

**EFEKTIVITAS TEKNIK KONSELING KOGNITIF PERILAKU DALAM
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS SISWA KELAS XII
SMK PGRI 2 KEDIRI YANG BEKERJA MALAM HARI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Prodi BK



OLEH :

SURYA DLUHA PERMANA

NPM : 22.1.40.10.082

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

SURYA DLUHA PERMANA

NPM: 22.1.40.10.082

Judul:

**EFEKTIVITAS TEKNIK KONSELING KOGNITIF PERILAKU DALAM
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS SISWA KELAS XII SMK PGRI
2 KEDIRI YANG BEKERJA MALAM HARI**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi
Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri

Tanggal : 29 Juni 2026

Pembimbing I



Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi.
NIDN. 0728038306

Pembimbing II



Galang Surya Gumilang, M.Pd.
NIDN. 0731089001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh :

SURYA DLUHA PERMANA

NPM: 22.1.40.10.082

Judul:

**EFEKTIVITAS TEKNIK KONSELING KOGNITIF PERILAKU DALAM
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS SISWA KELAS XII SMK PGRI
2 KEDIRI YANG BEKERJA MALAM HARI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri
Pada Tanggal : 20 Juli 2026

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Penitia Penguji

1. Ketua : Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd.,M.Psi.
2. Penguji I : Dr. Risaniatin Ningsih S.Pd, M.Psi.
3. Penguji II : Galang Surya Gumilang, S.Pd, M.Pd



Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Agus Widodo, M.Pd.
NIDN. 0024086901

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“5 menit 5 tahun”

suatu masalah, kejadian, atau kesalahan yang tidak akan memberikan dampak berarti dalam 5 tahun ke depan, maka jangan habiskan lebih dari 5 menit untuk memikirkannya

Kotor itu baik, tapi pura pura baik itu kotor

~Surya Dluha permana~

Kupersembahkan karya ini buat :

1. Kedua orang tua tercinta, bapak dan Ibu, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta menjadi alasan saya untuk terus berjuang menyelesaikan pendidikan ini
2. Untuk teman-teman yang selalu memberikan semangat, bantuan, dan menemani setiap proses perjuangan hingga skripsi ini dapat terselesaikan
3. Untuk seseorang yang selalu memberikan dukungan, perhatian, dan menjadi penyemangat dalam setiap langkah perjalanan ini
4. Terakhir, untuk diri saya sendiri, terima kasih telah bertahan, berusaha, dan tidak menyerah melewati setiap proses yang penuh tantangan. Skripsi ini menjadi bukti bahwa setiap perjuangan pasti memiliki hasil

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Surya Dluha Permana
Jenis Kelamin : Laki – Laki
Tempat / tgl. lahir : Nganjuk / 06 Juni 2003
NPM : 22.1.40.10.082
Fak/jur./prodi. : FKIP / S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 20 Juli 2026

Yang menyatakan



10000
TTL 20
METER
TEMPEL
30A0X054561054

SURYA DLUHA PERMANA
22.1.40.10.082

PRAKATA

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan proposal ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul “Efektivitas Teknik Konseling Kognitif Perilaku Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Kelas XII SMK PGRI 2 Kediri yang Bekerja Malam Hari” ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, pada Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Zainal Afandi. M.Pd selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Bapak Dr. Agus Widodo. M.Pd selaku Dekan FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri
3. Ibu Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nusantara PGRI Kediri serta sebagai Dosen Pembimbing I Skripsi saya yang selalu memberikan arahan dan motivasi.
4. Bapak Galang Surya Gumilang, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu membimbing saya sampai bisa menyelesaikan skripsi saya.
5. Ibu Ulul Mustagfirin, M.Pd. Selaku Kepala Sekolah SMK PGRI 2 Kediri yang telah memberikan tempat untuk penelitian saya
6. Bapak saya Sugihharto, S.Pd. dan Ibu saya Yuyun Tri Wahyu, A.Ma.Pd.S.D yang tercinta atas segala doa, cinta, perhatian, pengorbanan, serta dukungan yang tidak pernah putus menjadi alasan saya untuk terus berjuang hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik..
7. Devtra Muvaída Ayhunda Putri, yang telah memberikan dukungan, perhatian, motivasi, serta doa selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran, pengertian, dan kehadiran yang selalu menjadi penyemangat bagi saya dalam menyelesaikan penelitian ini.

8. Sahabat dan teman teman saya yang ada di kebun binaznaz yang selalu menghibur, mensupport dan membuat saya merasa tidak sendirian, yang namanya tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
9. Untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang sejauh ini, yang jarang bercerita meski jatuh bangun sendiri.
10. Serta teruntuk semua pihak yang telah membantu saya dalam proses pembuatan skripsi ini, yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Disadari bahwa proposal ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga Skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun hanya ibarat setitik air bagi samudra luas.

Kediri, 20 Juli 2026



SURYA DLUHA PERMANA

NPM: 22.1.40.10.082

ABSTRAK

Surya Dluha Permana Efektivitas Teknik Konseling Kognitif Perilaku Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Kelas XII SMK PGRI 2 Kediri yang Bekerja Malam Hari Skripsi, BK, FKIP UN PGRI Kediri, 2026

Kata Kunci : konseling kognitif perilaku, konseling kelompok, perilaku membolos, siswa bekerja malam hari

Perilaku membolos merupakan salah satu bentuk pelanggaran disiplin yang masih sering ditemukan di lingkungan sekolah, termasuk pada siswa yang bekerja malam hari. Aktivitas bekerja pada malam hari dapat menyebabkan kelelahan fisik, kurangnya waktu istirahat, serta menurunnya motivasi belajar sehingga meningkatkan kecenderungan siswa untuk tidak mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah. Fenomena tersebut juga ditemukan pada siswa kelas XII SMK PGRI 2 Kediri yang bekerja malam hari, sehingga diperlukan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling kognitif perilaku untuk membantu mengubah pola pikir negatif yang mendasari perilaku membolos. Kondisi tersebut apabila dibiarkan dapat berdampak pada rendahnya prestasi akademik dan terganggunya perkembangan peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan upaya bantuan yang efektif untuk mengurangi perilaku membolos melalui layanan konseling kelompok dengan teknik konseling kognitif perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik konseling kognitif perilaku dalam mengurangi perilaku membolos siswa kelas XII SMK PGRI 2 Kediri yang bekerja malam hari.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian adalah 37 siswa yang terdaftar di BKK (Bursa kerja Khusus) kelas XII SMK PGRI 2 Kediri, sedangkan sampel penelitian berjumlah 7 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria bekerja malam hari dan memiliki tingkat perilaku membolos kategori sedang hingga tinggi. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi angket perilaku membolos, observasi, dan dokumentasi. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji hipotesis *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat perilaku membolos sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat perilaku membolos setelah siswa memperoleh layanan konseling kelompok dengan teknik konseling kognitif perilaku. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,018, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik konseling kognitif perilaku dalam layanan konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas XII SMK PGRI 2 Kediri yang bekerja malam hari.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PRAKATA	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori.....	6
B. Kerangka Berpikir.....	25
C. Hipotesis Penelitian	26

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	28
B. Definisi Operasional	29
C. Instrumen Penelitian	33
D. Tempat Dan Jadwal Penelitian.....	42
E. Populasi Dan Sampel (Objek Penelitian dan Subjek Penelitian).....	43
F. Prosedur Penelitian	44
G. Teknik Analisis Data	47

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian 49

B. Pembahasan

Error! Bookmark not defined.

BAB PENUTUP

A. Simpulan 66

B. Implikasi

..... **Err**

or! Bookmark not defined.

C. Saran 70

DAFTAR RUJUKAN..... 71

LAMPIRAN..... 73

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 : Skala Likert.....	34
3.2 : Kisi Kisi Angket Skala Perilaku Membolos	36
3.3 : Hasil Uji Validitas Angket Skala Perilaku Membolos	37
3.4 : Hasil Uji Reliabilitas Angket Skala Perilaku Membolos.....	39
3.5 : Jadwal Penelitian	43
4.1 : Dasar Perhitungan.....	51
4.2 : Kategori Skor	52
4.3 : Kategori Siswa	52
4.4 : Sampel Penelitian	52
4.5 : Data Hasil <i>Posttest</i>	57
4.6 : Hasil Uji Statistik Deskriptif.....	58
4.7 : Hasil Uji Normalitas	59
4.8 : Hasil Rank Wilcoxon	60
4.9 : Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 : Kerangka Berpikir.....	26
3.1 : Desain Penelitian	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 : Angket perilaku membolos	74
2 : RPL Konseling Kelompok Teknik Konseling Kognitif Perilaku.....	76
3 : Data Hasil Pretest dan Dokumentasi.....	88
4 : Lembar Refleksi, Evaluasi Proses, Hasil, dan dokumentasi Sesi 1 ..	90
5 : Lembar Refleksi, Evaluasi Proses, Hasil, dan dokumentasi Sesi 2 ..	93
6 : Lembar Refleksi, Evaluasi Proses, Hasil, dan dokumentasi Sesi 3 ..	96
7 : Lembar Refleksi, Evaluasi Proses, Hasil, dan dokumentasi Sesi 4 ..	99
8 : Data dan Dokumentasi Hasil Posttest	102
9 : Surat Izin Penelitian	103
10 : Surat Balasan Telah Melakukan Penelitian.....	104
11 : Hasil Cek Similarity	105
12 : Surat Keterangan Bebas Plagiasi	106
13 : Kartu Bimbingan Siakad.....	107
14 : Berita Acara Ujian Skripsi	109
15 : Lembar Revisi Ujian Skripsi.....	110

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan menengah kejuruan merupakan jenjang pendidikan yang bertujuan mempersiapkan siswa untuk memasuki dunia kerja sekaligus memberikan kesempatan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Dalam prosesnya, siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dituntut memiliki kompetensi akademik, keterampilan kerja, serta kedisiplinan yang baik agar mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia industri dan perkembangan masyarakat.

Namun, dalam kenyataannya tidak seluruh siswa mampu menjalani proses pendidikan secara optimal. Kondisi kurang tidur akibat aktivitas kerja dapat menyebabkan kelelahan fisik, gangguan konsentrasi, dan penurunan performa akademik siswa (Lina Maulida, 2023), khususnya siswa yang bekerja pada malam hari. Kondisi tersebut menyebabkan siswa mengalami kelelahan fisik, gangguan pola tidur, serta tekanan psikologis yang dapat memengaruhi motivasi dan partisipasi mereka dalam kegiatan pembelajaran di sekolah. Akibatnya, sebagian siswa menunjukkan penurunan motivasi belajar dan kecenderungan untuk membolos karena merasa tidak mampu mengikuti pembelajaran secara maksimal.

Perilaku membolos merupakan salah satu bentuk perilaku maladaptif yang dapat menghambat perkembangan akademik maupun sosial siswa. Perilaku ini tidak hanya berdampak pada rendahnya kehadiran siswa di sekolah, tetapi juga dapat menyebabkan penurunan prestasi belajar, rendahnya disiplin, serta meningkatnya risiko kegagalan menyelesaikan pendidikan. Dalam konteks pendidikan, perilaku membolos menjadi masalah yang perlu mendapatkan perhatian serius karena dapat memengaruhi kualitas proses belajar siswa secara berkelanjutan (Ekawardani, 2023).

Berdasarkan Statistik Pendidikan 2024 yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS), angka partisipasi sekolah pada kelompok usia 16 sampai 18 tahun sebesar 74,53%, sedangkan pada kelompok usia 19 sampai 24 tahun menurun menjadi 27,67%. Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat peserta didik pada jenjang pendidikan menengah yang tidak dapat mengikuti

proses pendidikan secara optimal. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi rendahnya partisipasi peserta didik adalah rendahnya kedisiplinan kehadiran, termasuk perilaku membolos, yang apabila tidak ditangani berpotensi menghambat keberhasilan proses pendidikan.

Fenomena siswa SMK yang membolos karena bekerja malam hari juga ditemukan di SMK PGRI 2 Kediri. Berdasarkan hasil observasi awal dan informasi dari guru Bimbingan dan Konseling, terdapat 37 siswa kelas XII yang terdaftar pada Bursa Kerja Khusus (BKK). Hasil identifikasi menunjukkan bahwa 7 siswa di antaranya bekerja pada malam hari di berbagai sektor informal, seperti toko, rumah makan, dan kafe, serta memiliki tingkat perilaku membolos pada kategori sedang hingga tinggi sehingga ditetapkan sebagai subjek penelitian. Kondisi bekerja pada malam hari menyebabkan siswa mengalami kelelahan fisik, kurang tidur, kesulitan berkonsentrasi saat mengikuti pembelajaran, serta rendahnya motivasi untuk hadir di sekolah pada keesokan harinya. Akibatnya, perilaku membolos cenderung terjadi secara berulang, terutama setelah siswa menjalani aktivitas kerja malam.

Selain dipengaruhi oleh faktor fisik, perilaku membolos juga berkaitan dengan pola pikir dan keyakinan siswa terhadap pendidikan dan pekerjaan. Sebagian siswa memiliki pemikiran bahwa bekerja lebih penting dibandingkan sekolah karena pekerjaan dianggap mampu memberikan penghasilan secara langsung. Di sisi lain, siswa juga merasa bahwa kondisi kelelahan membuat mereka tidak mampu mengikuti kegiatan belajar dengan baik sehingga memilih untuk tidak hadir di sekolah. Pola pikir negatif tersebut dapat memengaruhi emosi dan perilaku siswa sehingga perilaku membolos terus berulang.

Dalam konteks pendidikan, permasalahan tersebut menjadi salah satu bidang layanan Bimbingan dan Konseling (BK). Guru BK memiliki peran dalam membantu peserta didik mengatasi hambatan pribadi, sosial, belajar, maupun karier melalui layanan yang bersifat preventif, kuratif, dan pengembangan. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah konseling kelompok karena memungkinkan siswa saling berbagi pengalaman, memperoleh dukungan dari anggota kelompok, serta mengembangkan strategi penyelesaian masalah secara bersama. Oleh karena itu, penerapan teknik

konseling kognitif perilaku dalam layanan konseling kelompok diharapkan mampu membantu siswa mengubah pola pikir yang kurang rasional sehingga perilaku membolos dapat berkurang.

Permasalahan tersebut memerlukan intervensi yang tidak hanya berfokus pada perubahan perilaku, tetapi juga pada perubahan pola pikir yang mendasari perilaku membolos. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah teknik konseling kognitif perilaku. Teknik konseling kognitif perilaku merupakan pendekatan konseling yang menekankan hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku. Pendekatan ini membantu individu mengenali pikiran otomatis negatif dan keyakinan irasional yang memengaruhi perilaku, kemudian menggantinya dengan pola pikir yang lebih rasional dan adaptif.

Dalam setting sekolah, teknik konseling kognitif perilaku dapat digunakan untuk membantu siswa mengembangkan kontrol diri, meningkatkan motivasi belajar, serta membentuk perilaku yang lebih positif terhadap pendidikan. Teknik ini juga membantu siswa memahami hubungan antara pola pikir negatif dengan perilaku membolos yang mereka lakukan. Dengan perubahan pola pikir yang lebih rasional, siswa diharapkan mampu mengurangi perilaku membolos secara bertahap.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* dalam pendekatan ini efektif mengurangi perilaku membolos siswa (Lina Maulida, 2023). Pendekatan ini dinilai mampu membantu siswa mengembangkan kemampuan berpikir positif, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki pengambilan keputusan dalam menghadapi permasalahan akademik maupun sosial.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas teknik konseling kognitif perilaku dalam mengurangi perilaku membolos pada siswa kelas XII yang bekerja malam hari di SMK PGRI 2 Kediri. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam menangani siswa yang mengalami konflik antara tuntutan pendidikan dan pekerjaan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan yang telah diuraikan dalam latar belakang, rumusan masalah yang dapat di rinci adalah apakah efektivitas teknik konseling kognitif perilaku dalam mengurangi perilaku membolos pada siswa kelas XII yang bekerja malam hari di SMK PGRI 2 Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian yang telah dituliskan pada rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas teknik konseling kognitif perilaku dalam mengurangi perilaku membolos pada siswa kelas XII yang bekerja malam hari di SMK PGRI 2 Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa berkontribusi pada pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam memahami sejauh mana efektivitas teknik konseling kognitif perilaku dalam mengatasi perilaku membolos pada siswa SMK yang harus bekerja di malam hari. Selain menambah literatur nasional tentang penerapan teknik konseling kognitif perilaku pada siswa dengan beban ganda antara pekerjaan dan sekolah penelitian ini juga bisa menjadi acuan untuk merancang model intervensi konseling berbasis bukti yang sesuai dengan konteks sosial, ekonomi, dan budaya di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan bisa membantu siswa kelas XII di SMK PGRI 2 Kediri yang bekerja malam hari agar lebih jarang membolos, melalui pendekatan konseling kognitif perilaku yang disesuaikan dengan situasi dan kebutuhan mereka. Diharapkan siswa bisa lebih rajin masuk sekolah, punya motivasi belajar yang lebih baik, dan mampu menemukan keseimbangan antara tanggung jawab di sekolah dan pekerjaan yang mereka jalani.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk membuat dan menerapkan program bimbingan konseling yang lebih

efisien dan terorganisir, terutama untuk siswa yang menghadapi kesulitan bekerja di malam hari. Sekolah dapat menggunakan modul intervensi berbasis konseling kognitif perilaku yang dikembangkan dalam penelitian ini untuk mengurangi tingkat ketidakhadiran dan meningkatkan prestasi akademik siswa.

c. Bagi Guru Bimbingan Dan Konseling (BK)

Penelitian ini menunjukkan kepada guru BK betapa pentingnya mempertimbangkan aspek psikologis, fisik, dan sosial dalam memberikan layanan konseling. Guru BK juga bisa menemukan pendekatan baru untuk menangani siswa yang sering membolos, terutama jika alasannya berasal dari faktor luar, seperti harus bekerja di malam hari.

d. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini bisa dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengeksplorasi atau mengembangkan intervensi konseling berbasis konseling kognitif perilaku untuk siswa dengan kondisi atau kebutuhan khusus, baik tingkat SMK maupun di sekolah lain yang menghadapi masalah serupa.

e. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti dalam menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling kognitif perilaku untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa yang bekerja malam hari. Selain itu, penelitian ini menjadi sarana bagi peneliti untuk mengembangkan kompetensi profesional sebagai calon guru Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi layanan konseling berdasarkan permasalahan nyata yang terjadi di lingkungan sekolah.

DAFTAR RUJUKAN

- Adilla Aisyahrani. (2025). The Negative Impact of Sleep Deprivation on Students' Academic Performance. *EDUCARE: Jurnal Pendidikan Dan Kesehatan*, 143–149.
- Annisa Fitri1, N. D. (2023). *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Siswa*. 7(2), 271–280.
- Anugraha, D. Y. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Cbt Terhadap Kecemasan Sosial Siswa Smp. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 42–51.
<https://www.jurnal.umbaru.ac.id/index.php/bkmb/article/view/843>
- Asmidar, A. (2026). *Peran Konseling Kelompok untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Siswa Kelas X SMK*. 10(20), 1832–1836.
- Ekawardani, A. (2023). *Efektivitas Konseling Behavioristik Untuk Mengurangi Perilaku Membolos*. 4(01), 17–22.
- Hairlia, K. N., Mufidah, C. I., Fi, K., & Sa, N. (n.d.). *Konsep Dasar Konseling Kelompok : Sebuah Kajian Literatur*.
- Hidayanti, S. F., & Ja'far, M. (2016). Keefektifan self instruction dan cognitive restructuring. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 65–73.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>
- Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). *Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis*. 7, 26320–26332.
- Lina Maulida. (2023). Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di Sekolah Menengah Pertama (SMP). *Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 3(7), 622–629. <https://doi.org/10.17977/um065v3i72023p622-629>
- Lora Lestari1, K. 1. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Penurunan Perilaku Membolos. *Indonesian Journal of Counseling and Education ISSN*, 5(1), 50–55.
- Mukmin, M. S., Sahara, A., Arifin, M. Z., & Yulianti, D. (2025). *EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS SISWA KELAS X 2 SMA NEGERI 3 SELONG*. 7(2), 100–107.
- Nurhidayah, B. S., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2022). Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dengan Teknik Modeling Simbolis dan Role Playing untuk Meningkatkan Self-Confidence pada Siswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 64–69.
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.156>
- Pratiwi, U., & Karneli, Y. (2024). *Pemahaman Mendasar tentang Konseling Kelompok bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling*. 2(2), 60–66.
- Purba, J. A., Subroto, M., Pemasyarakatan, I., Info, A., & History, A. (2023).

- Analisis Tipe-Tipe Kepemimpinan di Lembaga Pemasyarakatan*. 6(April), 2168–2172.
- Purni Munah Hartuti et al. (2022). Pengembangan Instrument Aplikasi Android Penunjang Kumpulan Soal Ujian Nasional Matematika Sekolah Dasar Purni. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 3620–3627.
- Rahmi, G., Tarbiyah, F., Keguruan, D. A. N., & Ar-raniry, U. I. N. (2022). *Mengurangi Perilaku Membolos Siswa*.
- Smk, D. I., & Padang, N. (2025). *H k a m*. 4, 166–181.
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). *Menentukan Populasi dan Sampel : Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. 9, 2721–2731.
- Tera Pertiwi Atikah1, S. (2020). KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MENGURANGI GEJALA-GEJALA KECANDUAN SMARTPHONE. *COUNSENEsia Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 1(2), 56–63.
- Wulandari, T., Syukur, Y., Netrawati, N., & Hariko, R. (2022). *Efektivitas konseling kelompok dengan pendekatan cognitive behavior therapy untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa*. 7(2), 376–380.