

Peningkatan Kedisiplinan Belajar dengan Teknik Shaping dan Penguatan Positif di SMP Negeri 26 Pontianak

Delia Ernistya, Muhammad Asrori, Amallia Putri

Universitas Tanjungpura
deliaernistyaaaa@gmail.com

Article History

accepted 1/2/2026

approved 1/3/2026

published 24/4/2026

Abstract

This research is motivated by the problem of students undisciplined behavior in participating in the teaching and learning process. The goal of this study is to help students who are undisciplined in learning to become disciplined in participating in the teaching and learning process by identifying the factors causing this behavior. The methods used include interviews, observation and document analysis, following the steps of problem identification, diagnosis, prognosis, treatment, evaluation and follow-up. The results obtained from this study can be seen from the increase in changes in the behavior of both students who began to comply with the rules and regulations in the school, a sense of respect for time, can manage study time, pay attention to ongoing learning in the classroom, carry out tasks and obligations received on time. These findings emphasize the importance of consistent support from teachers, parents and peers to maintain this improvement and ensure long-term behavioral changes.

Keywords: student discipline, shaping technique, positive reinforcement, counseling

Abstrak

Penelitian ini di latarbelakangi dari permasalahan tingkah laku peserta didik yang tidak disiplin dalam mengikuti proses belajar mengajar. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk membantu peserta didik yang tidak disiplin belajar supaya kembali disiplin dalam mengikuti proses belajar mengajar dengan cara mencari faktor penyebab dari perilaku tersebut. Metode yang digunakan meliputi wawancara, observasi dan analisis dokumen, mengikuti langkah-langkah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan tindak lanjut. Adapun hasil yang di dapat dari penelitian ini yaitu dapat terlihat dari peningkatan perubahan tingkah laku kedua peserta didik yang mulai mentaati peraturan dan tata tertib yang ada di sekolah, adanya rasa menghargai waktu, dapat mengatur waktu belajar, memperhatikan pembelajaran yang sedang berlangsung di dalam kelas, melaksanakan tugas dan kewajiban yang di terima dengan tepat waktu. Temuan inilah yang menekankan pentingnya dukungan yang konsisten dari guru, orang tua dan teman sebaya untuk mempertahankan perbaikan ini dan memastikan perubahan perilaku dalam jangka waktu yang panjang.

Kata kunci: disiplin siswa, teknik shaping, penguatan positif, konseling



PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai aspek mendasar dalam kehidupan suatu bangsa memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan menjamin kelangsungan suatu negara. Salah satu faktor utama yang memengaruhi keberhasilan individu dalam pendidikan adalah kedisiplinan belajar. Disiplin belajar merupakan bagian dari faktor internal yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengelola waktu, mematuhi aturan akademik serta berkomitmen untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab belajar dengan baik. Keberhasilan dalam pendidikan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti kecerdasan, kemampuan berpikir kritis dan kondisi psikologis. Tetapi, faktor eksternal juga mempengaruhi seperti lingkungan sekolah dan fasilitas pendidikan. Disiplin belajar berperan dalam memaksimalkan manfaat dari faktor - faktor ini. Menurut Lolong (2024), peserta didik yang disiplin lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar yang mendukung, yang pada gilirannya meningkatkan minat dan keterlibatan mereka dalam proses belajar.

Namun dalam praktiknya, tidak semua peserta didik memiliki tingkat kedisiplinan yang baik, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam mengikuti kegiatan belajar. Hal ini dapat terlihat dari kebiasaan menunda tugas, kurangnya perhatian saat pembelajaran berlangsung atau kurangnya motivasi dalam menyelesaikan pekerjaan akademik. Oleh karena itu, pendidikan formal di sekolah tidak dapat dipisahkan dari peran guru bimbingan dan konseling yang memiliki tanggung jawab untuk membantu peserta didik mengembangkan kedisiplinan belajar. Dengan demikian, pendidikan yang berkualitas tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pembentukan karakter dan kedisiplinan peserta didik.

Disiplin belajar merupakan faktor penting dalam meningkatkan prestasi akademik peserta didik serta membentuk kebiasaan positif dalam proses pembelajaran. Disiplin belajar merupakan suatu kondisi yang terbentuk melalui proses internal dan eksternal yang mencerminkan kepatuhan terhadap aturan serta keteraturan dalam menjalankan aktivitas akademik. Seperti yang disampaikan Unaradjan (dalam Sukmana, 2016) disiplin adalah suatu upaya untuk mencegah pelanggaran terhadap aturan yang telah disepakati dalam suatu kegiatan, sehingga individu dapat melaksanakan tugasnya dengan penuh tanggung jawab. Selain itu, Sudirman, dkk (dalam Oktofy, 2022) disiplin belajar melibatkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan keterlibatan. Sementara itu, Sholihat, Effendi & Haerudin (dalam Kurniasari, 2022) menegaskan bahwa disiplin belajar mencerminkan kesadaran seseorang dalam mengikuti metode pembelajaran yang sesuai, baik dalam perencanaan, pelaksanaan maupun penyelesaian tugas akademik. Dari ketiga pendapat tersebut, disiplin belajar diartikan sebagai kesadaran individu untuk mengatur, mengontrol dan mematuhi peraturan yang berlaku dalam proses pendidikan guna mencapai hasil belajar yang optimal.

Disiplin belajar bertujuan untuk menanamkan ketaatan dan kepatuhan dalam proses pembelajaran, sehingga peserta didik dapat berkembang menjadi individu yang lebih tertib dan bertanggungjawab dalam belajar. Tu'u (dalam Dhana, 2023) menekankan bahwa disiplin belajar sangat penting karena muncul dari kesadaran diri peserta didik, memungkinkan mereka untuk mengoptimalkan potensi serta prestasi akademik mereka. Dengan adanya disiplin, suasana pembelajaran menjadi lebih tertib, tenang dan kondusif sehingga peserta didik lebih memahami pentingnya norma, peraturan, serta kepatuhan dalam lingkungan sekolah maupun masyarakat. Schaefer Charles (dalam Rahayu, 2022) menambahkan bahwa tujuan disiplin belajar mencakup jangka pendek dan jangka panjang. Tujuan jangka pendek adalah melatih peserta didik agar terbiasa mengontrol perilakunya dalam aktivitas belajar, sedangkan tujuan jangka panjang adalah membantu mereka dalam menggambarkan kemampuan mengendalikan diri secara mandiri tanpa pengaruh dari luar. Sejalan dengan itu, Maman Rachman (dalam Ristiana, 2020) menegaskan bahwa disiplin belajar tidak hanya membantu

peserta didik memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, tetapi juga mengatur keseimbangan antara keinginan individu serta mendorong mereka untuk melakukan tindakan yang benar. Kebiasaan positif yang terbentuk melalui disiplin ini juga akan berdampak pada ketenangan jiwa dan lingkungan di sekitarnya.

Disiplin belajar memiliki peran yang sangat penting bagi peserta didik karena menjadi dasar membentuk sikap, perilaku dan pola hidup yang mendukung keberhasilan mereka dalam pendidikan dan karir di masa depan. Dengan menerapkan disiplin, peserta didik akan lebih mampu berinteraksi secara positif dengan kelompok, mengembangkan karakter yang baik, serta menyesuaikan diri dengan peraturan yang berlaku. Susanto (dalam Sukmana, 2016) juga mengemukakan bahwa disiplin belajar berfungsi dalam proses sosialisasi peserta didik, membentuk kematangan pribadi serta membantu internalisasi standar moral dan kewajiban. Disiplin juga membantu peserta didik memahami batasan tingkah laku mereka dalam lingkungan sosial, yang pada akhirnya mendorong mereka untuk bertindak sesuai norma yang berlaku. Sejalan dengan itu, Mulyasa (dalam Oktofya, 2022) menambahkan bahwa disiplin belajar membantu membentuk keteraturan hidup, melatih sikap patuh terhadap peraturan serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Berdasarkan berbagai pendapat ini, dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar berfungsi untuk membantu peserta didik dalam menanamkan kebiasaan patuh terhadap aturan demi menciptakan proses pembelajaran yang efektif dan lingkungan akademik yang lebih baik.

Disiplin dalam proses pembelajaran memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif serta membantu peserta didik mencapai prestasi akademik yang optimal. Anneahira (dalam Kurniasari, 2022) menegaskan bahwa dalam dunia pendidikan, disiplin adalah faktor krusial yang harus dimiliki setiap peserta didik untuk mencapai keberhasilan. Selain itu, Rohman (dalam Putra, 2014) menjelaskan bahwa disiplin membantu peserta didik memahami perbedaan antara perilaku yang dapat diterima dan yang tidak dapat diterima, serta membentuk kesadaran bahwa setiap tindakan memiliki konsekuensi. Dengan adanya disiplin, peserta didik dapat lebih mudah beradaptasi dalam berbagai lingkungan sosial, baik di rumah, sekolah, maupun masyarakat. Lebih lanjut Tu'u (dalam Rahayu, 2022) menyatakan bahwa disiplin belajar memberikan dampak positif dengan mendorong peserta didik untuk belajar secara sistematis dan bertanggung jawab. Disiplin bukan hanya membatasi perilaku tidak sesuai, tetapi juga membentuk kebiasaan baik yang pada akhirnya akan melekat dalam diri peserta didik, membantu mereka dalam mengembangkan keteraturan dan kemandirian dalam belajar.

Namun, tidak semua peserta didik memiliki kedisiplinan yang baik dalam belajar dan hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Sukmadinata (dalam Wulandari, 2023) mengungkapkan bahwa kurangnya minat dan motivasi menjadi penyebab utama ketidakdisiplinan belajar. Selain itu, Siska (dalam Suhendri, 2016) menyoroti peran keluarga dalam membentuk kebiasaan disiplin, dimana orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam memberikan bimbingan dan aturan yang jelas. Selain itu, kondisi sekolah, termasuk sarana dan fasilitas yang tersedia, juga berkontribusi dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung atau justru menghambat kedisiplinan peserta didik. Faktor lain yang tak kalah penting adalah lingkungan sosial, yang dapat mempengaruhi perilaku peserta didik dalam mematuhi aturan dan tata tertib sekolah. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengatasi faktor-faktor tersebut agar peserta didik dapat membangun kebiasaan disiplin yang lebih baik.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan disiplin belajar adalah penerapan konseling individu dengan teknik *shaping* dan penguatan positif. Fachrudin (dalam Rusnawati, 2022) menjelaskan bahwa membentuk perilaku disiplin sejak dini akan membantu peserta didik mengembangkan kemandirian serta mengurangi perilaku tidak disiplin yang dapat menghambat proses pembelajaran. Selain itu, Gunarsa (dalam Rusnawati, 2022) menekankan bahwa penerapan disiplin dalam

pendidikan membantu peserta didik memahami hak dan kewajiban sosial mereka, sehingga mereka lebih menghargai norma yang berlaku di lingkungan sekolah dan masyarakat. Teknik *shaping* merupakan metode yang dapat digunakan untuk membentuk kebiasaan disiplin peserta didik dengan memberikan penguatan positif secara bertahap dan sistematis.

Teknik *shaping* merupakan metode dalam terapi perilaku yang digunakan untuk membentuk perilaku baru yang sebelumnya belum muncul dengan memberikan *reinforcement* secara sistematis setiap kali perilaku tersebut ditampilkan. Komalasari dkk (dalam Dharsana, 2018) menjelaskan bahwa *shaping* dilakukan secara bertahap dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari perilaku yang diinginkan sehingga mendekati bentuk akhir. Dalam proses ini, konselor menggunakan *reinforcement* primer maupun sekunder untuk memperkuat perilaku yang lebih adaptif. Lesmana (dalam Dharsana, 2018) menambahkan bahwa *shaping* adalah pembelajaran perilaku yang dilakukan dengan melalui pendekatan aproksimasi suksesif, dimana perilaku dipecah menjadi unit-unit kecil yang dapat dikelola dan dipelajari secara bertahap. Senada dengan itu, Gladding (dalam Dhana, 2023) menjelaskan bahwa *shaping* membantu individu dalam mengembangkan perilaku baru dengan membaginya kedalam langkah-langkah yang lebih sederhana sehingga lebih mudah dipahami. Sementara itu, Martin & Pear (dalam Kurniasari, 2022) menyatakan bahwa *shaping* adalah proses yang mengembangkan perilaku baru melalui penguatan secara bertahap hingga perilaku target muncul secara stabil. Dari pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa *shaping* adalah teknik pembentukan perilaku yang dilakukan secara bertahap dengan penguatan sistematis untuk memastikan individu dapat mencapai perilaku yang diinginkan.

Teknik *shaping* berguna untuk membantu individu mengembangkan perilaku baru yang belum muncul dengan memberikan penguatan secara bertahap dan sistematis. Miltenberger (dalam Supriyanto, 2016) menjelaskan bahwa teknik ini dapat diterapkan dalam berbagai situasi, seperti melatih keterampilan tertentu, mengembangkan keterampilan terbaru serta mengembalikan perilaku yang sebelumnya telah hilang karena trauma atau pengalaman negatif. Hambali (dalam Monicana, 2023) menambahkan bahwa *shaping* dapat membantu individu dalam menghilangkan respons maladaptif, menggantinya dengan respons yang lebih sehat, serta meningkatkan efektivitas proses pembelajaran. Berdasarkan pandangan tersebut, *shaping* dapat digunakan untuk menciptakan perilaku baru yang lebih baik, meningkatkan disiplin dan membantu individu dalam menghilangkan kebiasaan buruk secara sistematis.

Sejalan dengan hal tersebut, penguatan positif memainkan peran penting dalam mendukung penerapan teknik *shaping*. Penguatan positif merujuk pada pemberian stimulus yang mengikuti suatu perilaku yang menyebabkan perilaku tersebut semakin sering muncul. Martin dan Pear (dalam Manurung, 2017) menganggap penguatan positif sebagai hal yang serupa dengan hadiah (*reward*). Sedangkan Dalyono (dalam Noviekayati, 2020) menyatakan bahwa penguatan positif adalah pemberian stimulus yang meningkatkan kemungkinan munculnya respon tertentu. Sementara, Sukadji (dalam Manurung, 2017) menjelaskan bahwa penguatan positif terjadi ketika stimulus diberikan berulang kali setelah suatu perilaku, sehingga meningkatkan frekuensi perilaku tersebut. Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa penguatan positif adalah stimulus yang diberikan dengan segera setelah perilaku tertentu yang dapat meningkatkan frekuensi perilaku tersebut.

Dalam konteks pembelajaran, penguatan positif tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan perilaku, tetapi juga memiliki manfaat penting. Sutikno (dalam Rahmah, 2018) mengungkapkan bahwa penguatan dapat mendorong peserta didik untuk lebih aktif dan meningkatkan frekuensi perilaku positif mereka. Sutikno juga menjelaskan bahwa penguatan dalam pembelajaran memiliki fungsi untuk meningkatkan perhatian peserta didik terhadap pelajaran, merangsang dan meningkatkan motivasi belajar serta mendorong perilaku yang produktif. Djamarah (dalam Manurung, 2017) menambahkan

lima manfaat penguatan positif dalam interaksi edukatif, yaitu untuk meningkatkan perhatian, memberikan motivasi, mengubah perilaku yang mengganggu, mengembangkan rasa percaya diri dan mengarahkan pemikiran divergen. Hasibuan dan Moedjiono (dalam Noviekayati, 2020) juga mencatat manfaat penguatan positif dalam meningkatkan perhatian peserta didik, mengontrol perilaku yang mengganggu serta mendorong perkembangan inisiatif. Secara keseluruhan, penguatan positif yang diterapkan dengan tepat dapat memotivasi peserta didik untuk lebih fokus pada pembelajaran dan rasa percaya diri mereka.

Oleh sebab itu, yang menjadi fokus dalam hal ini adalah peserta didik yang memiliki perilaku yang tidak disiplin belajar, Hal ini dilakukan untuk memperoleh informasi objektif dan mendeskripsikan tentang faktor-faktor penyebab, dampak dan cara yang tepat untuk mengatasi peserta didik yang tidak disiplin belajar dengan menggunakan teknik *shaping* dan penguatan positif. Dalam konteks *shaping*, penguatan positif harus diberikan secara bertahap seiring dengan kemajuan individu dalam mengembangkan perilaku baru. Dengan menggabungkan teknik *shaping* dan penguatan positif, perilaku yang sebelumnya tidak ada atau tidak diinginkan dapat secara efektif dikembangkan atau diubah menjadi perilaku yang lebih produktif..

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian studi kasus, yang bertujuan menyelidiki suatu fenomena secara mendalam dan menyeluruh. Menurut Guba dkk (dalam Assyakurrohim, 2022) penelitian studi kasus dilakukan dengan memfokuskan pada satu objek secara intensif menggunakan berbagai sumber data. Heppner dkk (dalam Assyakurrohim, 2022) menambahkan bahwa meskipun pendekatan ini memberikan informasi mendalam, kadang kurang memiliki kontrol eksperimental yang dapat memengaruhi kesimpulan. Dantes (dalam Harahap, 2023) menjelaskan bahwa penelitian studi kasus memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran lengkap mengenai masalah yang diteliti. Dengan pendekatan ini, penelitian ini bertujuan menggali masalah ketidakdisiplinan peserta didik secara menyeluruh untuk memahami penyebab dan solusi yang tepat.

Penelitian ini berfokus pada dua subjek kasus yang merupakan peserta didik kelas VIII A SMP Negeri 26 Pontianak, yang menunjukkan perilaku tidak disiplin dalam mengikuti proses belajar mengajar. Berdasarkan wawancara dengan guru BK dan wali kelas, diketahui bahwa kedua subjek kasus I cenderung keluar masuk kelas tanpa izin, sering telat mengumpulkan tugas serta bersikap kasar dan membuli teman-temannya. Sedangkan subjek kasus II menunda tugas, tidak bertanya jika kesulitan dan lebih memilih untuk tidak mengikuti kegiatan sekolah. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 26 pada tahun ajaran 2024/2025 yang berlokasi di Jl. Ya'm Sabran Gg. Orde Baru, Kelurahan Tanjung Hulu, Kecamatan Pontianak Timur. Penelitian ini dilaksanakan selama bulan Juli hingga Agustus 2024.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan permasalahan secara sistematis sesuai dengan situasi yang ada. Metode deskriptif ini akan memaparkan data mengenai penyebab dan dampak ketidakdisiplinan peserta didik dalam pembelajaran. data yang diperoleh melalui wawancara dengan subjek kasus, guru BK, wali kelas dan teman dekat peserta didik, selain itu juga menggunakan observasi dan dokumentasi untuk memperoleh bukti yang lebih mendalam. Dalam menganalisis data, peneliti mengikuti langkah-langkah yang dikemukakan Tohirin (dalam Santosa, 2024) yang meliputi identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi serta tindak lanjut. Peneliti menggunakan teknik *shaping* dan penguatan positif sebagai bagian dari pendekatan konseling untuk mengubah perilaku tidak disiplin subjek kasus. *Shaping* diterapkan untuk membantu subjek kasus melalui tahapan perilaku yang lebih disiplin, sementara penguatan positif digunakan untuk memperkuat perilaku positif yang mulai muncul. Evaluasi dilakukan

untuk menilai perubahan yang terjadi selama proses *treatment* dan tindak lanjut akan dilakukan jika perubahan yang diinginkan belum tercapai, termasuk kemungkinan melibatkan profesional lain seperti psikolog jika diperlukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menangani masalah ketidaksiplinan belajar pada dua peserta didik melalui layanan konseling individual dengan teknik *shaping* dan penguatan positif. Teknik ini diterapkan dengan harapan dapat merubah perilaku tidak disiplin mereka menjadi lebih disiplin dan mengikuti proses pembelajaran. Melalui pendekatan ini, peneliti memberikan perhatian khusus pada identifikasi masalah yang dialami masing-masing peserta didik, diagnosis, prognosis, *treatment* serta yang dilaksanakan secara bertahap dan berkelanjutan. Pada tahap pertama, identifikasi kasus dilakukan untuk menggali permasalahan peserta didik secara lebih mendalam. Dari wawancara dengan subjek kasus, guru dan teman dekat ditemukan bahwa subjek kasus mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran secara disiplin yang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Identifikasi Masalah

No	Hasil Wawancara	Subjek Kasus I (A)	Subjek Kasus II (IN)
1	Subjek kasus	Awalnya mau mengikuti pembelajaran, namun tidak aktif dan menunda tugas. Terlalu banyak bermain dan tidak disiplin, sering meninggalkan kelas, tidak mendengarkan guru, mencontek dan tidak menyelesaikan tugas tepat waktu.	Cenderung pendiam, sulit bergaul dan tidak bertanya saat tidak mengerti materi yang disampaikan guru. Akibatnya, selalu terlambat mengumpulkan tugas dan tidak disiplin dalam belajar
2	Guru BK dan Wali kelas	awalnya memiliki kepribadian baik. Kemudian menunjukkan ketidaksiplinan seperti meninggalkan buku pelajaran, hanya membawa buku tulis ke sekolah, tidak mendengarkan guru, menunda tugas, tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, mengganggu teman-temannya dan sering meninggalkan kelas	Tingkah laku tidak disiplin sejak awal, seperti tidak bertanya saat tidak mengerti, menunda-nunda tugas, tidak mengikuti kegiatan sekolah, mencontek, sering tidak mencatat materi penting dan kesulitan dalam mengerjakan tugas.
3	Teman dekat	Ceria, memiliki banyak teman, namun lebih senang bermain dan mengganggu teman di kelas. Sering tidur saat pelajaran, berbicara kasar dan sulit diberi nasihat.	Pendiam, sulit bersosialisasi, sering tidur dikelas, mengobrol dengan teman saat pelajaran, sering melamun dan tidak bertanya jika ada soal yang tidak dimengerti.

Kemudian peneliti melakukan tahap diagnosis untuk menggali lebih dalam mengenai faktor penyebab masalah yang dialami oleh kedua subjek kasus dalam hal ketidaksukaan mereka terhadap proses pembelajaran. Berdasarkan wawancara dengan subjek kasus, guru BK, wali kelas dan teman dekat diketahui bahwa faktor keluarga memiliki pengaruh besar terhadap sikap disiplin belajar yang ditunjukkan oleh kedua subjek kasus. Berikut adalah diagnosis terhadap kedua subjek kasus :

Tabel 2. Faktor Penyebab

Subjek Kasus	Faktor Penyebab
Subjek kasus I (A)	Orang tua A tidak pernah menanyakan mengenai hasil belajarnya di sekolah. Selain itu, orang tuanya juga tidak pernah mendampingi proses belajarnya, sehingga A lebih memilih untuk bermain daripada belajar. A sering mengalami perlakuan kasar, terutama ayahnya yang membuatnya enggan berada di rumah dan lebih memilih untuk bermain dengan teman-temannya di luar, mengabaikan kewajibannya sebagai pelajar. Ditambah lagi, A tinggal di lingkungan yang relatif bebas bagi anak seusianya. hal ini menyebabkan A sering tertinggal dalam materi pelajar. Baginya, belajar terasa membosankan dan mengantuk, sehingga di kelas A lebih suka mengobrol dan mengganggu teman-temannya.
Subjek Kasus II (N)	N selalu didorong untuk belajar tanpa henti oleh kedua orang tuanya, yang membuatnya merasa bahwa hal ini justru mengganggu fokusnya dalam memahami materi pelajaran, karena ia melakukannya tanpa ada keinginan dari dirinya sendiri. Selain itu, N juga dilarang untuk bermain dengan teman-temannya, yang menyebabkan N merasa tertekan saat berada di rumah. N berharap diberi waktu untuk bermain bersama teman-temannya sebagai cara untuk melepas penat setelah sekolah. Akibatnya, perlakuan orang tua membuat N merasa tertekan dan enggan melakukan apapun karena kurangnya kesempatan untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya

Setelah mengidentifikasi penyebab ketidakdisiplinan belajar pada subjek kasus, peneliti merancang bantuan bertahap dan berkelanjutan untuk menangani masalah tersebut. Layanan yang diberikan berupa konseling perilaku, menggunakan teknik *shaping* untuk membentuk perilaku disiplin dan menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan. Selain itu teknik penguatan positif digunakan untuk memberi motivasi, memusatkan perhatian dan meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Penguatan positif juga diharapkan dapat mengubah dan mempertahankan perilaku yang lebih baik.

Langkah keempat yang dilakukan oleh peneliti adalah menerapkan teknik *shaping* yang telah disusun dalam prognosis. *Treatment* dimulai setelah peneliti berhasil membangun hubungan yang baik dan subjek kasus merasa nyaman serta terbuka. Dengan menggunakan teknik *shaping* dan penguatan positif, peneliti berharap dapat membantu subjek kasus meningkatkan disiplin belajar. Proses konseling dilakukan dalam empat pertemuan yang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. *Treatment*

Pertemuan	Subjek Kasus I	Subjek Kasus II
Pertemuan 1	Teknik rapport diterapkan untuk membangun hubungan awal dengan subjek kasus A. Peneliti menyapa dengan keramahan dan memulai percakapan ringan. A menunjukkan ketertarikan saat membahas dampak negatif dari ketidak disiplin belajar, seperti menurunnya prestasi dan kesulitan menjawab pertanyaan di kelas.	Teknik rapport juga diterapkan pada subjek N, dengan tujuan membangun rasa nyaman. N terlihat mulai terbuka dan mengikuti percakapan dengan baik. Peneliti menjelaskan dampak negatif ketidakdisiplinan dalam belajar, seperti prestasi yang menurun dan hukuman yang diberikan guru.
Pertemuan 2	Teknik shaping dan penguatan positif digunakan untuk mengidentifikasi masalah perilaku A. Peneliti melakukan analisis ABC dan meminta A untuk menceritakan perbuatan tidak disiplin yang dilakukan selama belajar. A menyadari bahwa ia sering menunda tugas dan mengganggu teman-temannya.	Teknik shaping dan penguatan positif diterapkan pada N dengan menggunakan analisis ABC. N mengungkapkan kebiasaan buruk seperti tidak bertanya saat kesulitan materi dan menunda-nunda tugas. Peneliti memberikan penguatan positif agar N merasa dihargai atas usaha yang dilakukan.
Pertemuan 3	A mulai menunjukkan sikap lebih disiplin dengan berusaha mendengarkan guru dan bertanya jika ada yang tidak dipahami. A diajarkan cara membuat jadwal untuk mengatur waktu antara bermain dan belajar.	N menunjukkan perkembangan dengan mulai bertanya jika ada yang kurang dipahami dalam pelajaran. N merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk meningkatkan kedisiplinannya dalam belajar. Peneliti memberikan penguatan positif dan mendorong N untuk membuat jadwal harian yang lebih terstruktur.
Pertemuan 4	A telah menunjukkan kemajuan yang signifikan dengan mengikuti kelas dengan lebih fokus. A mengungkapkan bahwa ia merasa lebih baik dengan membagi waktu untuk belajar dan bermain. Peneliti menyarankan A untuk terus mempertahankan sikap disiplin ini.	N terlihat lebih disiplin dan mengikuti kelas dengan penuh perhatian. N menyatakan bahwa ia merasa lebih mudah memahami materi dengan rajin bertanya kepada guru dan mematuhi waktu belajar yang telah disusun. Peneliti memberikan pujian atas perubahan positif yang terjadi pada N.

Langkah kelima yang dilakukan oleh peneliti adalah evaluasi. Evaluasi ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana dampak dari konseling yang telah diberikan

kepada subjek kasus. pada tahap ini, peneliti mengamati perubahan-perubahan yang mulai muncul pada subjek kasus. Selain itu, peneliti juga memeriksa perilaku subjek kasus sebelum, selama dan setelah proses terapi dilakukan. Langkah ini bertujuan untuk memperoleh informasi terkait dengan perubahan yang dialami subjek kasus. Berikut adalah hasil evaluasi untuk kedua subjek kasus :

Tabel 4. Evaluasi

Subjek Kasus	Sebelum Treatment	Selama Treatment	Setelah Treatment	Tindak Lanjut
Subjek Kasus I (A)	<ul style="list-style-type: none"> - Sering meninggalkan buku pelajaran di laci kelas. - Tidak mau mendengarkan guru yang menjelaskan. - Jahil dan mengganggu teman. - Menunda-nunda tugas, tidak mengumpulkan tugas tepat waktu. - Banyak bermain daripada belajar. - Tidak aktif dalam kelompok belajar. - Sering meninggalkan kelas sebelum selesai. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengikuti arahan peneliti dengan konsisten. - Mulai membawa pulang buku pelajaran. - Fokus saat mendengarkan guru. - Tidak mengganggu teman selama pembelajaran. - Mengumpulkan tugas tepat waktu. - Aktif dalam kelompok belajar. - Tidak lagi meninggalkan kelas sebelum pembelajaran selesai. 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek A sudah disiplin membawa buku, mendengarkan guru dan mengumpulkan tugas tepat waktu. - Fokus pada pembelajaran, menjawab pertanyaan guru. - Menunjukkan sikap yang positif dalam kelas. 	<p>Peneliti akan terus memberikan dukungan dan motivasi. Memantau perkembangan guru wali kelas dan teman dekat. Terus mendorong subjek untuk mempertahankan disiplin belajarnya.</p>
Subjek Kasus II (N)	<ul style="list-style-type: none"> - Tidak mau bertanya jika tidak mengerti materi. - Menunda-nunda tugas, tidak menggunakan waktu belajar dengan efektif. - Tidak mengumpulkan tugas tepat 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengikuti arahan dan mulai bertanya kepada guru jika ada yang tidak dimengerti. - Tidak menunda-nunda tugas. - Mencatat materi yang dianggap penting. - Mengumpulkan 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek N sudah mau bertanya kepada guru, mengumpulkan tugas tepat waktu dan mencatat materi penting. - Mengikuti kegiatan sekolah dengan lebih disiplin. 	<p>Peneliti akan terus memberikan dukungan dan motivasi. Memantau perkembangan melalui guru wali kelas dan teman dekat. Menyediakan dukungan agar subjek</p>

waktu.	tugas tepat	mempertahank
- Tidak mencatat	waktu.	an perubahan
materi yang	- Aktif dalam	disiplin belajar
dianggap	mengikuti	
penting.	kegiatan	
- Mencontek saat	sekolah.	
mengerjakan		
tugas.		
- Tidak mengikuti		
kegiatan		
sekolah.		

Berdasarkan hasil data yang telah disajikan dan dideskripsikan mengenai peningkatan kedisiplinan belajar dengan penerapan teknik shaping dan penguatan positif pada peserta didik kelas VIII A SMP Negeri 26 Pontianak, Proses konseling dimulai dengan pengumpulan informasi melalui observasi dan wawancara dengan subjek kasus serta informan lainnya seperti guru BK, wali kelas dan teman dekat. Sebagai awal, diketahui bahwa kedua subjek aksus memiliki tingkah laku yang tidak disiplin dalam belajar. Faktor penyebab ketidakdisiplinan belajar kedua subjek kasus memiliki kesamaan yaitu disebabkan oleh faktor keluarga yang menghalangi mereka untuk lebih mengutamakan belajar. Sejalan dengan pendapat Siska (dalam Suhendri, 2016) keluarga adalah tempat pertama membentuk kepribadian anak dan merupakan faktor penting dalam perkembangan karakter mereka. Mudzakir (dalam Wulandari, 2023) juga menyatakan bahwa faktor keluarga berperan besar dalam tingkah laku tidak disiplin belajar peserta didik. Namun, meskipun faktor keluarga serupa, pola asuh yang diberikan orang tua masing-masing subjek kasus berbeda.

Pada subjek kasus I, orang tua tidak pernah mengajukan pertanyaan tentang hasil belajar di sekolah dan tidak mendampingi anaknya belajar, sehingga ia lebih memilih bermain daripada belajar. A juga sering mendapatkan perlakuan kasar, terutama dari ayahnya. Hal ini membuat A enggan berada di rumah dan senang bermain di luar, mengabaikan kewajibannya sebagai pelajar. Disisi lain, subjek kasus II selalu dituntut untuk belajar oleh kedua orang tuanya, yang menyebabkan dia merasa tidak bisa fokus pada materi pelajaran karena hal itu dilakukan bukan karena keinginannya sendiri. Selain itu, ia juga dilarang bermain dengan teman-temannya, yang membuatnya merasa tertekan di rumah. Kedua subjek ini juga menunjukkan kurangnya motivasi dari orang tua, sesuai dengan pandangan Sukmadinata (dalam Wulandari, 2023) yang menyatakan bahwa kurangnya minat dan motivasi juga menjadi faktor dalam ketidakdisiplinan belajar.

Tingkah laku tidak disiplin belajar jelas berdampak negatif pada kedua subjek kasus. Sudrajat (dalam Dhana, 2023) mengungkapkan beberapa dampak ketidakdisiplinan, seperti tertinggalnya materi pelajaran, tidak mendapatkan nilai, mendapatkan sanksi dan bahkan ancaman tidak lulus. Dampak lain yang muncul adalah prokrastinasi, yang menurut Ghufon (dalam Suhendri, 2016) adalah perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas. Dalam mengatasi ketidakdisiplinan belajar pada kedua subjek kasus, peneliti memberikan layanan konseling individual dengan menggunakan teknik shaping dan penguatan positif. Teknik shaping berfungsi untuk membentuk tingkah laku baru yang belum muncul dengan memberikan penguatan secara bertahap setiap kali perilaku tersebut ditampilkan. Hambali (dalam Monicana, 2023) menyatakan bahwa teknik shaping dapat mengubah perilaku konseli, menghapus perilaku maladaptif dan memberikan respons sehat dalam pembentukan perilaku baru. Pemberian penguatan positif seperti pujian atau penghargaan dilakukan setiap kali subjek kasus menunjukkan perubahan perilaku yang diinginkan. Menurut Rahmah

(2018) penguatan positif ini penting untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam melakukan kegiatan belajar. Selain itu, peneliti juga mengaplikasikan analisis ABC (*Antecedent, Behavior, Consequence*) untuk membantu subjek kasus mengidentifikasi faktor penyebab tingkah lakunya, menetapkan target perilaku serta memilih reinforcement positif yang tepat untuk mendukung perubahan tingkah lakunya.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa disiplin belajar merupakan faktor penting dalam kesuksesan pendidikan, baik dari sisi prestasi akademik maupun pembentukan karakter peserta didik. Ketidakdisiplinan belajar pada dua subjek kasus disebabkan oleh faktor keluarga yang mempengaruhi sikap dan motivasi belajar mereka. Meskipun faktor keluarga serupa, pola asuh yang berbeda antara kedua subjek kasus menghasilkan dampak yang bervariasi terhadap kedisiplinan mereka. Dalam upaya meningkatkan kedisiplinan belajar, peneliti menerapkan konseling individual dengan teknik *shaping* dan penguatan positif. Teknik *shaping* membantu subjek kasus untuk membentuk perilaku disiplin secara bertahap, sementara penguatan positif memperkuat perubahan perilaku yang muncul. Evaluasi menunjukkan bahwa kedua subjek kasus menunjukkan perubahan signifikan, seperti mulai mengerjakan tugas tepat waktu, bertanya jika ada materi yang tidak dipahami dan lebih fokus selama pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Lolong, V. (2024). The Influence of Family Environment and Learning Discipline on Students Interest in Learning at State 4 Junior High School Tomohon. *International Journal of Information Technology and Education*. <https://doi.org/10.62711/ijite.v3i3.195>.
- Assyakurrohim, Dimas., Dewa, Ikram., Rusdy, A Sirodj., & M, Win Afgani. (2022). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*, 3(1), 1-9.
- Dhana, P. W., Akhmad, H., & Syamsul, B. T. (2023). Peningkatan kedisiplinan belajar siswa melalui teknik *shaping*. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 5(2), 90-95.
- Dharsana, K., Gede, S., & Ni, K. J. D. (2018). Perbedaan efektivitas model konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *shaping* terhadap self-intrception siswa ditinjau dari jenis kelamin siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tabanan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 3(1), 20-25.
- Harahap, Ade Chita Putri, & Sari, Wardani Simarmata. (2023). Studi Kasus Konseling (Teori dan Praktis di Institusi Pendidikan). Dalam Dinda Permatasari Harahap (Ed), *Konsep Dasar Studi Kasus (1-14)*. Medan: Cahaya Rahmat Rahmani.
- Kurniasari, D. S. (2022). Implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *shaping* untuk meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik di SMA Negeri 2 Negeri Agung Way Kanan tahun ajaran 2021/2022 [Skripsi].
- Manurung, Y. S. (2017). Terapi modifikasi perilaku dengan positive reinforcement untuk meningkatkan kemampuan bahasa ekspresif anak yang mengalami mild intellectual disability. *Majalah Ilmiah Politeknik Mandiri Bina Prestasi*, 6(2), 248-252.
- Monicana, N., & Mukarromah, S. (2023). Konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *shaping*. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 2(2), 1-12.
- Noviekayati, I., & Maftuhah. (2020). Teknik reinforcement positif untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada kasus skizofrenia. *Philanthropy Journal of Psychology*, 4(2), 158-171.
- Oktofya, D., Arista, K., & Sumarwiyah. (2022). Konseling behavioral dengan teknik *shaping* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar saat daring kelas XI MA

- Abadiyah Gabus. *Muria Research Guidance and Counseling Journal*, 1(2), 151-157.
- Putra, W. A. S., Kadek, S., & Dharsana, K. (2014). Penerapan konseling behavioral dengan teknik shaping untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas X MIA 4 di SMA Negeri 2 Singaraja. *E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1), 1-10.
- Rahayu, E. S., Richma, H., & Susilo, R. (2022). Meningkatkan kedisiplinan belajar siswa melalui konseling behavioristik dengan teknik shaping. *Muria Research Guidance and Counselling Journal*, 1(1), 130-136.
- Rahmah, H. (2018). Reinforcement positif untuk meningkatkan rawat diri anak dengan keterbatasan intelektual. *Jurnal Ilmiah Al-Madrasah*, 2(2), 67-83.
- Ristiana, Diah., Masturi., & Ika, Ari Pratiwi. (2020). Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri Pogading. *Jurnal for Lesson and Learning Studies*, 3(2), 165-172.
- Rusnawati, & Nufiar. (2022). Urgensi penerapan kedisiplinan pada peserta didik dalam belajar di lingkungan sekolah. *Jurnal Aktualisasi Pendidikan Islam*, 17(2), 88-99.
- Santosa, Anggi Anggraini., Indri, Astuti., & Amallia, Putri. (2024). Studi Kasus Tentang Peserta Didik yang Mengalami Kecanduan Game Online di SMP Nurul Islam Kubu Raya. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 13(2), 379-386.
- Suhendri. (2016). Faktor-faktor penyebab ketidakdisiplinan belajar siswa di sekolah dan upaya pemecahannya. *ISSN 2406-8691*, 3(2), 98-105.
- Sukmana. (2016). Hubungan antara disiplin belajar dengan hasil belajar pada mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial. *Jurnal Media Prestasi*, 5(3), 120-122.
- Supriyanto, A. (2016). Layanan konseling individual pendekatan behavioristik teknik shaping untuk mengatasi perilaku terlambat datang ke sekolah. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Wulandari, N. (2023). Faktor-faktor penyebab rendahnya kedisiplinan siswa. *Jurnal Attending*, 2(4), 679-686.