

BAB II

TINJAUAN TEORITIK DAN KERANGKA PIKIR

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berfungsi untuk menunjukkan bahwa penelitian ini asli, unik dan berbeda dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini:

1. Penelitian oleh Muhammad Amir Hasan tahun 2022 yang berjudul “Pengaruh Budaya Perilaku Disiplin terhadap Karakter Santri Sidogiri di Era 4.0” (Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Skala pengukuran perilaku disiplin dalam penelitian ini menggunakan sikap mental dan penguatan karakter yang mengacu pada teori Peterson dan Seligman. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengamalan perilaku disiplin di lingkup Pondok Pesantren Sidogiri didominasi oleh aspek pembinaan sebesar 51%; kedua aspek peraturan sebesar 44%; ketiga aspek hukuman sebesar 40%; dan keempat aspek apresiasi sebesar 39%. Tingkat penguatan karakter santri berada pada kategori bagus yakni sebesar 39,4%. Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa kontribusi yang dihasilkan dari penerapan perilaku disiplin terhadap penguatan karakter santri Sidogiri di era 4.0 sebesar 39%.

2. Penelitian oleh Nur Idova Fauziah tahun 2021 yang berjudul “Efektivitas Meningkatkan Perilaku Disiplin Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok

di SMA Negeri 1 Gunung Meriah” (Skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku disiplin siswa sebelum melakukan bimbingan kelompok; untuk mengetahui perilaku disiplin siswa sesudah melakukan bimbingan kelompok; dan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku disiplin pada siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif metode eksperimen. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji t dengan bantuan aplikasi SPSS Versi 21.0. Hasil penelitian menunjukkan beberapa hal yakni perilaku disiplin siswa masih belum berkembang sebelum dilakukan bimbingan kelompok; perilaku disiplin siswa meningkat lebih baik sesudah mendapatkan bimbingan kelompok; dan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku siswa di SMA Negeri 1 Gunung Meriah.

3. Penelitian oleh Maryam tahun 2022 yang berjudul “Pembentukan Karakter Disiplin Siswa di MI Sidaurip 02 Gandrungmangu Cilacap” (Tesis Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama Kebumen).

Tujuan dari penelitian ini yakni untuk menjelaskan dalam membantu pembentukan karakter disiplin siswa; untuk menjelaskan peran guru dalam pembentukan karakter disiplin siswa; dan untuk menjelaskan faktor pendukung dan penghambat pembentukan karakter disiplin siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan diantaranya wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan diantaranya strategi dalam pembentukan karakter disiplin siswa

melalui perencanaan, monitoring, dan evaluasi (strategi sekolah), melalui pemberian teladan, nasihat dan pembiasaan (strategi guru); bentuk-bentuk pembentukan karakter disiplin melalui metode pembiasaan yang dilakukan dengan kegiatan rutin, spontan dan terprogram; serta hasil penelitian yang terakhir adalah implikasi yang diperoleh membuat sinergi antara program yang disusun oleh sekolah dengan pelaksanaan pembentukan karakter disiplin pada pembelajaran jarak jauh dengan pengawasan orang tua siswa yang dirancang dan disesuaikan dengan kondisi yang serba terbatas sehingga karakter disiplin siswa tetap terbentuk.

4. Penelitian oleh Marjiyanti tahun 2014 yang berjudul “Penegakan Kedisiplinan Siswa sebagai Upaya Mewujudkan Akhlaq Al Karimah di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Karanganyar Tahun 2013” (Tesis Institut Agama Islam Negeri Surakarta).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang kedisiplinan di MI Muhammadiyah Karanganyar; mengetahui penegakan kedisiplinan di MI Muhammadiyah Karanganyar; mengetahui peran guru dalam membantu kedisiplinan siswa di MI Muhammadiyah Karanganyar; dan mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam penegakkan kedisiplinan di MI Muhammadiyah Karanganyar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan diantaranya wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan yakni reduksi data, sajian data, dan penarikan kesimpulan serta verifikasi. Hasil penelitian ini menunjukkan pelaksanaan kedisiplinan di MI Muhammadiyah

Karanganyar tergolong baik; kepala madrasah telah melakukan perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengawasan dalam pelaksanaan kedisiplinan di MI Muhammadiyah Karanganyar; guru sudah berperan dalam penegakan kedisiplinan di MI Muhammadiyah Karanganyar dengan jalan memberikan sosialisasi kepada orang tua/wali murid, memberikan contoh kedisiplinan, mencatat pelaksanaan kedisiplinan siswa dalam Kartu Tata Tertib Siswa (KTS) serta melaporkannya kepada kepala madrasah dan orang tua/wali murid; orang tua berperan mendukung program kedisiplinan dengan memberikan dorongan kepada siswa dan menasihati apabila ada pelanggaran tata tertib dan kedisiplinan di madrasah.

Berikut tabel perbandingan penelitian terdahulu terhadap penelitian yang dilakukan oleh peneliti, dapat dilihat melalui tabel 2.1 sebagai berikut

Tabel 2.1 Perbandingan Penelitian Terdahulu

No	Peneliti	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Muhammad Amir Hasan	Pengaruh Budaya Perilaku Disiplin terhadap Karakter Santri Sidogiri di Era 4.0	1) Pendekatan penelitian (kuantitatif)	1) Lokasi penelitian 2) Subjek penelitian 3) Teknik pengambilan sampel 4) Teknik pengumpulan data
2.	Nur Idova Fauziah	Efektivitas Meningkatkan Perilaku Disiplin Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Gunung Meriah	1) Variabel terikat yakni perilaku disiplin 2) Menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif 3) Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh suatu teknik perubahan perilaku terhadap peningkatan perilaku disiplin	1) Subjek penelitian 2) Lokasi Penelitian 3) Variabel bebas
3.	Maryam	Pembentukan Karakter Disiplin Siswa di MI Sidaurip 02 Gandrungmangu Cilacap	1) Variabel penelitian (perilaku disiplin) 2) Teknik pengumpulan data	1) Lokasi penelitian 2) Subjek penelitian 3) Metode penelitian 4) Teknik analisis data
4.	Marjiyanti	Penegakan Kedisiplinan Siswa sebagai Upaya Mewujudkan Akhlaq Al Karimah di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Karanganyar Tahun 2013	1) Variabel penelitian (perilaku disiplin) 2) Teknik pengumpulan data	1) Lokasi penelitian 2) Subjek penelitian 3) Metode penelitian 4) Teknik analisis data

Sumber: Hasil Identifikasi Peneliti Tahun 2023

Penelitian ini merupakan kegiatan untuk menguji suatu terapi psikososial hasil rekayasa. Uji coba terapi hasil rekayasa ini ditujukan pada intervensi terhadap suatu perilaku. Terapi psikososial hasil rekayasa ini bernama terapi *Mindset (Motivational Interviewing and The Decision Fostering Intervention)*. Terapi ini digunakan untuk mengintervensi perilaku yakni meningkatkan perilaku disiplin dengan mengurangi perilaku-perilaku yang melanggar aturan. Penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu sebelumnya terutama dari sisi tujuan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah implementasi terapi hasil rekayasa berpengaruh terhadap peningkatan perilaku disiplin, sedangkan pada penelitian terdahulu bertujuan untuk mengetahui bagaimana upaya pembentukan dan penegakan perilaku disiplin serta melihat pengaruh antara layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan perilaku disiplin. Perbedaan selanjutnya yakni berkaitan dengan subjek penelitian, pada penelitian ini subjek penelitian berasal dari anak-anak yang berada pada masa perkembangan remaja yang berlatar belakang anak terlantar dan menjadi penerima manfaat dari layanan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA), sedangkan pada penelitian terdahulu subjek penelitian merupakan santri atau siswa yang berada di lingkungan pendidikan dalam hal ini sekolah.

Penelitian ini memiliki dua keunggulan yang utama dibandingkan dengan penelitian terdahulu yakni pertama, penelitian ini menitikberatkan pada uji coba terapi hasil rekayasa dan analisis pengaruhnya terhadap peningkatan perilaku disiplin sehingga terapi tersebut diharapkan dapat menjadi alternatif baru dalam intervensi perilaku; dan yang kedua, penelitian ini dilakukan di Lembaga

Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) sebagai bentuk tambahan khasanah pengetahuan terkait perilaku disiplin tidak hanya berada di lingkup pendidikan seperti sekolah dan pesantren.

2.2 Konsep yang Relevan

2.2.1 Kajian Literatur tentang Remaja

2.2.2.1 Definisi Remaja

Konsep tentang remaja berasal dari bidang ilmu-ilmu sosial seperti antropologi, sosiologi, psikologi, dan paedagogi (Sarwono, 2015). Dalam ilmu kedokteran dan ilmu-ilmu lain yang terkait seperti biologi, remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik, yaitu masa alat-alat kelamin manusia mencapai kematangannya (Sarwono, 2015). Di Negara-negara barat, istilah remaja dikenal dengan kata *adolescence* yang berasal dari bahasa latin *adolescere* (kata bendanya *adolescentia*) yang berarti remaja atau tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa (Desmita, 2013). Saat ini, istilah adolesen atau remaja telah digunakan secara luas untuk menunjukkan “suatu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial” (Desmita, 2013, hal. 190).

2.2.2.2 Masa Perkembangan Remaja

Pendapat Konopka (1973) yang dikutip Pikunas (dalam Agustiani, 2006) membagi masa remaja menjadi tiga bagian yakni:

1. Masa remaja awal berada pada usia 12 – 15 tahun

Masa ini ditandai dengan individu mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan

tidak bergantung pada orang tua. Fokus dari tahap ini adalah penerimaan terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya.

2. Masa remaja pertengahan berada pada usia 15 – 18 tahun

Masa ini ditandai dengan berkembangnya kemampuan berpikir yang baru. Teman sebaya masih memiliki peran yang penting, namun individu sudah lebih mampu mengarahkan diri sendiri (*self-directed*). Pada masa ini remaja mulai mengembangkan kematangan tingkah laku, belajar mengendalikan impulsivitas, dan membuat keputusan-keputusan awal yang berkaitan dengan tujuan vokasional yang ingin dicapai. Selain itu penerimaan dari lawan jenis menjadi penting bagi individu.

3. Masa remaja akhir berada pada usia 19 – 22 tahun

Masa ini ditandai dengan persiapan akhir untuk memasuki peran-peran orang dewasa. Selama periode ini remaja berusaha memantapkan tujuan vokasional dan mengembangkan *sense of personality identity*. Keinginan yang kuat untuk menjadi matang dan diterima dalam kelompok teman sebaya dan orang dewasa, juga menjadi ciri dari tahap ini.

Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara usia 12 hingga 21 tahun (Desmita, 2013). “Rentang waktu usia remaja ini dibedakan atas tiga bagian yakni usia 12 – 15 tahun merupakan masa remaja awal, usia 15 – 18 tahun merupakan masa remaja pertengahan, dan usia 18 – 21 tahun merupakan masa remaja akhir” (Desmita, 2013, hal. 190).

2.2.2.3 Tugas Perkembangan Remaja

Havighurst (1953) (dalam Agustiani, 2006) menyebutkan bahwa tugas-tugas perkembangan setiap tahap bersumber pada tiga hal yakni fungsi dan struktur biologis dari individu, rangsangan atau tuntutan dari masyarakat, serta nilai-nilai dan aspirasi-aspirasi pribadi dari individu. Havighurst (dalam Agustiani, 2006) menyebutkan delapan tugas perkembangan remaja yakni sebagai berikut:

1. Mencapai relasi baru dan lebih matang bergaul dengan teman seusia dari kedua jenis kelamin.
2. Mencapai maskulinitas dan feminitas dari peran sosial dengan cara menerima dan belajar mengenai peran sosial maskulinitas dan feminitas yang dibenarkan dalam lingkungan orang dewasa.
3. Menerima perubahan fisik dan menggunakannya secara efektif.
4. Mencapai ketidaktergantungan emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
5. Menyiapkan perkawinan dan kehidupan keluarga.
6. Menyiapkan diri untuk karir ekonomi.
7. Menemukan nilai-nilai dan sistem etika sebagai petunjuk dalam berperilaku mengembangkan ideologi.
8. Mencapai dan diharapkan untuk memiliki tingkah laku sosial secara bertanggung jawab.

2.2.2.4 Kebutuhan Remaja

Kekhasan dalam perkembangan masa remaja dibandingkan masa perkembangan lainnya membawa konsekuensi pada kebutuhan yang khas pula pada

mereka (Ali & Asrori, 2018). Garrison (dalam Ali & Asrori, 2018) menyebutkan tujuh kebutuhan khas pada remaja yakni kasih sayang, keikutsertaan dan diterima dalam kelompok, berdiri sendiri, berprestasi, pengakuan dari orang lain, dihargai dan memperoleh falsafah hidup yang utuh

Perspektif psikososial memandang bahwa kebutuhan-kebutuhan remaja berkaitan dengan pemuasan kebutuhan mereka dalam kelompoknya (Ali & Asrori, 2018). Melly Sri Sulastri (1984) (dalam Ali & Asrori, 2018) menyebutkan kebutuhan-kebutuhan tersebut yakni sebagai berikut:

1. Kebutuhan untuk menerima afeksi dari kelompok atau individu lain, yang meliputi: Menerima kasih sayang dari keluarga atau orang lain di luar kehidupan keluarga; Menerima sambutan hangat dari teman-teman; Menerima penghargaan dan apresiasi dari guru pendidik dan lainnya.
2. Kebutuhan untuk memberikan sumbangan kepada kelompok yang meliputi: Menyatakan afeksi kepada kelompoknya; Turut serta memikul tanggung jawab kelompok; Menyatakan kesediaan dan kesetiaan kepada kelompok; dan Menghayati keberhasilan kelompok.
3. Kebutuhan untuk memahami.
4. Kebutuhan untuk mempelajari dan menyelidiki sesuatu.

2.2.2.5 Permasalahan Remaja

(Willis, 2014) menyebutkan beberapa permasalahan yang dialami oleh remaja yakni sebagai berikut:

1. Tidak mampu menyesuaikan diri dengan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan sehingga mengakibatkan kegelisahan dan konflik batin.

2. Kegoncangan jiwa pada remaja akibat adanya kebiasaan-kebiasaan yang telah ditanamkan sejak kecil akan mengalami tantangan dengan adanya pemikiran rasional dan adanya kenyataan hidup orang dewasa yang dilihat bertentangan dengan keyakinan yang telah diterima.
3. Krisis kepercayaan dari lingkungan sekitar seperti masyarakat dalam hal ini orang dewasa.

2.2.2 Kajian Literatur tentang Perilaku Disiplin

2.2.3.1 Definisi Perilaku Disiplin

Kata disiplin berasal dari kata latin “*disciplina*” yang menunjukkan pada kegiatan belajar mengajar dan “*discipulus*” yang berarti “pembelajaran”. Asosiasi Bahasa Turki mendefinisikan disiplin menjadi kepatuhan ketat suatu komunitas terhadap hukum dan aturan tertulis, aturan tidak tertulis, dan ketertiban (Koçyiğit & Çetinkaya, 2020). Hasibuan et al. (2019) menyebutkan bahwa disiplin adalah perilaku yang tertib dan patuh dalam berbagai aturan. Disiplin menunjukkan kemampuan seseorang untuk melakukan yang terbaik dalam segala situasi melalui pengendalian emosi, perkataan, keinginan, dan tindakan (Muslida dkk., 2020). Disiplin merupakan mekanisme kontrol terhadap tubuh dan menjadi ujian atau koreksi untuk membangun karakter yang secara otomatis bekerja dalam fisik (Bowdridge & Blenkinsop, 2011).

Yiyit (2006) (dalam Koçyiğit & Çetinkaya, 2020) mendefinisikan disiplin sebagai kemampuan untuk bertindak dan mematuhi aturan, hukum, dan prinsip. Disiplin dapat dilihat sebagai seperangkat kepatuhan perilaku atau kebiasaan yang diperoleh melalui pendidikan (Buctova (2015) (dalam Koçyiğit & Çetinkaya,

2020). Elik (2006) (dalam Koçyiğit & Çetinkaya, 2020) mendefinisikan disiplin sebagai perilaku mengikuti aturan formal dan informal untuk mempertahankan kehidupan yang positif. Perilaku disiplin tidak dapat dipaksakan tetapi harus muncul dari dalam kepribadian dan berperilaku disiplin tidak berarti menjadi budak dan melakukan apa yang diminta orang lain, melainkan bertujuan untuk mengembangkan bagaimana individu dapat memiliki kontrol terhadap diri sendiri (Steinert, 1983).

2.2.3.2 Aspek Perilaku Disiplin

Aspek kedisiplinan berkaitan dengan waktu, tempat, dan norma (Moenir, 2008). Aspek kedisiplinan menurut Soegeng Prijodarminto (dalam Tuu, 2004) meliputi:

1. Aspek sikap mental yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai pengembangan latihan, pengendalian pikiran dan pengendalian watak.
2. Aspek pemahaman mengenai aturan perilaku dan norma, sehingga menumbuhkan pengertian yang mendalam atau kesadaran bahwa ketaatan akan aturan dan norma tersebut merupakan syarat untuk mencapai keberhasilan.
3. Aspek perilaku secara wajar yang menunjukkan kesungguhan hati untuk menaati segala hal dengan cermat dan tertib.

2.2.3.3 Jenis-Jenis Perilaku Disiplin

Hadisubrata (dalam Tuu, 2004) menyebutkan tiga macam perilaku disiplin yakni sebagai berikut:

1. Disiplin otoritan; perilaku disiplin atau kepatuhan individu dihasilkan dari pengendalian tingkah laku berdasarkan tekanan, dorongan, pemaksaan dari luar diri seseorang.
2. Disiplin permisif; perilaku disiplin dihasilkan dari pemberian kebebasan untuk mengambil keputusan dan bertindak sesuai dengan keputusan yang diambil.
3. Disiplin demokratis; perilaku disiplin dihasilkan dari pemberian penjelasan, diskusi, dan penalaran untuk memahami mengapa diperlukan kepatuhan terhadap peraturan.

Asmani & Mamur (2010) juga membagi perilaku disiplin menjadi tiga yakni disiplin waktu, disiplin menegakkan aturan, dan disiplin sikap yang berarti mengontrol perilaku diri sendiri menjadi contoh untuk menata perilaku orang lain.

2.2.3.4 Pentingnya Perilaku Disiplin

Maman Rachman (dalam Tuu, 2004) menyebutkan beberapa pentingnya perilaku disiplin diantaranya yakni sebagai berikut:

1. Memberikan dukungan bagi terciptanya perilaku yang adaptif atau tidak menyimpang.
2. Membantu individu untuk memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan.
3. Mengatur keseimbangan keinginan individu dengan individu lainnya.
4. Mendorong individu melakukan hal-hal yang positif dan sesuai dengan aturan.
5. Menumbuhkan ketenangan jiwa dan lingkungan.

2.2.3.5 Karakteristik Individu yang Berperilaku Disiplin

Yaumi (2014) menyebutkan beberapa ciri dari individu yang berperilaku disiplin diantaranya yakni sebagai berikut:

1. Menetapkan tujuan dan melakukan apa yang diperlukan untuk memperolehnya.
2. Mengontrol diri sendiri.
3. Menggambarkan apa yang telah terjadi jika telah mencapai tujuan.
4. Menghindari individu-individu yang mungkin dapat mengalihkan dari hal-hal yang ingin dicapai.
5. Menetapkan rutinitas yang dapat membantu mengontrol perilaku.

2.2.3.6 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku Disiplin

Yasin (2011) menyebutkan faktor-faktor yang dapat memengaruhi perilaku individu yakni sebagai berikut:

1. Faktor Internal; faktor yang berasal dari dalam diri individu yang meliputi:
 - 1) Faktor pembawaan; perilaku disiplin diakibatkan dari pembawaan yang merupakan warisan dari keturunannya sebagaimana yang pernah disampaikan oleh John Brierly (dalam Yasin, 2011) yakni keturunan dan lingkungan berpengaruh dalam menghasilkan setiap perilaku.
 - 2) Faktor kesadaran; kesadaran merupakan hati telah terbuka atas pikiran yang telah terbuka tentang apa yang telah dikerjakan. Perilaku disiplin lebih mudah dilakukan apabila telah muncul kesadaran individu untuk bertindak patuh dan teratur bukan karena tekanan dari luar.
 - 3) Faktor minat dan motivasi; minat adalah perangkat manfaat yang terdiri atas kombinasi dari perasaan, harapan, prasangka, ketakutan dan

kecenderungan lain yang dapat mengarahkan individu pada suatu pilihan tertentu. Sedangkan motivasi adalah dorongan atau kehendak yang menyebabkan individu untuk bertindak sesuatu. Minat dan motivasi berpengaruh dalam peningkatan perilaku disiplin individu tanpa menunggu dorongan dari luar.

- 4) Faktor pola pikir; Ahmad Amin (dalam Yasin, 2011) pernah menyampaikan bahwa pikiran mendahului perilaku. Pola pikir yang telah ada terlebih dahulu sebelum berperilaku sangat berpengaruh terhadap individu untuk melakukan kehendak atau keinginan.
2. Faktor Eksternal; faktor yang berasal dari luar individu, diantaranya yakni:
- 1) Contoh atau teladan; keteladanan atau *modelling* merupakan salah satu teknik yang efektif dalam mendidik karena di dalam keteladanan terdapat isyarat-isyarat nonverbal sebagai contoh yang jelas untuk ditiru.
 - 2) Nasihat; pendapat tentang apa yang harus dilakukan dapat memengaruhi seseorang agar berperilaku disiplin melalui pembawaan kata-kata.
 - 3) Faktor latihan; kegiatan bimbingan atau membiasakan diri untuk berperilaku disiplin dapat menginternalisasikan perilaku disiplin.
 - 4) Faktor lingkungan; lingkungan memberikan pengaruh terhadap seseorang untuk berperilaku disiplin.

2.2.3 Kajian Literatur tentang *Motivational Interviewing*

2.2.4.1 Definisi *Motivational Interviewing*

Motivational Interviewing (MI) atau wawancara motivasi didefinisikan oleh beberapa para ahli sebagai intervensi psikososial yang digambarkan sebagai gaya

konseling yang direktif (mengarahkan) dan berpusat pada klien untuk mengeksplorasi dan menyelesaikan ambivalensi (Miller & Rollnick, 2002). Miller & Rollnick (2013) memberikan tiga tingkatan definisi tentang *Motivational Interviewing* yakni:

1. Definisi *Motivational Interviewing* (MI) pada tingkatan orang awam merupakan “gaya percakapan kolaboratif untuk memperkuat motivasi dan komitmen seseorang untuk berubah” (Miller & Rollnick, 2013, hal. 42).
2. Definisi *Motivational Interviewing* (MI) pada tingkatan praktisi merupakan “gaya konseling yang berpusat pada klien untuk mengatasi masalah umum ambivalensi tentang perubahan” (Miller & Rollnick, 2013, hal. 42).
3. Definisi *Motivational Interviewing* (MI) pada tingkatan teknis merupakan gaya komunikasi kolaboratif dan berorientasi pada tujuan yang secara khusus memiliki perhatian terhadap pernyataan perubahan guna memperbaiki dan meningkatkan motivasi pribadi dan komitmen untuk tujuan tertentu dengan mengeksplorasi klien sehingga memunculkan alasan klien untuk berubah dengan suasana penerimaan.

Motivational Interviewing (MI) terbukti efektif sebagai intervensi dan di dalam penelitian yang dilakukan oleh *Project MATCH Research Group* pada tahun 1997 menunjukkan bahwa *Motivational Interviewing* (MI) sama efektifnya dengan terapi kognitif perilaku (Cavasos & Brooks (dalam Donohue & Fisher, 2008). Secara teoritis, *Motivational Interviewing* (MI) berlaku untuk semua jenis target perubahan perilaku. Arkowitz & Miller (2008) menjelaskan tiga mekanisme hipotesis untuk menunjukkan keberhasilan *Motivational Interviewing* (MI) yakni,

pertama, hipotesis direktif yang menekankan pada peran bahasa klien dan pentingnya perilaku terapi untuk memunculkan perubahan berbicara (pernyataan klien mengenai keinginan, kemampuan, kebutuhan, alasan dan/atau komitmen untuk berubah); kedua, hipotesis relasional yang berfokus pada hubungan terapeutik itu sendiri; dan ketiga hipotesis resolusi konflik yang mengarah pada adanya eksplorasi klien dan sisi ambivalen klien.

2.2.4.2 Tahapan *Motivational Interviewing*

Miller & Rollnick (2013) menyebutkan empat proses *Motivational Interviewing* (MI) yang di dalam setiap proses ada beberapa proses yang menjadi inti dari *Motivational Interviewing* (MI) yakni sebagai berikut:

1. *Engaging* (Membangun Keterlibatan); Pekerja sosial dan klien membangun hubungan kerja yang bermanfaat dengan saling percaya dan saling membantu antara pekerja sosial dengan klien. Pada proses ini seorang pekerja sosial mampu untuk melakukan keterampilan dasar untuk membangun konseling yang berpusat pada klien secara umum dan untuk *Motivational Interviewing* (MI).
2. *Focusing* (Memfokuskan); Pekerja sosial memperjelas arah perubahan yang diharapkan dari proses terapeutik. Pekerja sosial mencari dan mempertahankan arah yang berkelanjutan terkait kesepakatan perubahan yang dapat dicapai lebih spesifik. Fokus di dalam *Motivational Interviewing* (MI) dibentuk melalui percakapan terarah yang memiliki perubahan. Pekerja sosial menyelaraskan arah perubahan dengan agenda klien yang mencakup harapan dan kekhawatiran dari klien. Adanya agenda yang dimiliki klien tersebut maka perlu juga untuk mempertimbangkan sumber potensial klien. Pemfokusan pada *Motivational*

Interviewing (MI) merupakan proses kolaboratif untuk mendapatkan kesepakatan perubahan. Apabila pada proses terapeutik terjadi pembicaraan yang melebar dan tidak terarah, maka pekerja sosial bersama klien perlu untuk merumuskan dan menyatukan informasi yang masih teka-teki menjadi sebuah hipotesis sementara.

3. *Evoking* (Membangkitkan); Pekerja sosial mengarahkan klien pada pembicaraan perubahan. *Evoking* merupakan tahapan inti dari *Motivational Interviewing* (MI) pada proses ini terdapat beberapa keterampilan yang harus dilakukan oleh pekerja sosial yakni OARS yang merupakan akronim dari *Open question* (pertanyaan terbuka), *Affirming* (menguatkan), *Reflecting* (merefleksi) dan *Summarizing* (meringkas). OARS merupakan alat dasar untuk saling memahami. Berikut adalah uraian mengenai keterampilan OARS pada terapi *Motivational Interviewing* (MI):

- 1) *Open question*; pekerja sosial memberikan pertanyaan klien dengan mengajaknya berpikir sejenak sebelum memberikan kebebasan untuk menjawab. Pertanyaan terbuka mengarah pada suatu topik, pekerja sosial sebaiknya melibatkan perpaduan antara pertanyaan terbuka dengan refleksi karena semakin banyak pertanyaan yang diajukan akan membatasi eksplorasi klien. Pekerja sosial sebaiknya mengajukan pertanyaan terbuka kemudian merefleksikan apa yang disampaikan klien dan menghindari untuk memberikan pertanyaan berturut-turut kepada klien.
- 2) *Affirming*; pekerja sosial menguatkan dengan mengakui apa yang baik termasuk nilai individu yang melekat pada klien. Menguatkan klien

termasuk dengan mendukung dan mendorong klien. Menguatkan klien dapat membantu hubungan terapeutik lebih positif dan mengurangi sikap defensif klien.

- 3) *Reflective Listening*; menyatakan kembali isi yang tepat dari apa yang dikatakan klien. Praktisi meringkas atau memparafrasekan secara selektif menyatakan kembali hanya sebagian dari apa yang dikatakan klien, mencerminkan kembali makna atau reaksi yang tidak diungkapkan klien secara eksplisit oleh klien. Terapis berhati-hati untuk tidak memberikan refleksi dengan nada yang terdengar seperti pertanyaan. Pernyataan reflektif dianggap memfasilitasi pembicaraan perubahan dan mengurangi resistensi dengan membuat klien merasa dipahami dan diterima, memfasilitasi pengembangan dan penguatan ketidaksesuaian, mendorong klien untuk mendiskusikan lebih lanjut dan memahami ambivalensi dan memastikan terapis memahami klien secara akurat.
 - 4) *Summarizing*; pekerja sosial meringkas dan merefleksikan beberapa hal yang telah disampaikan klien. Refleksi yang dilakukan oleh pekerja sosial dapat membantu klien untuk merenungkan berbagai hal yang telah disampaikan oleh klien. Meringkas dan merefleksikan apa yang telah disampaikan klien menguatkan pemikiran-pemikiran klien.
4. *Planning* (Merencanakan); Pekerja sosial menilai kesiapan klien untuk merencanakan perubahan, beberapa tanda klien siap untuk merencanakan perubahan ditandai dengan beberapa tanda diantaranya meningkatnya pembicaraan perubahan oleh klien; adanya pernyataan untuk mengambil

langkah perubahan dan membayangkan perubahan. Apabila klien telah siap untuk merencanakan perubahan maka selanjutnya adalah pekerja sosial bersama klien mengembangkan rencana perubahan. Rencana perubahan dapat berasal dari pembicaraan perubahan klien

2.2.4 Kajian Literatur tentang *The Decision Fostering Intervention*

The Decision Fostering Intervention (DFI) merupakan intervensi psikoterapi yang dikembangkan oleh Martin Grosse Holtforth dan Johannes Michalak untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan klien dalam pengobatan. *The Decision Fostering Intervention* (DFI) adalah intervensi kelompok pendek terstruktur yang bertujuan untuk memotivasi klien secara aktif berpartisipasi dalam perubahan pribadi, inti dari intervensi adalah untuk meringkai masalah motivasi sebagai masalah keputusan (Holtforth & Michalak, 2012). *The Decision Fostering Intervention* (DFI) melibatkan terapis yang mengajukan serangkaian pertanyaan kepada klien untuk membantu mereka mengidentifikasi tujuan dan nilai mereka serta mengeksplorasi bagaimana perilaku mereka saat ini sejalan dengan tujuan dan nilai tersebut (Michalak & Holtforth, 2006). *The Decision Fostering Intervention* (DFI) dirancang untuk membantu klien merasa lebih berdaya dan termotivasi untuk terlibat dalam penyembuhan dan membuat keputusan yang konsisten (Holtforth & Michalak, 2012).

Holtforth & Michalak (2012) menyebutkan tiga tahapan *The Decision Fostering Intervention* (DFI) yang terdiri atas:

1. *Evaluation and Prioritization* (Evaluasi dan Prioritas): Klien membayangkan proses perubahan, berbagai kemungkinan hasil beserta dengan reaksi emosional

mereka sendiri, reaksi orang lain yang signifikan, kemudian memprioritaskan perilaku mereka.

2. *Justification* (Pernyataan Keputusan): klien diminta untuk memilih keputusan dan membenarkan keputusan di hadapan kelompok, sedangkan terapis mengambil posisi atau berperan sebagai pihak yang perlu diyakinkan oleh klien.
3. *Planning* (Perencanaan): klien merencanakan implementasi keputusan mereka dengan menentukan di mana, kapan dan bagaimana tindakan terkait, antisipasi kemungkinan hambatan dan menghasilkan tanggapan.

Teori besar mengenai *The Decision Fostering Intervention* (DFI) berasal dari berbagai teori yang berkaitan dengan pengambilan keputusan dan intervensi. Beberapa teori besar yang berkaitan dengan *The Decision Fostering Intervention* (DFI) diantaranya yakni pertama, teori pengambilan keputusan adalah teori yang menyediakan kerangka kerja untuk membuat keputusan dan memprediksi hasil (Nitisha, 2017); kedua, teori keperawatan adalah teori yang memberikan kerangka kerja untuk intervensi keperawatan dan memprediksi hasil (Wayne, 2023); ketiga, teori intervensi adalah analisis masalah pengambilan keputusan intervensi secara efektif dalam situasi untuk mengamankan hasil yang diinginkan (Wikipedia, 2018); dan keempat teori keputusan adalah seperangkat metode kuantitatif untuk mencapai keputusan yang optimal atau membuat pilihan rasional dengan mereduksinya menjadi semacam perhitungan yang rutin (Encyclopedia Britannica, 2016).

2.2.5 Kajian Literatur tentang Asumsi Dasar Terapi Mindset

Prinsip dasar kognitif yang dikembangkan oleh Goldstein (1983) (dalam Payne, 1991) salah satunya adalah motivasi. Motivasi sangat penting karena alasan

motivasi yang buruk harus dieksplorasi daripada menolak atau mengkritik klien dan motivasi merupakan bagian signifikan yang memungkinkan klien untuk belajar atau berperilaku (Goldstein (1983) (dalam Payne, 1991). Intervensi motivasi dapat digunakan dalam semua jenis psikoterapi dan memiliki potensi besar untuk membantu klien dalam mengatasi masalah mereka (Holtforth & Michalak, 2012). Berbagai bidang seperti perawatan dan kesehatan menempatkan kesehatan dan keselamatan manusia di prioritas utama, penting untuk menyadari penelitian lintas disiplin untuk memahami biologis, emosional dan proses motivasi yang memengaruhi keterampilan individu dan kapasitas perilaku untuk terlibat dalam pengambilan keputusan kognitif pada suatu waktu tertentu (Moody & Pesut, 2006). Motivasi di dalam psikoterapi menjadi bagian perubahan, di mana terapis di dalam psikoterapi bertugas untuk mendorong klien untuk membuat kondisi yang mendukung motivasi klien (Schulte & Eifert, 2002). Tujuan psikoterapi dilihat dari perspektif motivasi adalah membantu klien untuk lebih memuaskan kebutuhan psikologisnya, yang harus sejalan dengan kesejahteraan dan kepuasan hidup yang lebih baik (Holtforth & Michalak, 2012).

Motivational Interviewing (MI) adalah seperangkat metode yang digunakan untuk membantu orang meningkatkan motivasi dengan mengeksplorasi dan menyelesaikan ambivalensi tentang perubahan perilaku (Miller & Rollnick, 2002). Terapis MI mengeksplorasi dan menyelesaikan ambivalensi klien yang memungkinkan bagi klien untuk memutuskan sendiri apakah ingin berubah atau tidak (Ryan & Deci, 2008). Terapis *Motivational Interviewing* (MI) membantu klien untuk menemukan sumber motivasi internal yang memandu dan mendorong

upaya perubahannya di masa depan (Markland dkk., 2005). Miller & Rollnick (2002) menyebutkan bahwa *Motivational Interviewing* (MI) tidak berfokus pada penggalian masa lalu dan keterampilan baru melainkan berfokus pada minat dan perhatian klien saat ini. Konsep awal MI tidak dimaksudkan menjadi metode yang berdiri sendiri (Miller & Rollnick, 2002). *Motivational Interviewing* (MI) menghargai pada pilihan keputusan klien sebagai bentuk pendekatan kolaboratif bukan preskriptif dengan keyakinan bahwa motivasi dan sumber daya ada di dalam setiap diri klien yang perlu untuk dibangkitkan (Miller & Rollnick, 2002).

Klien mungkin mengalami ambivalensi tidak hanya pada perubahan terapeutik melainkan pada bagian lain di kehidupan mereka. Terdapat suatu metode bagi terapis untuk membantu klien menghadapi atau menyelesaikan ambivalensi melalui pendekatan yang sangat pragmatis yakni salah satunya adalah *The Decision Fostering Intervention* (DFI) (Holtforth & Michalak, 2012). Holtforth & Michalak (2012) menyebutkan bahwa inti dari teknik ini adalah membingkai masalah motivasi sebagai masalah keputusan. Terapis memantau dan membimbing klien melalui proses pembentukan keputusan hingga pada implementasi rumusan keputusan.

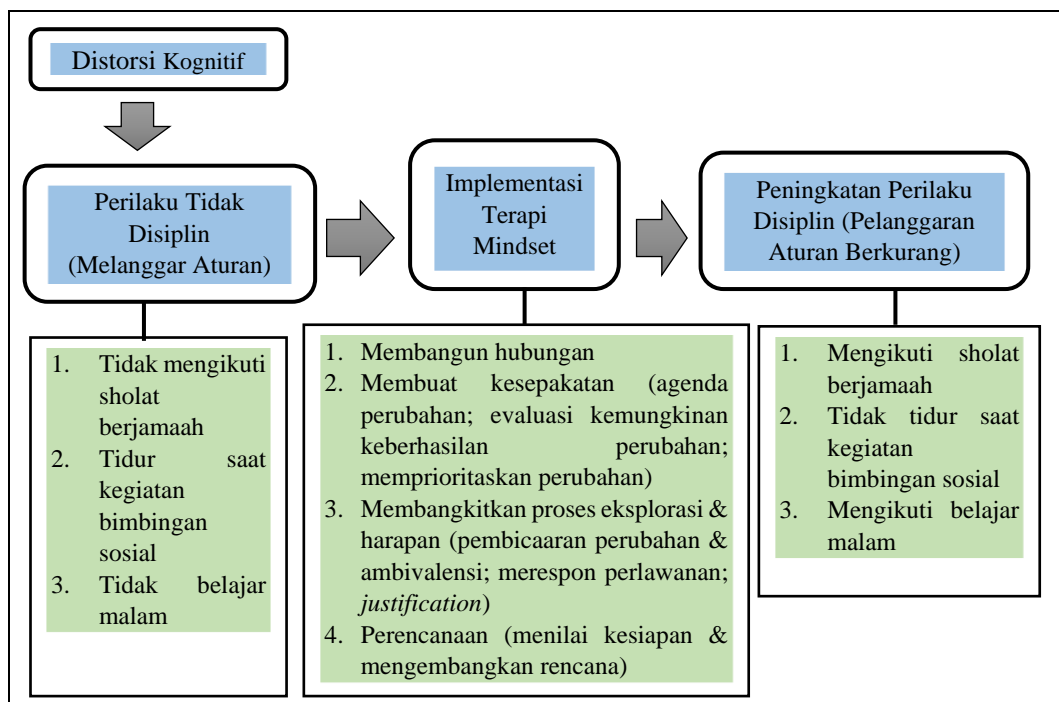
Asumsi dasar dari penggabungan teknik *Motivational Interviewing* (MI) dan *The Decision Fostering Intervention* (DFI) bahwa MI merupakan sebuah metode yang tidak berdiri sendiri (Miller & Rollnick, 2002), dengan demikian *Motivational Interviewing* (MI) dapat dikolaborasikan dengan teknik lain. DFI dianggap sesuai untuk digabungkan dengan MI karena kedua teknik ini membantu terapis dalam mengatasi ambivalensi klien dan berfokus pada permasalahan

motivasi klien serta kedua teknik tersebut cenderung pada bentuk terapi dengan pendekatan kognitif. Teknik *Motivational Interviewing* (MI) digunakan untuk mengetahui dan memperbaiki distorsi kognitif yang mempengaruhi motivasi individu berperilaku maladaptif melalui proses eksplorasi, pembicaraan perubahan dan membangkitkan motivasi dari individu. Proses teknik *The Decision Fostering Intervention* (DFI) yang dikombinasikan merupakan pelengkap dari tahapan *Motivational Interviewing* (MI) untuk mengarahkan dan mendapatkan komitmen dan pernyataan perubahan secara langsung dari klien.

2.3 Kerangka Pikir Penelitian

Adanya distorsi kognitif di dalam pikiran individu dapat memengaruhi motif untuk berperilaku yang tidak sesuai dengan aturan yang berlaku, dengan kata lain disebut dengan ketidakdisiplinan. Perilaku tidak disiplin yang menjadi *target behavior* pada penelitian ini meliputi perilaku tidak mengikuti sholat berjamaah, tidur saat kegiatan bimbingan sosial dan tidak belajar malam. Perilaku tidak disiplin tersebut dapat ditangani menggunakan intervensi dengan salah satu pendekatan yakni, pendekatan kognitif untuk mengetahui dan mencari solusi terhadap distorsi kognisi atau kesalahan berpikir yang mengakibatkan individu berperilaku tidak disiplin atau melanggar aturan. Intervensi tersebut dapat dilakukan menggunakan Terapi *Mindset*. Terapi *Mindset* merupakan terapi hasil rekayasa terapi psikososial yang menggabungkan tahapan teknik *Motivational Interviewing* (MI) (Miller & Rollnick, 2013) dengan tahapan teknik *The Decision Fostering Intervention* (DFI) (Holtforth & Michalak, 2012).

Terapi *Mindset* memiliki beberapa proses yang dapat membantu individu untuk eksplorasi dan memperbaiki distorsi kognisi sehingga dapat membangkitkan motivasi positif untuk berperilaku disiplin. Proses tersebut terdiri atas membangun hubungan dengan klien, menyepakati perubahan yang akan dilakukan, membangkitkan proses eksplorasi dalam mengungkap distorsi kognisi untuk diperbaiki dan membangkitkan motivasi klien untuk berubah serta merencanakan perubahan apabila klien dianggap siap untuk berubah. Adanya proses perbaikan distorsi kognisi dan pembangkitan motivasi diharapkan dapat meningkatkan perilaku disiplin dengan adanya perubahan pada *target behavior* yakni klien mengikuti sholat berjamaah, tidak tidur saat bimbingan sosial, dan mengikuti belajar malam. Secara sederhana, kerangka berpikir digambarkan melalui gambar bagan kerangka berpikir pada gambar 2.1 berikut ini:



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

Sumber: Hasil Identifikasi Peneliti Tahun 2023