interaksi antara pasangan atau antara keluarga dan sistem antar pribadi yang lain dengan tujuan meringankan masalah yang semula ditimbulkan anggota keluarga secara individu, subsistem keluarga, atau keluarga secara keseluruhan.

## METODE

Berdasarkan permasalahan penelitian yang berjudul “Penerapan konseling keluarga untuk mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng - Gresik”, maka penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif, dengan menggunakan rancangan *Pre-Eksperimental* dengan menggunakan metode *One Group Pre-test and Post-test Design*, dengan rancangan satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Penelitian ini dikatakan eksperimen semu atau pura-pura karena dalam penelitian ini hanya dilakukan pada satu kelompok saja tanpa adanya kelompok pembanding.

Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengetahui secara langsung dan cepat efek perlakuan dengan angket sebagai alat pengumpul data yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*Pre-test*) dengan menggunakan angket kebiasaan belajar buruk, kemudian diberikan perlakuan dalam jangka waktu tertentu dengan memberikan konseling keluarga. Setelah itu dilakukan pengukuran kembali (*Post-test*) dengan menggunakan angket kebiasaan belajar buruk dengan materi angket yang sama.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Data Hasil *Pre-test*

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng – Gresik yang teridentifikasi memiliki kebiasaan belajar buruk tinggi. Untuk menentukan subyek penelitian, maka dilakukan pengukuran terhadap kebiasaan belajar buruk siswa melalui angket terhadap 23 siswa yang berada di kelas VIII D tersebut.

Pemberian angket *pre-test* bertujuan untuk mengetahui skor kebiasaan belajar buruk siswa sebelum diberikan konseling keluarga untuk kemudian dijadikan sebagai subyek penelitian. Kemudian hasil pengukuran dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu: tinggi, sedang, rendah. Kategori tersebut diperoleh dari penghitungan *Mean* dan *Standart Deviasi* sebagai berikut :

- 1) Kategori tinggi = Mean + 1 SD X  

$$\begin{aligned} \text{Kategori tinggi} &= (\text{Mean} + 1\text{SD}) \text{ ke atas} \\ &= 102,57 + 10,35 \\ &= 112,92 \end{aligned}$$
- 2) Kategori sedang = Mean - 1SD X Mean + 1 SD  

$$\begin{aligned} \text{Dari } (\text{Mean} - 1\text{SD}) \text{ sampai } (\text{Mean} + 1\text{SD}) \\ &= (102,57 - 10,35) \text{ sampai } (102,57 + 10,35) \end{aligned}$$

$$= 92,22 - 112,92$$

- 3) Kategori rendah = X Mean - 1 SD  

$$\begin{aligned} \text{Kategori rendah} &= (\text{Mean} - 1\text{SD}) \text{ ke bawah} \\ &= 102,57 - 10,35 \\ &= 92,22 \text{ Kebawah} \end{aligned}$$

Dari hasil pedoman pengkategorian tersebut diketahui 5 siswa dalam kategori skor tinggi. Sehingga 5 siswa tersebut dijadikan sebagai subyek penelitian. Hasil *Pre-Test* terhadap subyek penelitian dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

**Tabel 4.2**  
**Data Hasil Angket *Pre-test* Kebiasaan Belajar Buruk**

No.	Nama	Skor	Kategori
1.	AA	115	Tinggi
2.	CC	115	Tinggi
3.	EE	116	Tinggi
4.	FF	119	Tinggi
5.	NN	116	Tinggi
Rata-rata		116,2	

### Analisis Hasil Penelitian

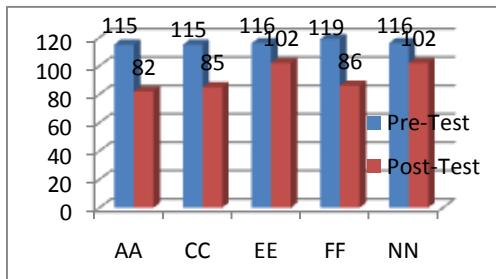
Teknik analisis yang digunakan statistik non parametrik dengan uji tanda atau *sign test*. Uji tanda ini digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil pengukuran awal dan pengukuran akhir. Kondisi berlainan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah skor kebiasaan belajar buruk siswa antara sebelum dan sesudah pemberian konseling keluarga. Berikut adalah hasil analisis skor angket yang diberikan pada siswa dengan pengukuran *Pre-test* dan *Post-test* dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

**Tabel 4.4**  
**Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test***

No.	Subyek	Pre-test (X <sub>B</sub> )	Post-test (X <sub>A</sub> )	Arah Perbedaan	Tanda	Ket
1.	AA	115	82	X <sub>A</sub> <X <sub>B</sub>	—	Menurun
2.	CC	115	85	X <sub>A</sub> <X <sub>B</sub>	—	Menurun
3.	EE	116	102	X <sub>A</sub> <X <sub>B</sub>	—	Menurun
4.	FF	119	86	X <sub>A</sub> <X <sub>B</sub>	—	Menurun
5.	NN	116	102	X <sub>A</sub> <X <sub>B</sub>	—	Menurun
Rata- Rata		116,2	91,4			

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda positif (+) berjumlah 5 yang bertindak sebagai N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan N = 5 dan x = 0 (z), maka diperoleh  $\rho$  (kemungkinan harga di bawah  $H_0$ ) = 0,031. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,031 < 0,05$ , berdasarkan hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Setelah diberi perlakuan dengan pemberian konseling keluarga terdapat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* kebiasaan belajar buruk siswa. Selain itu, berdasarkan perhitungan pada tabel 4.4 diketahui rata-rata *pre-test* 116,2 dan rata-rata *post-test* 91,4. Sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan pemberian konseling keluarga dapat mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng - Gresik.

Adapun hasil perbedaan *pre-test* dan *post-test* yang digambarkan dalam grafik sebagai berikut:



**Gambar Diagram 4.3**  
**Data Hasil Pre-Test dan Post-Test**

Maka secara keseluruhan dapat dilihat adanya perbedaan grafik hasil *pre-test* yang lebih tinggi daripada hasil *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa ada penurunan skor kebiasaan belajar buruk siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian konseling keluarga.

#### Analisis Individual

##### a) Subjek AA

###### Pertemuan Pertama

Saat pertemuan pertama merupakan tahap pembentukan hubungan, konselor memperkenalkan diri dengan AA agar lebih akrab dan timbul rasa kepercayaan diri konseli sehingga dalam proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan AA mau terbuka kepada konselor. Kemudian konselor menjelaskan maksud mengundang AA ke ruang BK, dan menjelaskan maksud, tujuan, dan asas-asas dalam konseling. Konselor menanyakan kesediaan AA untuk melaksanakan kegiatan konseling dan AA bersedia untuk melaksanakan kegiatan konseling. Kemudian konselor menanyakan kapada AA mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh AA sesuai dengan hasil angket yang telah disebarluaskan. Setelah itu konselor meminta AA untuk membuat genogram yang sebelumnya konselor sudah menyediakan kertas kosong untuk membuat genogram. Dalam genogram tersebut konseli menceritakan bahwa AA masih memiliki kedua orang tua atau belum meninggal dan juga memiliki seorang kakak perempuan yang sudah lulus SMA dan sekarang bekerja di sebuah toko bangunan sebagai kasir. Ayahnya bekerja di sebuah pabrik kayu sedangkan ibunya bekerja sebagai pengasuh bayi. AA menceritakan bahwa setiap pulang sekolah AA selalu diberikan tugas oleh Ibunya untuk membersihkan rumah seperti menyapu, mencuci piring, dan mengepel. Hampir setiap hari AA melakukan tugas rumahnya itu. Bapak, Ibu, dan kakaknya pulang dari kerja pukul 04.00. Pada saat itu juga AA tidak tahu kepulangan mereka karena AA harus mengaji di musholla dekat rumahnya dan pulang ke rumah sehabis sholat magrib. Sehabis Isya' AA biasa di suruh ibunya untuk membantu pekerjaan tambahan Ibunya yaitu

melibat dan mengelem kertas bungkus kembang api di rumahnya, apalagi menjelang idul fitri pesanan semakin banyak. Setelah membantu Ibunya tersebut, AA jarang sekali belajar karena kelelahan dan kemudian tertidur. Ibu, Ayah, dan Kakaknya tidak pernah menanyakan tentang sekolahnya sehingga sering kali mengolor-olor waktu untuk mengerjakan tugas dan sering panik ketika ada ujian mendadak dari sekolah. Kemudian hasil genogram yang telah dikerjakan oleh AA dianalisis kembali oleh konselor dan AA diminta untuk datang pada pertemuan selanjutnya untuk melanjutkan proses konseling.

###### Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua konselor lebih akrab dengan konseli karena sebelumnya konseli telah membina hubungan baik dengan konselor dipertemuan pertama. Di pertemuan kedua ini konselor diberikan teknik *Sequencing* dimana konselor memberikan pemahaman kepada konseli mengenai masalah yang dihadapi serta bagaimana hubungan atau dampak masalah terhadap diri konseli. Pertanyaan maupun pernyataan konselor dikembangkan dari lima kunci yaitu 5W1H, what (apa), why (mengapa), when (kapan), where (dimana), who (siapa) dan how (bagaimana). Dalam hal ini konseli mampu menggambarkan secara nyata situasi yang dihadapi, memberi makna terhadap situasi tersebut serta menggali perasaan konseli dalam permasalahan kebiasaan belajar buruk. AA menjabarkan bahwa dirinya senang karena dapat membantu keluarganya tapi terkadang dia merasa bahwa dirinya membutuhkan waktu untuk istirahat dan belajar. AA berharap agar Ibu, Bapak, dan Kakaknya dapat lebih memperhatikan tentang dirinya. AA ingin bisa belajar tepat waktu dan tidak menunda-nunda tugas misalnya sehabis isya' AA ingin belajar dan setelah itu bisa membantu ibunya untuk bekerja melipat kertas bungkus kembang api. AA bercerita bahwa nilainya banyak menurun di kelas VIII ini. Kemudian konselor memberitahukan kepada konseli akan menghadirkan anggota keluarganya dalam proses konseling selanjutnya untuk membahas permasalahan yang dialami oleh AA. Konselor mengucapkan banyak terima kasih kepada konseli dan menutup proses konseling pada pertemuan kedua ini.

###### Pertemuan Ketiga

Konselor datang ke rumah konseli. Sampai di rumah AA, Konselor disambut dengan baik oleh Ibu dan Kakak AA. Konselor kemudian membina hubungan baik dengan Ibu dan Kakak AA. Ibu dan Kakak AA bersikap ramah dan terbuka. Konselor kemudian menjelaskan hasil angket yang telah disebarluaskan bahwa AA mendapatkan skor tinggi dalam kebiasaan belajar buruknya. Setelah itu, AA menceritakan permasalahan yang dialami oleh AA kepada Ibu dan kakaknya. Kemudian konselor mendiskusikan dengan Ibu dan Kakak AA mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruknya untuk mencapai kesepakatan antar keluarga agar permasalahan yang dialami oleh konseli dapat terselesaikan dengan baik. Selanjutnya konselor meminta AA untuk mengerjakan pekerjaan rumah dengan Ibu dan Kakaknya mengawasinya di rumah.

Kemudian untuk mendiskusikan hasil pekerjaan rumah tersebut konselor membuat kesepakatan untuk bertemu dipertemuan selanjutnya. Konselor kemudian menutup konseling dan mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu dan kakak konseli karena telah bersedia mengikuti proses konseling.

#### *Pertemuan Keempat*

Konselor datang ke rumah konseli. Konselor membina hubungan baik dengan ibu dan kakak konseli. Ibu dan kakak konseli menerima kedatangan konselor dengan baik. Konselor meminta pekerjaan rumah yang telah dikerjakan oleh konseli. Ibu, kakak, konselor, dan konseli mendiskusikan hasil pekerjaan rumah yang telah dilakukan oleh AA. Dalam hal ini Ibu AA menjabarkan bahwa beliau telah berusaha membantu pekerjaan AA dengan memperhatikan kegiatan belajarnya walaupun hanya pada malam hari. Kakaknya juga membantu adiknya untuk teratur membuat jadwal. AA juga menjabarkan bahwa dia sekarang lebih teratur dalam kegiatan belajarnya misalnya saja dalam liburan ini untuk mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh konselor dengan menyempatkan diri mengganti waktu belajarnya dengan membaca buku. AA tidak lagi mengolor-olor waktu belajarnya.

Penurunan skor kebiasaan belajar buruk pada subjek AA cukup baik, yaitu pada saat *pre-test* AA mendapat skor sebesar 115 dan setelah mendapatkan perlakuan skor kebiasaan belajar buruk mengalami penurunan. Pada saat *post-test* AA mendapatkan skor 82, yang artinya AA mengalami penurunan skor sebesar 33.

#### b) Subyek CC

##### *Pertemuan pertama*

Saat pertemuan pertama merupakan tahap pembentukan hubungan, konselor memperkenalkan diri dengan CC agar lebih akrab dan timbul rasa kepercayaan diri konseli sehingga dalam proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan CC mau terbuka kepada konselor. Kemudian konselor menjelaskan maksud mengundang CC ke ruang BK, dan menjelaskan maksud, tujuan, dan asas-asas dalam konseling. Konselor menanyakan kesediaan CC untuk melaksanakan kegiatan konseling dan CC bersedia untuk melaksanakan kegiatan konseling. Kemudian konselor menanyakan kapada CC mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh CC sesuai dengan hasil angket yang telah disebarluaskan. Setelah itu konselor meminta CC untuk membuat genogram yang sebelumnya konselor sudah menyediakan kertas kosong untuk membuat genogram. Dalam genogram tersebut konseli menceritakan bahwa BB merupakan anak pertama dari 2 bersaudara. CC merupakan anak pertama dan adiknya masih berumur 2 tahun. Ibu CC bekerja sebagai penjual makanan di warung depan rumah. Sedangkan ayahnya bekerja sebagai servis barang elektronik seperti TV, radio, maupun kipas angin. CC menceritakan bahwa misalnya ibunya sedang sibuk melayani pembeli makanan seperti mie instan, ibunya selalu menitipkan ke CC. CC tidak merasa keberatan dititipi adiknya. Tetapi ketika waktunya CC mengerjakan PR atau belajar CC sering

kesal karena sempat suatu ketika CC mengerjakan tugas adik CC menyobek buku yang dibuat oleh CC untuk mengerjakan tugas. CC juga jarang bermain karena CC harus menjaga adiknya. CC sering mengerjakan tugas tergesa-gesa karena takut ada adiknya atau juga kekurangan waktu dalam mengerjakan tugas. CC juga bingung antara membagi waktunya di rumah karena kegiatannya di rumah yang padat. Ibunya memang berada di rumah, tetapi CC menjabarkan ibunya jarang sekali memperhatikannya karena sibuk mengurus warungnya. Kemudian hasil genogram yang telah dikerjakan oleh CC dianalisis kembali oleh konselor dan CC diminta untuk datang pada pertemuan selanjutnya untuk melanjutkan proses konseling.

#### *Pertemuan Kedua*

Pada pertemuan kedua konselor lebih akrab dengan konseli karena sebelumnya konseli telah membina hubungan baik dengan konselor dipertemuan pertama. Di pertemuan kedua ini konselor diberikan teknik *Sequencing* dimana konselor memberikan pemahaman kepada konseli mengenai masalah yang dihadapi serta bagaimana hubungan atau dampak masalah terhadap diri konseli. Pertanyaan maupun pernyataan konselor dikembangkan dari lima kunci yaitu 5W1H, what (apa), why (mengapa), when (kapan), where (dimana), who (siapa) dan how (bagaimana). Dalam hal ini konseli mampu menggambarkan secara nyata situasi yang dihadapi, memberi makna terhadap situasi tersebut serta menggali perasaan konseli dalam permasalahan kebiasaan belajar buruk. CC menjabarkan bahwa dirinya senang dapat membantu Ibunya mengurus adiknya. Tapi CC juga menginginkan agar ketika waktunya CC belajar ibunya dapat mengerti sedikit dengan tidak menitipkan adiknya. Kemudian konselor memberitahukan kepada konseli akan menghadirkan anggota keluarganya dalam proses konseling selanjutnya untuk membahas permasalahan yang dialami oleh CC. Konselor mengucapkan banyak terima kasih kepada konseli dan menutup proses konseling pada pertemuan kedua ini.

#### *Pertemuan Ketiga*

Ibu CC datang ke ruang BK. Sampai di ruang BK, Konselor menyambut dengan baik Ibu CC. Konselor kemudian membina hubungan baik dengan Ibu CC. Ibu CC bersikap ramah dan terbuka. Konselor kemudian menjelaskan hasil angket yang telah disebarluaskan bahwa CC mendapatkan skor tinggi dalam kebiasaan belajar buruknya. Setelah itu, CC menceritakan permasalahan yang dialami oleh CC kepada Ibu CC. Kemudian konselor mendiskusikan dengan Ibu CC mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruknya untuk mencapai kesepakatan antar keluarga agar permasalahan yang dialami oleh konseli dapat terselesaikan dengan baik. Selanjutnya konselor meminta CC untuk mengerjakan pekerjaan rumah dengan bantuan Ibu CC, dimana Ibu CC mencoba tidak merepotkan CC ketika waktu belajar. Kemudian untuk mendiskusikan hasil pekerjaan rumah tersebut konselor membuat kesepakatan untuk bertemu dipertemuan selanjutnya. Konselor kemudian menutup konseling dan

mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu konseli karena telah bersedia mengikuti proses konseling.

#### Pertemuan Keempat

Konselor datang ke rumah konseli. Konselor membina hubungan baik dengan ibu CC. Ibu CC menerima kedatangan konselor dengan baik. Konselor meminta pekerjaan rumah yang telah dikerjakan oleh konseli. Ibu, konselor, dan konseli mendiskusikan hasil pekerjaan rumah yang telah dilakukan oleh CC. Dalam hal ini Ibu CC menjabarkan bahwa beliau telah berusaha membantu pekerjaan rumah CC dengan memperhatikan kegiatan belajarnya dengan tidak merepotkan CC untuk menjaga adiknya ketika belajar. CC juga menjabarkan bahwa dia sekarang lebih teratur dalam kegiatan belajarnya misalnya saja dalam liburan ini untuk mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh konselor dengan menyempatkan diri mengganti waktu belajarnya dengan membaca buku. CC lebih teratur waktu belajarnya.

Penurunan skor kebiasaan belajar buruk pada subjek CC cukup baik, yaitu pada saat *pre-test* CC mendapat skor sebesar 115 dan setelah mendapatkan perlakuan skor kebiasaan belajar buruk mengalami penurunan. Pada saat *post-test* CC mendapatkan skor 85, yang artinya CC mengalami penurunan skor sebesar 30.

#### c)Subyek EE

##### Pertemuan pertama

Saat pertemuan pertama merupakan tahap pembentukan hubungan, konselor memperkenalkan diri dengan EE agar lebih akrab dan timbul rasa kepercayaan diri konseli sehingga dalam proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan EE mau terbuka kepada konselor. Kemudian konselor menjelaskan maksud mengundang EE ke ruang BK, dan menjelaskan maksud, tujuan, dan asas-asas dalam konseling. Konselor menanyakan kesediaan EE untuk melaksanakan kegiatan konseling dan EE bersedia untuk melaksanakan kegiatan konseling. Kemudian konselor menanyakan kapada EE mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh EE sesuai dengan hasil angket yang telah disebarluaskan. Setelah itu konselor meminta EE untuk membuat genogram yang sebelumnya konselor sudah menyediakan kertas kosong untuk membuat genogram. Dalam genogram tersebut konseli bercerita bahwa sebenarnya EE bingung membagi waktu antara bermain dan belajarnya. Setiap kali pulang sekolah, EE selalu diajak kakak sepupunya untuk bermain, dan dia bingung sekali ketika kakak sepupunya tersebut mengajaknya bermain. EE bingung harus menolak atau mengikutinya. EE biasanya pulang dari bermain jam 17.00. Kemudian EE mandi dan sehabis magrib EE harus mengaji di musholla dekat rumahnya. Baru sehabis isya' EE pulang ke rumah. EE lebih sering tertidur setelah isya' karena kecapekan bermain sehari dengan kakak sepupunya. EE juga menjabarkan bahwa kedua orang tua EE bekerja sebagai petani di sawah. Setiap pagi kedua orang tuanya berangkat ke sawah dan pulang lagi menjelang dhuhur. Setelah itu kedua orang tuanya berangkat lagi ke sawah dan pulang kembali sekitar jam

16.00. Kedua orang tuanya belum pernah bertanya sedikit pun ketika pulang dari bekerja apakah EE sudah makan ataupun sudah belajar. Kedua orang tua EE cenderung cuek terhadap keseharian EE. Apalagi usia kedua orang tua EE sudah tidak muda lagi. Setiap malam kedua orang tuanya sering kecapekan dan tidak dapat menemani EE untuk belajar ataupun sekedar berbincang-bincang. Selanjutnya hasil genogram yang telah dikerjakan oleh EE dianalisis kembali oleh konselor dan EE diminta untuk datang pada pertemuan selanjutnya untuk melanjutkan proses konseling.

##### Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua konselor lebih akrab dengan konseli karena sebelumnya konseli telah membina hubungan baik dengan konselor di pertemuan pertama. Di pertemuan kedua ini konselor diberikan teknik *Sequencing* dimana konselor memberikan pemahaman kepada konseli mengenai masalah yang dihadapi serta bagaimana hubungan atau dampak masalah terhadap diri konseli. Pertanyaan maupun pernyataan konselor dikembangkan dari lima kunci yaitu 5W1H, what (apa), why (mengapa), when (kapan), where (dimana), who (siapa) dan how (bagaimana). Dalam hal ini konseli mampu menggambarkan secara nyata situasi yang dihadapi, memberi makna terhadap situasi tersebut serta menggali perasaan konseli dalam permasalahan kebiasaan belajar buruk. EE menjabarkan bahwa dia ingin kedua orang tuanya membantu dirinya ngomong sama kakak sepupunya untuk bisa menolak ajakan kakak sepupunya ketika EE mempunyai banyak tugas dari sekolah. EE juga berharap kedua orang tuanya lebih memotivasi EE dalam hal belajar bukan terkesan cuek kepada EE. EE menjabarkan paling tidak kedua orang tuanya bisa membangunkan EE ketika EE tertidur sehabis isya'. Kemudian konselor memberitahukan kepada konseli akan menghadirkan anggota keluarganya dalam proses konseling selanjutnya untuk membahas permasalahan yang dialami oleh EE. Konselor mengucapkan banyak terima kasih kepada konseli dan menutup proses konseling pada pertemuan kedua ini.

##### Pertemuan Ketiga

Konselor datang ke rumah konseli. Sampai di rumah EE, Konselor disambut dengan baik oleh Ibu EE dan kakak sepupu EE. Konselor kemudian membina hubungan baik dengan Ibu EE dan kakak sepupu EE. Ibu EE dan kakak sepupu EE bersikap ramah dan terbuka. Konselor kemudian menjelaskan hasil angket yang telah disebarluaskan bahwa EE mendapatkan skor tinggi dalam kebiasaan belajar buruknya. Setelah itu, EE menceritakan permasalahan yang dialami oleh EE kepada Ibu EE dan kakak sepupu EE. Kemudian konselor mendiskusikan dengan Ibu EE dan kakak sepupu EE mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruknya untuk mencapai kesepakatan antar keluarga agar permasalahan yang dialami oleh konseli dapat terselesaikan dengan baik. Selanjutnya konselor meminta EE untuk mengerjakan pekerjaan rumah dengan Ibu EE mencoba untuk berdiskusi dengan kakak sepupu EE agar tidak mengajaknya bermain ketika ada tugas. Kemudian untuk mendiskusikan hasil pekerjaan

rumah tersebut konselor membuat kesepakatan untuk bertemu dipertemuan selanjutnya. Konselor kemudian menutup konseling dan mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu EE dan konseli karena telah bersedia mengikuti proses konseling.

#### *Pertemuan Keempat*

Konselor datang ke rumah konseli. Konselor membina hubungan baik dengan ibu EE. Ibu EE menerima kedatangan konselor dengan baik. Konselor meminta pekerjaan rumah yang telah dikerjakan oleh konseli. Ibu, konselor, dan konseli mendiskusikan hasil pekerjaan rumah yang telah dilakukan oleh EE. Dalam hal ini Ibu EE menjabarkan bahwa beliau telah berusaha membantu pekerjaan EE dengan memperhatikan kegiatan belajarnya. Ibu EE juga sudah berbicara dengan kakak sepupunya EE mengenai permasalahan yang dialami oleh EE. Kakak sepupu EE sudah menyadari akan permasalahan yang dialami oleh EE. EE juga menjabarkan bahwa Ibu EE telah banyak berubah dengan sedikit memperhatikan EE ketika di rumah. EE merasa sekarang dia dapat belajar dengan baik dan dapat membagi waktu antara bermain dan belajar.

Penurunan skor kebiasaan belajar buruk pada subjek EE cukup baik, yaitu pada saat *pre-test* EE mendapat skor sebesar 116 dan setelah mendapatkan perlakuan skor kebiasaan belajar buruk mengalami penurunan. Pada saat *post-test* EE mendapatkan skor 102, yang artinya EE mengalami penurunan skor sebesar 14.

#### d)Subyek FF

##### *Pertemuan pertama*

Saat pertemuan pertama merupakan tahap pembentukan hubungan, konselor memperkenalkan diri dengan FF agar lebih akrab dan timbul rasa kepercayaan diri konseli sehingga dalam proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan FF mau terbuka kepada konselor. Kemudian konselor menjelaskan maksud mengundang FF ke ruang BK, dan menjelaskan maksud, tujuan, dan asas-asas dalam konseling. Konselor menanyakan kesediaan FF untuk melaksanakan kegiatan konseling dan FF bersedia untuk melaksanakan kegiatan konseling. Kemudian konselor menanyakan kepada FF mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh FF sesuai dengan hasil angket yang telah disebarluaskan. Setelah itu konselor meminta FF untuk membuat genogram yang sebelumnya konselor sudah menyediakan kertas kosong untuk membuat genogram. Dalam genogram tersebut konseli bercerita bahwa sebenarnya FF bingung membagi waktu antara bermain dan belajarnya. FF masih saudara dari EE. Rumah mereka bersebelahan. Permasalahan yang dialami FF hampir sama dengan EE. Setiap kali pulang sekolah, FF selalu diajak kakak sepupunya untuk bermain, dan dia bingung sekali ketika kakak sepupunya tersebut mengajaknya bermain. FF bingung harus menolak atau mengikutinya. FF biasanya pulang dari bermain jam 17.00. Kemudian FF mandi dan sehabis magrib FF harus mengaji di musholla dekat rumahnya. Baru sehabis isya' FF pulang ke rumah. FF juga menjabarkan bahwa kedua orang tua FF bekerja

sebagai petani di sawah. Setiap pagi kedua orang tuanya berangkat ke sawah dan pulang lagi menjelang dhuhur. Setelah itu kedua orang tuanya berangkat lagi ke sawah dan pulang kembali sekitar jam 15.00. Kedua orang tuanya belum pernah bertanya sedikit pun ketika pulang dari bekerja apakah FF sudah makan ataupun sudah belajar. Kedua orang tua FF cenderung cuek terhadap keseharian FF. Orang tua FF lebih sibuk lagi, karena sehabis isya' kedua orang tuanya harus bekerja lagi dengan membuat anyaman dari rotan. Terkadang FF juga membantu pekerjaan kedua orang tuanya menganyam rotan. Selanjutnya hasil genogram yang telah dikerjakan oleh FF dianalisis kembali oleh konselor dan FF diminta untuk datang pada pertemuan selanjutnya untuk melanjutkan proses konseling.

##### *Pertemuan Kedua*

Pada pertemuan kedua konselor lebih akrab dengan konseli karena sebelumnya konseli telah membina hubungan baik dengan konselor dipertemuan pertama. Di pertemuan kedua ini konselor diberikan teknik *Sequencing* dimana konselor memberikan pemahaman kepada konseli mengenai masalah yang dihadapi serta bagaimana hubungan atau dampak masalah terhadap diri konseli. Pertanyaan maupun pernyataan konselor dikembangkan dari lima kunci yaitu 5W1H, what (apa), why (mengapa), when (kapan), where (dimana), who (siapa) dan how (bagaimana). Dalam hal ini konseli mampu menggambarkan secara nyata situasi yang dihadapi, memberi makna terhadap situasi tersebut serta menggali perasaan konseli dalam permasalahan kebiasaan belajar buruk. FF menjabarkan bahwa dia ingin kedua orang tuanya membantu dirinya ngomong sama kakak sepupunya untuk bisa menolak ajakan kakak sepupunya ketika FF mempunyai banyak tugas dari sekolah. FF juga berharap kedua orang tuanya lebih memotivasi FF dalam hal belajar bukan terkesan cuek kepada FF. Kemudian konselor memberitahukan kepada konseli akan menghadirkan anggota keluarganya dalam proses konseling selanjutnya untuk membahas permasalahan yang dialami oleh FF. Konselor mengucapkan banyak terima kasih kepada konseli dan menutup proses konseling pada pertemuan kedua ini.

##### *Pertemuan Ketiga*

Konselor datang ke rumah konseli. Sampai di rumah FF, Konselor disambut dengan baik oleh Ibu FF dan kakak sepupu FF. Konselor kemudian membina hubungan baik dengan Ibu FF dan kakak sepupu FF. Ibu FF dan kakak sepupu FF bersikap ramah dan terbuka. Konselor kemudian menjelaskan hasil angket yang telah disebarluaskan bahwa FF mendapatkan skor tinggi dalam kebiasaan belajar buruknya. Setelah itu, FF menceritakan permasalahan yang dialami oleh FF kepada Ibu FF dan kakak sepupu FF. Kemudian konselor mendiskusikan dengan Ibu FF dan kakak sepupu FF mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruknya untuk mencapai kesepakatan antar keluarga agar permasalahan yang dialami oleh konseli dapat terselesaikan dengan baik. Selanjutnya konselor meminta FF untuk mengerjakan pekerjaan rumah dengan Ibu FF mencoba untuk berdiskusi dengan kakak sepupu FF agar tidak mengajaknya bermain ketika ada

tugas. Kemudian untuk mendiskusikan hasil pekerjaan rumah tersebut konselor membuat kesepakatan untuk bertemu dipertemuan selanjutnya. Konselor kemudian menutup konseling dan mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu FF dan konseli karena telah bersedia mengikuti proses konseling.

#### *Pertemuan Keempat*

Konselor datang ke rumah konseli. Konselor membina hubungan baik dengan ibu FF. Ibu FF menerima kedatangan konselor dengan baik. Konselor meminta pekerjaan rumah yang telah dikerjakan oleh konseli. Ibu, konselor, dan konseli mendiskusikan hasil pekerjaan rumah yang telah dilakukan oleh FF. Dalam hal ini Ibu FF menjabarkan bahwa beliau telah berusaha membantu pekerjaan FF dengan memperhatikan kegiatan belajarnya. Ibu FF juga sudah berbicara dengan kakak sepupunya FF mengenai permasalahan yang dialami oleh FF. Kakak sepupu FF sudah menyadari akan permasalahan yang dialami oleh FF. FF juga menjabarkan bahwa Ibu FF telah banyak berubah dengan sedikit memperhatikan FF ketika di rumah. FF merasa sekarang dia dapat belajar dengan baik dan dapat membagi waktu antara bermain dan belajar. FF juga menambahkan bahwa kedua orang tuanya tidak lagi menyuruh FF membantu menganyam rotan ketika FF kecapekan.

Penurunan skor kebiasaan belajar buruk pada subjek FF cukup baik, yaitu pada saat *pre-test* FF mendapat skor sebesar 119 dan setelah mendapatkan perlakuan skor kebiasaan belajar buruk mengalami penurunan. Pada saat *post-test* FF mendapatkan skor 86, yang artinya FF mengalami penurunan skor sebesar 33.

e)Subyek NN

#### *Pertemuan pertama*

Saat pertemuan pertama merupakan tahap pembentukan hubungan, konselor memperkenalkan diri dengan NN agar lebih akrab dan timbul rasa kepercayaan diri konseli sehingga dalam proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan NN mau terbuka kepada konselor. Kemudian konselor menjelaskan maksud mengundang NN ke ruang BK, dan menjelaskan maksud, tujuan, dan asas-asas dalam konseling. Konselor menanyakan kesediaan NN untuk melaksanakan kegiatan konseling dan NN bersedia untuk melaksanakan kegiatan konseling. Kemudian konselor menanyakan kapada NN mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruk yang dialami oleh NN sesuai dengan hasil angket yang telah disebarluaskan. Setelah itu konselor meminta NN untuk membuat genogram yang sebelumnya konselor sudah menyediakan kertas kosong untuk membuat genogram. Dalam genogram tersebut konseli menceritakan bahwa NN masih memiliki kedua orang tua dan memiliki seorang kakak yang sekarang sedang bekerja di sebuah supermarket di Surabaya. Namun, ayahnya terjerat kasus pencurian sehingga harus masuk penjara. Sedangkan Ibunya berjualan makanan dan minuman di warung. Tetapi, 2 bulan lalu ibunya kecelakaan dan menyebabkan tangan kanan ibunya harus dioperasi dan sekarang tangan ibunya tidak dapat mengambil atau memegang barang yang berat sehingga NN harus

menggantikan posisi ibunya untuk berjualan di warung. Warung tempat berjualan NN dibuka setelah NN pulang sekolah karena ibunya takut tidak bisa melayani pembeli dengan baik. Ketika selesai sekolah, NN selalu membuka warungnya dan menjaga warungnya sampai jam 8 malam. Warung NN terletak jauh dari rumahnya. Sehingga ketika membutuhkan sesuatu di warungnya, NN harus pulang dulu untuk mengambil barang tersebut. NN tidak merasa keberatan dalam membantu ibunya untuk berjualan di warung. Tapi NN merasa bingung membagi waktunya antara belajar dan menjaga warungnya. NN juga ingin berbicara kepada ibunya kalau LL ingin agar warungnya ditutup lebih awal misalnya setelah magrib karena NN ingin belajar atau mengerjakan tugas. Kemudian hasil genogram yang telah dikerjakan oleh NN dianalisis kembali oleh konselor dan NN diminta untuk datang pada pertemuan selanjutnya untuk melanjutkan proses konseling.

#### *Pertemuan Kedua*

Pada pertemuan kedua konselor lebih akrab dengan konseli karena sebelumnya konseli telah membina hubungan baik dengan konselor dipertemuan pertama. Di pertemuan kedua ini konselor diberikan teknik *Sequencing* dimana konselor memberikan pemahaman kepada konseli mengenai masalah yang dihadapi serta bagaimana hubungan atau dampak masalah terhadap diri konseli. Pertanyaan maupun pernyataan konselor dikembangkan dari lima kunci yaitu 5W1H, what (apa), why (mengapa), when (kapan), where (dimana), who (siapa) dan how (bagaimana). Dalam hal ini konseli mampu menggambarkan secara nyata situasi yang dihadapi, memberi makna terhadap situasi tersebut serta menggali perasaan konseli dalam permasalahan kebiasaan belajar buruk. NN menjabarkan bahwa NN masih ingin membantu ibunya di warung untuk menambah perekonomian keluarganya. NN juga menyadari bahwa sekolahnya juga penting sehingga NN juga harus memperhatikan sekolahnya. Maka dari itu, untuk mengambil titik tengah dalam permasalahannya, NN harus bisa membagi waktu antara menjaga warung dan sekolahnya. NN meminta bantuan konselor untuk dapat menyelesaikan permasalahan tersebut. Kemudian konselor memberitahukan kepada konseli akan menghadirkan anggota keluarganya dalam proses konseling selanjutnya untuk membahas permasalahan yang dialami oleh NN. Konselor mengucapkan banyak terima kasih kepada konseli dan menutup proses konseling pada pertemuan kedua ini.

#### *Pertemuan Ketiga*

Konselor datang ke rumah konseli. Sampai di rumah NN, Konselor disambut dengan baik oleh Ibu NN. Konselor kemudian membina hubungan baik dengan Ibu NN. Ibu NN bersikap ramah dan terbuka. Konselor kemudian menjelaskan hasil angket yang telah disebarluaskan bahwa NN mendapatkan skor tinggi dalam kebiasaan belajar buruknya. Setelah itu, NN menceritakan permasalahan yang dialami oleh NN kepada Ibu NN. Kemudian konselor mendiskusikan dengan Ibu NN mengenai permasalahan kebiasaan belajar buruknya untuk mencapai kesepakatan antar keluarga agar permasalahan yang dialami oleh konseli

dapat terselesaikan dengan baik. Selanjutnya konselor meminta NN untuk mengerjakan pekerjaan rumah dengan bantuan Ibu NN, dimana dalam proses diskusi tersebut Ibu BB mencoba tidak merepotkan NN ketika sehabis magrib menutup warungnya agar NN dapat belajar. Kemudian untuk mendiskusikan hasil pekerjaan rumah tersebut konselor membuat kesepakatan untuk bertemu dipertemuan selanjutnya. Konselor kemudian menutup konseling dan mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu konseli karena telah bersedia mengikuti proses konseling.

#### **Pertemuan Keempat**

Konselor datang ke rumah konseli. Konselor membina hubungan baik dengan ibu NN. Ibu NN menerima kedatangan konselor dengan baik. Konselor meminta pekerjaan rumah yang telah dikerjakan oleh konseli. Ibu, konselor, dan konseli mendiskusikan hasil pekerjaan rumah yang telah dilakukan oleh NN. Dalam hal ini Ibu NN menjabarkan bahwa beliau telah berusaha membantu pekerjaan rumah NN dengan memperhatikan kegiatan belajarnya dengan tidak merepotkan NN untuk menjaga warung sehabis magrib. Ibu NN juga bercerita bahwa biasa sehabis magrib warungnya sepi pembeli juga. NN juga menjabarkan bahwa dia sekarang lebih teratur dalam kegiatan belajarnya misalnya saja dalam liburan ini untuk mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh konselor dengan menyempatkan diri mengganti waktu belajarnya dengan membaca buku. NN lebih teratur waktu belajarnya.

Penurunan skor kebiasaan belajar buruk pada subjek NN cukup baik, yaitu pada saat pre-test NN mendapat skor sebesar 116 dan setelah mendapatkan perlakuan skor kebiasaan belajar buruk mengalami penurunan. Pada saat post-test NN mendapatkan skor 102, yang artinya NN mengalami penurunan skor sebesar 14

#### **Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil *pre-test* diperoleh 5 siswa dari kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng yang termasuk dalam kategori siswa yang mempunyai kebiasaan belajar buruk tinggi. Selanjutnya, 5 siswa tersebut diberikan perlakuan dengan konseling keluarga dengan proses konseling sebanyak 4 kali pertemuan. Setelah pemberian perlakuan selesai, selanjutnya siswa diberikan lagi angket kebiasaan belajar buruk (*Post-Test*) yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya penurunan skor pada siswa kelas VIII D di SMP Negeri 2 Benjeng setelah memperoleh perlakuan berupa pemberian konseling keluarga.

Pada saat proses konseling diketahui bahwa kebiasaan belajar buruk tersebut terjadi karena kurangnya komunikasi antar keluarga sehingga penyesuaian siswa dalam keluarga kurang. Kurangnya komunikasi karena kesibukan orang tua maupun siswa ini menyebabkan waktu yang harusnya digunakan untuk bersama dalam keluarga tidak maksimal sehingga komunikasi kurang dan munculah permasalahan kebiasaan belajar buruk ini.

Pada saat pelaksanaan proses konseling, konseli bersedia mengikuti proses konseling keluarga dengan baik diantaranya konseli dapat menggunakan teknik genogram, *sequencing*, dan pekerjaan rumah sehingga mendapatkan hasil yang maksimal.

Perubahan skor pada *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya penurunan kebiasaan belajar buruk. Hasil analisis uji tanda (*sign test*) menunjukkan bahwa penurunan kebiasaan belajar buruk setelah diberikan konseling keluarga adalah signifikan, karena  $p = 0,031$  memiliki harga yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini membuktikan bahwa konseling keluarga dapat digunakan untuk mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng – Gresik.

Data dari *pre-test* dan *post-test* diketahui bahwa masing-masing konseli telah mengalami penurunan kebiasaan belajar buruk. Siswa tersebut adalah AA, CC, EE, FF, dan NN. Walaupun semua konseli mengalami penurunan skor kebiasaan belajar buruk, namun setiap konseli memiliki skor kebiasaan belajar buruk yang bervariasi antara satu konseli dengan konseli yang lain. Perbedaan skor yang diperoleh setiap konseli dipengaruhi oleh usaha yang dilakukan oleh tiap konseli dalam melakukan pekerjaan rumah dan keuletan yang mereka miliki.

Berdasarkan hasil analisis individu dari tiap konseli skor yang didapat menunjukkan bahwa ada penurunan skor kebiasaan belajar buruk siswa. Dapat diketahui AA memperoleh skor tinggi 115 menurun menjadi 82, CC memperoleh skor tinggi 115 menurun menjadi 85, EE memperoleh skor tinggi 116 menurun menjadi 102, FF memperoleh skor tinggi 119 menurun menjadi 86, NN memperoleh skor tinggi 116 menurun menjadi 102.

Dengan demikian menunjukkan bahwa konseling keluarga ini mampu mengurangi kebiasaan belajar buruk siswa. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif dalam konseling keluarga terhadap penurunan kebiasaan belajar buruk siswa pada siswa kelas VIII D di SMP Negeri 2 Benjeng - Gresik.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil skor angket angket yang didapat ketika *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya penurunan kebiasaan belajar buruk siswa. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa konseling keluarga dapat mengurangi kebiasaan belajar buruk siswa. Wujud penurunan kebiasaan belajar buruk siswa yaitu dengan tidak mengolor-olor waktu belajar, tidak menunda-nunda tugas, dapat membagi waktu antara bermain dan belajar. Hasil analisis statistik non parametrik dengan *sign test* maka diketahui bahwa  $x=0$  dan  $N=5$  dengan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel tes binomial hingga diperoleh (kemungkinan harga di bawah  $H_0$ ) = 0,031, maka  $0,031 < 0,05$ .

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga dapat digunakan oleh konselor untuk mengurangi kebiasaan belajar buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng-Gresik. Hal ini dapat diketahui dari penurunan skor kebiasaan belajar buruk siswa antara sebelum dan sesudah diberikan konseling keluarga. Sehingga rumusan hipotesis yang berbunyi "Penerapan Konseling Keluarga dapat mengurangi Kebiasaan Belajar Buruk pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Benjeng – Gresik" dapat diterima.

### Saran

Berdasarkan simpulan yang telah diuraikan, maka ada beberapa saran yang diberikan, sebagai berikut:

1. Bagi konselor sekolah

Dengan adanya hasil dari penelitian ini, diharapkan konselor sekolah dapat menggunakan konseling keluarga sebagai alternatif dalam membantu siswa yang memiliki masalah khususnya tentang kebiasaan belajar buruk. Untuk itu konselor hendaknya memiliki keterampilan konseling keluarga dengan mengikuti seminar atau menambah wawasan untuk memperoleh keterampilan tersebut.

2. Bagi pihak sekolah

Hasil dalam penelitian ini hendaknya dijadikan sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling disekolah.

3. Bagi peneliti lain

Bagi peneliti lain, diharapkan agar mampu lebih mengembangkan penelitian ini menjadi lebih baik lagi, selain itu juga peneliti hendaknya lebih memperhatikan kondisi keluarga dalam penelitian ini agar dapat menyempurnakan hasil penelitian dan hasilnya lebih maksimal.

### DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Erman dan Marjohan, 1992. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Baggerly, Jennifer & Exum, Herbert. 2008. *Counseling Children After Natural Disasters: Guidance For Family Therapists*. The American Journal of Family Therapy, 36 [http://www.werrycentre.org.nz/site\\_resources/library/Trauma\\_Recovery/Counseling\\_children\\_after\\_natural\\_disasters.pdf](http://www.werrycentre.org.nz/site_resources/library/Trauma_Recovery/Counseling_children_after_natural_disasters.pdf) Diakses pada tanggal 20 Januari 2014 pukul 12:35.
- Carr, Alan. 2009. *The Effectiveness of Family Therapy and Systemic Interventions For Adult-Focused Problem*. Journal Of Family Therapy: 31 (Online) <http://www.familytherapyireland.com/wp-content/uploads/2-FT-Adult-problems.pdf> Diakses pada tanggal 20 Januari 2014 pukul 13.00
- Caar Alan. 2009. *The Effectiveness of Family Therapy and Systemic Interventions For Child-Focused Problem*. Journal Of Family Therapy: 31 (Online) <http://www.familytherapyireland.com/wp-content/uploads/1-FT-Child-Problems.pdf> Diakses pada tanggal 20 Januari 2014 pukul 13.05
- Corey, Gerald. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. USA: Thomson Higher Education.
- Gie, The Liang. 1995. *Cara Belajar yang Efisien Jilid III*. Yogyakarta: Liberti.
- Janah, Arsilah Nur. 2010. Penggunaan Strategi *Self Management* untuk Mengurangi Kebiasaan Belajar Buruk pada siswa kelas XI Multimedia 2 SMK Pemuda Krian. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa
- Katradinata, Sunaryo. 1998. *Bimbingan di SD*. Bandung: Proyek Pendidikan Guru SD, DEPDIKBUD.
- Mudjijo. 2001. *Kesehatan Mental*. Surabaya: UNESA Unipres.
- Nelson, Richard. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nurhayati, Eti. *Bimbingan dan Konseling & Psikoterapi Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nursalim, Moch dan Suradi. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: UNESA Unipers.
- Nusantari, Dyah Palupi. 2010. Penerapan Layanan Konseling Kelompok untuk Mengatasi Kebiasaan Belajar Buruk Siswa Kelas VIII-6 di SMP Negeri 3 Sidoarjo. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Pravesti, Cindy Asli. 2011. Penggunaan Konseling Kelompok Realita untuk Membantu Siswa Menurunkan Kebiasaan Belajar Buruk di SMA N 1 Manyar Gresik. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Rahmatin, Luthfina. 2012. Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Menurunkan Kebiasaan Belajar Buruk Siswa Kelas VIII-C MTs. Negeri Bojonegoro 2 Padangan. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2011. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Suradi. 1997. *Masalah dan Diagnostik Kesulitan Belajar*. Surabaya: UNESA Unipers.