

Implementasi Konseling Individu Berbasis *Social Emotional Learning* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos

Nurwahyuni ^{*1}, Atfal Wahyu Rinaldi², Deswita Pantow³, Hesti Klaudia⁴, Hijra⁵, Nirmawati⁶,
Nurmin⁷

Universitas Tadulako, Indonesia

*Correspondence: nurwahyuni.untad@gmail.com.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi konseling individu berbasis SEL dalam mengurangi perilaku membolos siswa sekolah menengah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, melibatkan siswa yang memiliki riwayat membolos, serta konselor dan guru wali kelas sebagai informan utama. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen sekolah. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan temuan utama yang berkaitan dengan perubahan perilaku siswa setelah mengikuti konseling individu berbasis SEL. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa yang mengikuti konseling mengalami peningkatan kehadiran dan keterlibatan akademik. Komponen SEL yang paling berkontribusi dalam perubahan perilaku siswa adalah kesadaran diri, pengelolaan diri, serta keterampilan relasi sosial. Faktor pendukung implementasi program ini meliputi dukungan sekolah dan keterlibatan orang tua, sementara faktor penghambatnya adalah resistensi awal dari siswa serta keterbatasan waktu konseling. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, pendekatan konseling individu berbasis SEL terbukti lebih efektif dalam menangani masalah absensi secara personal dibandingkan dengan pendekatan SEL berbasis kelas.

Kata kunci: *Social Emotional Learning*, Konseling Individu, Perilaku Membolos

Abstract. This study aims to analyze the implementation of individual counseling based on Social Emotional Learning (SEL) in reducing truancy among high school students. The study employs a qualitative approach with a case study method, involving students with a history of truancy, as well as school counselors and homeroom teachers as key informants. Data were collected through in-depth interviews, participatory observations, and school document analysis. Data analysis was conducted using thematic analysis to identify patterns and key findings related to changes in students' behavior after participating in SEL-based individual counseling. The results indicate that the majority of students who participated in counseling showed an improvement in attendance and academic engagement. The SEL components that contributed the most to behavioral changes were self-awareness, self-management, and social relationship skills. The supporting factors for the implementation of this program included school support and parental involvement, whereas the inhibiting factors were initial resistance from students and limited counseling time. Compared to previous studies, the SEL-based individual counseling approach proved to be more effective in addressing absenteeism on a personalized level than classroom-based SEL interventions.

Keywords: Social Emotional Learning, Individual Counseling, Truancy

PENDAHULUAN

Perilaku membolos merupakan salah satu permasalahan serius dalam dunia pendidikan yang berdampak negatif terhadap perkembangan akademik, sosial, dan emosional siswa. Ketidakhadiran siswa yang berulang kali di sekolah tidak hanya menghambat pencapaian akademik, tetapi juga meningkatkan risiko keterlibatan dalam perilaku menyimpang, seperti kenakalan remaja dan penggunaan zat adiktif (Gottfried, 2019). Data dari UNESCO (2022) menunjukkan bahwa rata-rata tingkat absensi siswa di berbagai negara terus meningkat pasca-pandemi COVID-19, terutama di kalangan remaja. Di Indonesia, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) juga melaporkan bahwa angka ketidakhadiran siswa mengalami lonjakan signifikan, dengan beberapa daerah mencatat tingkat membolos lebih dari 15% dalam satu tahun ajaran (Kemendikbud, 2023).

Urgensi untuk menangani permasalahan ini semakin meningkat seiring dengan temuan bahwa perilaku membolos sering kali berkaitan dengan faktor emosional dan sosial, seperti rendahnya

keterampilan mengelola stres, kurangnya motivasi belajar, serta minimnya dukungan sosial dari keluarga maupun sekolah (Finning et al., 2019). Dalam konteks ini, pendekatan Social Emotional Learning (SEL) muncul sebagai strategi untuk mengurangi kecenderungan untuk membolos. SEL menekankan lima kompetensi utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan hubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL], 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa program berbasis SEL dapat meningkatkan kesejahteraan mental siswa, memperbaiki hubungan sosial, dan mengurangi perilaku negatif, termasuk absensi yang tidak beralasan (Taylor et al., 2017).

Namun, meskipun berbagai studi telah membuktikan efektivitas SEL dalam meningkatkan keterlibatan akademik, penerapan strategi ini dalam layanan konseling individu masih belum banyak dikaji, terutama dalam konteks pengurangan perilaku membolos di Indonesia. Mayoritas intervensi di sekolah lebih menekankan pada pendekatan disiplin atau hukuman tanpa mempertimbangkan faktor psikologis yang mendasari perilaku absensi siswa (Kearney, 2016). Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut mengenai bagaimana konseling individu berbasis SEL dapat diterapkan secara efektif untuk mengatasi masalah ketidakhadiran siswa di sekolah.

Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi implementasi konseling individu berbasis Social Emotional Learning dalam mengurangi perilaku membolos siswa. Penelitian ini akan membahas konsep dasar SEL, metode penerapan dalam layanan konseling individu, serta dampak yang dapat dihasilkan terhadap kehadiran siswa. Selain itu, artikel ini juga akan mengidentifikasi tantangan dan faktor pendukung dalam penerapan konseling berbasis SEL di lingkungan sekolah.

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai pendekatan SEL dalam layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam konteks intervensi terhadap perilaku membolos. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi konselor sekolah dan pendidik dalam merancang strategi yang lebih efektif dan berbasis psikologis dalam menangani siswa dengan masalah kehadiran. Dengan demikian, implementasi konseling individu berbasis SEL tidak hanya membantu mengurangi angka membolos, tetapi juga mendukung perkembangan emosional dan sosial siswa dalam jangka panjang.

LANDASAN TEORI

Layanan Konseling Individu

Konseling individu adalah pendekatan psikologis yang digunakan untuk membantu individu mengatasi masalah atau tantangan yang mereka hadapi dalam kehidupan pribadi, sosial, atau akademik. Dalam konteks pendidikan, konseling individu berfokus pada penyelesaian masalah pribadi atau emosional siswa yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka di sekolah (Corey, 2017). Pendekatan ini memungkinkan seorang konselor untuk bekerja secara lebih mendalam dengan siswa, mengidentifikasi akar masalah yang mendasari perilaku mereka, dan memberikan dukungan untuk mengembangkan strategi pengelolaan masalah yang efektif.

Dalam konteks perilaku membolos, konseling individu memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka, mengidentifikasi alasan di balik perilaku tersebut, dan belajar untuk mengelola stres atau kecemasan yang mereka alami. Penelitian oleh Muro & Kimbrough (2014) menyatakan bahwa konseling individu yang berfokus

pada pembentukan kesadaran diri dan pengelolaan emosi dapat mengurangi perilaku membolos dengan memberikan siswa alat untuk mengatasi masalah yang mendorong mereka untuk melarikan diri dari sekolah.

Social Emotional Learning

Social Emotional Learning (SEL) adalah proses pembelajaran yang melibatkan pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. SEL membantu individu untuk memahami dan mengelola emosi mereka, berempati dengan orang lain, berinteraksi secara positif, dan membuat keputusan yang bertanggung jawab (CASEL, 2020). SEL terdiri dari lima kompetensi utama: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan interpersonal, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (CASEL, 2017). Kompetensi-kompetensi ini tidak hanya berfungsi untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa, tetapi juga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan mental mereka, yang pada gilirannya dapat mengurangi perilaku negatif seperti membolos.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam implementasi konseling individu berbasis *Social Emotional Learning* (SEL) dalam mengurangi perilaku membolos siswa. Studi kasus dipilih karena memungkinkan eksplorasi fenomena secara holistik dalam konteks nyata (Yin, 2018). Penelitian ini berfokus pada siswa sekolah menengah yang memiliki riwayat membolos. Pendekatan ini sejalan dengan penelitian kualitatif dalam bimbingan dan konseling, yang menekankan pemahaman mendalam terhadap pengalaman individu dan interaksi sosial dalam konteks pendidikan (Creswell & Poth, 2017).

Rancangan Penelitian

Pemilihan subjek penelitian dilakukan menggunakan *purposive sampling*, yaitu memilih siswa yang memiliki tingkat absensi tinggi serta memiliki catatan konsultasi dengan guru BK dalam satu semester terakhir. Selain itu, guru BK dan wali kelas yang memiliki pengalaman dalam menangani siswa dengan masalah absensi juga menjadi informan utama. Teknik ini memastikan bahwa data yang diperoleh relevan dengan tujuan penelitian serta memungkinkan eksplorasi yang lebih mendalam terhadap pengalaman dan strategi yang diterapkan (Merriam & Tisdell, 2016).

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan siswa, guru BK, serta wali kelas yang berinteraksi langsung dengan siswa sasaran. Selain itu, dilakukan observasi partisipatif dalam sesi konseling untuk memahami bagaimana prinsip SEL diterapkan dalam praktik. Data sekunder diperoleh dari dokumen sekolah, seperti laporan kehadiran siswa, catatan konseling, serta kebijakan sekolah terkait bimbingan dan konseling. Teknik triangulasi digunakan untuk meningkatkan validitas data dengan membandingkan informasi dari berbagai sumber (Patton, 2015).

Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik (Braun & Clarke, 2006), yang meliputi beberapa tahap: (1) transkripsi dan pembacaan ulang data wawancara dan observasi, (2) pemberian kode awal berdasarkan tema yang muncul, (3) pengelompokan kode menjadi kategori utama, serta (4) interpretasi temuan untuk menghasilkan pemahaman yang lebih luas mengenai efektivitas konseling berbasis SEL. Proses ini dilakukan secara iteratif untuk memastikan bahwa temuan penelitian mencerminkan

pengalaman dan perspektif subjek secara akurat. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang mendalam dan aplikatif terkait strategi konseling individu dalam mengatasi perilaku membolos siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data dari wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumen sekolah, ditemukan bahwa konseling individu berbasis *Social Emotional Learning* (SEL) memberikan dampak positif terhadap perilaku kehadiran siswa. Temuan penelitian ini dikategorikan ke dalam beberapa poin utama yang mencerminkan perubahan yang terjadi pada siswa, efektivitas penerapan SEL dalam konseling, serta faktor pendukung dan penghambat keberhasilan program ini.

1. Perubahan Perilaku Siswa Setelah Mengikuti Konseling Individu Berbasis SEL

Wawancara dengan siswa yang telah mengikuti sesi konseling menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka mengalami perubahan signifikan dalam pola kehadiran di sekolah. Beberapa siswa yang sebelumnya sering membolos menyatakan bahwa mereka mulai menyadari dampak negatif dari perilaku tersebut terhadap prestasi akademik dan hubungan sosial mereka.

"Sebelumnya saya sering bolos karena merasa sekolah membosankan dan tidak ada yang peduli. Setelah beberapa kali mengikuti konseling, saya mulai memahami bahwa sebenarnya saya hanya merasa cemas dengan pelajaran yang sulit. Konselor membantu saya menemukan cara untuk mengelola rasa cemas itu, dan sekarang saya lebih sering hadir di kelas." (Wawancara bersama siswa)

Observasi juga menunjukkan bahwa siswa yang sebelumnya cenderung menghindari sekolah mulai lebih aktif dalam berinteraksi dengan teman sekelas dan mengikuti kegiatan belajar. Konselor yang mendampingi siswa dalam proses ini menyatakan bahwa perubahan terbesar terjadi ketika siswa mampu mengenali dan mengelola emosi mereka sendiri, salah satu kompetensi utama dalam SEL.

2. Efektivitas Pendekatan SEL dalam Konseling Individu

Hasil wawancara dengan guru BK mengindikasikan bahwa pendekatan SEL dalam konseling individu sangat membantu dalam mengatasi faktor-faktor psikologis yang berkontribusi terhadap perilaku membolos. Konselor menemukan bahwa siswa yang sering membolos umumnya mengalami masalah emosional, seperti rendahnya kepercayaan diri, stres akademik, atau ketidakmampuan dalam membangun hubungan sosial yang sehat.

"Banyak siswa yang membolos sebenarnya merasa tidak nyaman di sekolah, entah karena mereka merasa tidak cukup pintar, mengalami konflik dengan teman, atau menghadapi tekanan dari keluarga. Dengan pendekatan SEL, kami membantu mereka mengidentifikasi perasaan mereka dan mengajarkan strategi untuk menghadapi tantangan tersebut dengan cara yang lebih sehat." (Wawancara bersama guru BK)

Dari pengamatan terhadap sesi konseling, ditemukan bahwa beberapa strategi SEL yang paling efektif dalam membantu siswa adalah latihan kesadaran diri, teknik pengelolaan stres, serta penguatan keterampilan komunikasi. Beberapa siswa melaporkan bahwa mereka merasa lebih nyaman dalam mengungkapkan perasaan mereka dan lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan guru maupun teman sebaya.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi Konseling SEL

Dalam penerapan program ini, terdapat beberapa faktor yang mendukung maupun menghambat efektivitas konseling individu berbasis SEL. Adapun faktor pendukung meliputi (1) Dukungan Sekolah. Guru dan pihak sekolah memberikan ruang bagi konselor untuk melakukan sesi konseling yang lebih personal dengan siswa yang membutuhkan, (2) Keterlibatan Orang Tua. Beberapa siswa yang mengalami peningkatan kehadiran ternyata mendapat dukungan kuat dari orang tua mereka, baik dalam bentuk komunikasi yang lebih terbuka maupun pengawasan yang lebih baik terhadap aktivitas sekolah. dan (3) Kompetensi Guru BK/Konselor. Guru BK/Konselor yang memiliki pemahaman mendalam mengenai prinsip-prinsip SEL mampu menerapkan strategi yang lebih efektif dalam menangani siswa dengan masalah absensi.

Sedangkan untuk faktor penghambat yaitu (1) Resistensi Siswa. Beberapa siswa awalnya menunjukkan penolakan terhadap konseling karena merasa tidak membutuhkan bantuan atau takut dianggap "bermasalah", (2) Keterbatasan Waktu Konseling. Konselor memiliki keterbatasan waktu dalam menangani setiap siswa secara mendalam karena banyaknya kasus yang harus ditangani, dan (3) Kurangnya Pemahaman SEL di Sekolah. Tidak semua guru memahami konsep SEL, sehingga strategi ini belum terintegrasi secara menyeluruh dalam sistem pembelajaran di sekolah.

Berikut hasil wawancara bersama guru BK/Konselor berkaitan dengan faktor pendukung dan penghambat dalam mengimplementasi konseling individu berbasis SEL. Guru BK menyatakan,

"Kami melihat hasil yang baik dari konseling individu berbasis SEL ini, tetapi tantangannya adalah bagaimana menerapkan prinsip yang sama dalam pengajaran sehari-hari. Jika semua guru memahami konsep ini, mungkin hasilnya bisa lebih maksimal."

4. Perbandingan dengan Penelitian Sebelumnya

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa studi terdahulu yang menunjukkan efektivitas SEL dalam meningkatkan kesejahteraan emosional dan akademik siswa (Taylor et al., 2017). Namun, penelitian ini lebih spesifik dalam konteks konseling individu, yang belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya.

Tabel 1. Perbandingan Dengan Penelitian Terhadulu

Aspek	Penelitian Ini	Penelitian Sebelumnya (Taylor et al., 2017; Finning et al., 2019)
Fokus	Konseling individu berbasis SEL	Program SEL berbasis kelas atau kelompok
Dampak yang Diukur	Perubahan perilaku membolos	Kesejahteraan emosional dan keterlibatan akademik
Faktor Pendukung	Peran konselor dan keterlibatan orang tua	Dukungan sekolah dan kurikulum
Faktor Penghambat	Resistensi siswa dan keterbatasan waktu	Kurangnya integrasi SEL dalam kurikulum

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa konseling individu

berbasis *Social Emotional Learning* efektif dalam mengurangi perilaku membolos siswa. Pendekatan ini membantu siswa dalam mengembangkan kesadaran diri, keterampilan sosial, dan kemampuan mengelola emosi yang lebih baik, sehingga mereka lebih termotivasi untuk hadir di sekolah. Namun, efektivitas program ini masih dipengaruhi oleh beberapa tantangan, seperti keterbatasan waktu konseling dan kurangnya pemahaman SEL di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, perlu adanya integrasi lebih luas dari konsep SEL dalam sistem pendidikan agar manfaatnya dapat dirasakan oleh lebih banyak siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). *Using Thematic Analysis In Psychology*. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- CASEL. (2020). *What is SEL? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*. Retrieved from <https://casel.org>
- Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Brooks/Cole.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2017). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Finning, K., Ukoumunne, O. C., Ford, T., Danielsson-Waters, E., Shaw, L., Romero De Jager, I., & Moore, D. A. (2019). *The association between anxiety and poor attendance at school a systematic review*. *Child and Adolescent Mental Health*, 24(3), 205-216. <https://doi.org/10.1111/camh.12322>
- Gottfried, M. A. (2019). *Chronic absenteeism in the classroom context: Effects on achievement*. *Urban Education*, 54(1), 3-34. <https://doi.org/10.1177/0042085915618709>
- Kearney, C. A. (2016). *Managing school absenteeism at multiple tiers: An evidence-based and practical guide for professionals*. Oxford University Press.
- Kemendikbudristek. (2023). *Laporan Pendidikan Nasional: Tren Kehadiran Siswa Pasca-Pandemi*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. Retrieved from <https://kemdikbud.go.id>
- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). *Qualitative research: A guide to design and implementation*. Jossey-Bass.
- Muro, J., & Kimbrough, J. (2014). *Handbook of School Counseling*. Pearson
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4th ed.). SAGE Publications.
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2017). *Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects*. *Child Development*, 88(4), 1156-1171. <https://doi.org/10.1111/cdev.12864>
- UNESCO. (2022). *Global education monitoring report 2022: Education in a post-COVID world*. UNESCO. Retrieved from <https://unesdoc.unesco.org>
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.