

Penerapan Terapi Behaviorisme dalam Upaya Perbaikan Akhlak Siswa di Lingkungan Sekolah

Muhammad Ghifan Rizqulah¹, Umi Nur Kholifah²
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang^{1,2}

*Email: mghifanrizqulah221@gmail.com, umicahaya_uin@radenfatah.ac.id

Diterima: 10-11-2025 | Disetujui: 20-11-2025 | Diterbitkan: 22-11-2025

ABSTRACT

This article discusses the application of behaviorism therapy as an approach to improve student morals. Behaviorism therapy is an approach to psychology that focuses on observable and changed behavior. The goal of this therapy is to identify behaviors that are not in accordance with the desired moral values, eliminate negative behaviors, and replace them with positive behaviors. This article outlines some important steps in the application of behaviorism therapy to improve student morals. As well as measures to link such behavior to unpleasant consequences, such as punishment or adverse social consequences. In addition, this article also discusses positive reinforcement as one of the strategies of behaviorism therapy. This article also covers the gradual use of shaping or shaping the desired behavior. College students can be given positive reinforcement when they show progress in changing their negative behavior into a better behavior. This article hopes that the application of behaviorism therapy in an effort to improve student morals can make a positive contribution in shaping better behavior and creating a more ethical and moral academic environment.

Keywords: *behaviorism therapy, morals, behavior, students, positive reinforcement, shaping.*

ABSTRAK

Artikel ini membahas tentang penerapan terapi behaviorisme sebagai salah satu pendekatan untuk memperbaiki akhlak Siswa. Terapi behaviorisme merupakan suatu pendekatan psikologi yang berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diubah. Tujuan dari terapi ini adalah untuk mengidentifikasi perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai akhlak yang diinginkan, menghilangkan perilaku negatif, dan menggantinya dengan perilaku yang positif. Artikel ini menguraikan beberapa langkah penting dalam penerapan terapi behaviorisme untuk memperbaiki akhlak Siswa. Serta langkah-langkah untuk menghubungkan perilaku tersebut dengan konsekuensi yang tidak menyenangkan, seperti hukuman atau konsekuensi sosial yang merugikan. Selain itu, artikel ini juga membahas tentang penguatan positif sebagai salah satu strategi terapi behaviorisme. Artikel ini juga mencakup penggunaan shaping atau pembentukan perilaku yang diinginkan secara bertahap. Siswa dapat diberikan penguatan positif ketika mereka menunjukkan kemajuan dalam mengubah perilaku negatif mereka menjadi perilaku yang lebih baik. Artikel ini berharap bahwa penerapan terapi behaviorisme dalam upaya perbaikan akhlak Siswa dapat memberikan kontribusi positif dalam membentuk perilaku yang lebih baik dan menciptakan lingkungan akademik yang lebih etis dan bermoral.

Kata kunci: terapi behaviorisme, akhlak, perilaku, Siswa, penguatan positif, shaping.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Muhammad Ghifan Rizqulah, & Umi Nur Kholifah. (2025). Penerapan Terapi Behaviorisme dalam Upaya Perbaikan Akhlak Siswa di Lingkungan Sekolah. *Educational Journal*, 1(2), 207-213.
<https://doi.org/10.63822/cccttj48>

PENDAHULUAN

Perkembangan akhlak yang baik merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan pribadi yang berkualitas bagi Siswa. Akhlak yang baik meliputi nilai-nilai moral, etika, sikap, dan perilaku yang sesuai dengan norma dan nilai-nilai yang dijunjung tinggi dalam masyarakat. Namun, tidak jarang ditemui Siswa yang menghadapi tantangan dalam hal perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai akhlak yang diharapkan.

Dalam menghadapi permasalahan ini, terapi behaviorisme dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam upaya perbaikan akhlak Siswa. Terapi behaviorisme merupakan suatu pendekatan psikologi yang berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diubah. Pendekatan ini memandang perilaku sebagai hasil dari stimulus dan respons, serta memperhatikan faktor lingkungan yang mempengaruhinya. Dengan menggunakan pendekatan ini, perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai akhlak yang diinginkan dapat diidentifikasi, diubah, dan digantikan dengan perilaku yang lebih positif.

Tujuan dari artikel ini adalah untuk membahas penerapan terapi behaviorisme sebagai salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam upaya perbaikan akhlak Siswa. Artikel ini akan menguraikan langkah-langkah penting dalam penerapan terapi behaviorisme, strategi penguatan positif, penggunaan *shaping*, serta pentingnya pengawasan dan pemantauan dalam perbaikan akhlak Siswa. Melalui pemahaman dan penerapan terapi behaviorisme, diharapkan Siswa dapat mengembangkan perilaku yang lebih baik, meningkatkan kesadaran akan nilai-nilai akhlak, dan menciptakan lingkungan akademik yang lebih etis dan bermoral.

Artikel ini akan memberikan kontribusi dalam pemahaman tentang peran terapi behaviorisme dalam perbaikan akhlak Siswa dan relevansinya dalam konteks pendidikan. Diharapkan bahwa artikel ini dapat memberikan panduan yang berguna bagi para pengajar, konselor, dan pihak terkait dalam mendukung Siswa dalam mengembangkan akhlak yang baik dan mencapai pertumbuhan pribadi yang holistik.

METODE PENELITIAN

Penelitian kali ini menggunakan metode studi pustaka, dengan mengkaji penelitian-penelitian terdahulu terkait terapi behaviorisme yang memiliki tujuan untuk memperbaiki akhlak seseorang, pada kasus ini Siswa, dengan memperhatikan hal-hal dan langkah-langkah melakukan terapi tersebut dengan dengan baik dan benar sehingga perbaikan akhlak yang dilakukan dapat bekerja secara efektif dalam perbaikan akhlak tersebut sehingga para Siswa dapat memiliki kemampuan berinteraksi dan memiliki akhlak yang lebih baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep dasar terapi behaviorisme

Terapi behaviorisme telah lama diakui sebagai pendekatan efektif dalam mengubah perilaku manusia, terutama dalam konteks perbaikan akhlak Siswa. Pendekatan ini fokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut. Dalam rangka perbaikan akhlak, terapi behaviorisme melibatkan strategi penting seperti penguatan positif, *shaping*, pengawasan, dan pemantauan.

Penerapan terapi behaviorisme dalam perbaikan akhlak Siswa melibatkan penggunaan penguatan positif, di mana perilaku yang baik diberi penghargaan atau hadiah sesuai dengan nilai-nilai akhlak yang diinginkan. Ini meningkatkan kemungkinan perilaku yang diinginkan akan muncul kembali di masa depan. Selain itu, *shaping* digunakan untuk membentuk perilaku yang diinginkan secara bertahap, misalnya dengan memberikan penguatan positif ketika Siswa menunjukkan kemajuan dalam mengendalikan emosi atau menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Penting juga untuk melakukan pengawasan dan pemantauan yang baik dalam terapi behaviorisme untuk perbaikan akhlak Siswa. Hal ini membantu mengidentifikasi perilaku negatif yang muncul dan memberikan tindakan korektif yang diperlukan. Evaluasi terapi dan penyesuaian strategi juga dapat dilakukan melalui pemantauan yang efektif.

Pendekatan behaviorisme sangat relevan dan efektif dalam menangani perilaku maladaptif di dunia pendidikan. Fokusnya pada modifikasi perilaku yang dapat diamati dan diukur membuatnya menjadi pendekatan yang efektif untuk menghilangkan perilaku negatif dan menggantinya dengan perilaku adaptif. Dalam pendekatan ini, tingkah laku baru terbentuk melalui proses conditioning, yang menghilangkan gejala negatif dan memungkinkan respon yang sesuai terhadap stimulus tanpa menimbulkan masalah baru.

Pendekatan behaviorisme memiliki ciri-ciri seperti pemusatan perhatian pada tingkah laku yang tampak, kecermatan dalam merumuskan tujuan terapi, perumusan prosedur treatment yang spesifik, dan penilaian objektif terhadap hasil terapi. Tujuannya adalah mencapai tingkah laku baru yang lebih adaptif dan menghilangkan tingkah laku yang maladaptif.

Beberapa teknik behaviorisme yang dapat digunakan dalam perbaikan akhlak Siswa antara lain desensitisasi sistematis, asertif, aversi, skedul penguatan, *shaping*, teknik relaksasi, *flooding*, *reinforcement technique*, *modeling*, *cognitive restructuring*, *self-management*, *behavioral rehearsal*, kontrak, pekerjaan rumah, *extinction*, *punishment*, dan *time-out* (Wahyudi, 2016).

Pengertian dari akhlak

Akhlak adalah bagian dari karakter seseorang yang muncul secara alami tanpa paksaan dari orang lain. Ini merupakan aspek kejiwaan yang membentuk tindakan baik atau buruk, terpuji atau tercela yang dilakukan secara sadar. Nilai-nilai akhlak yang baik masih relevan dan berperan penting dalam kehidupan manusia sampai saat ini. Sejarah dan teologi menunjukkan bahwa akhlak hadir sejak awal dan memandu perjalanan hidup manusia dari masa bayi hingga akhir hayat.

Kata “akhlak” berasal dari bahasa Arab “*khuluq*” yang dalam bentuk jamaknya adalah “akhlak”. Ini mengacu pada tingkah laku, perilaku, tabiat, kepribadian, moralitas, etika, atau budi pekerti. Akhlak mencakup aspek kejiwaan dan perilaku yang terlihat dan batiniah dalam diri seseorang. Akhlak merupakan cerminan kepribadian seorang muslim, di mana Al-Qur’an dan As-Sunnah menjadi pedoman bagi akhlak mereka (Febriani et al., 2024).

Menurut Muhammad Bin Ali Asy-Syariif al-Jurnani (2004), akhlak adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan sifat-sifat yang secara kuat tertanam dalam diri seseorang, yang dari situlah terlahir tindakan-tindakan dengan mudah dan tanpa banyak pemikiran (Rosyidah, 2019).

Akhlak dalam kamus bahasa Indonesia memiliki arti sebagai kelakuan, tabiat, dan tingkah laku. Dalam konteks ini, akhlak mencakup semua tindakan, baik yang baik maupun buruk, yang dilakukan oleh seseorang. Secara etimologi, akhlak berasal dari kata “*khalaqa*” yang memiliki akar kata “*khuluqun*”, yang berarti perengai, tabiat, adat, atau ciptaan. Oleh karena itu, secara etimologi, akhlak merujuk pada perilaku,

adat, tabiat, atau sistem yang membentuk sikap yang menghasilkan perbuatan atau tingkah laku, baik itu baik maupun buruk. Melalui akhlak, seseorang dapat membedakan antara tindakan yang memiliki akhlak yang terpuji dan tindakan yang memiliki akhlak yang tercela.

Mustofa dalam bukunya yang berjudul “Akhlak Tasawuf” dan Herbert Spencer berpendapat bahwa perbuatan-perbuatan akhlak tumbuh secara sederhana dan meningkat secara bertahap menuju tujuan yang dianggap sebagai cita-cita.

Akhlak dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu akhlak terpuji dan akhlak tercela. Menurut al-Ghazali, akhlak terpuji adalah menghilangkan adat kebiasaan yang tercela yang telah ditentukan dalam agama Islam dan menjauhkan diri dari perbuatan tercela. Selanjutnya, seseorang harus membiasakan diri dengan adat baik dan akhlak terpuji, seperti memberikan perhatian kepada keluarga atau teman dengan menanyakan keadaan mereka, memberikan nasehat, mendamaikan jika terjadi perselisihan, dan menahan diri dari perbuatan maksiat.

Sementara itu, menurut al-Ghazali, akhlak tercela mencakup segala jenis tingkah laku yang dapat mengarah pada kebinasaan dan kehancuran diri, yang bertentangan dengan fitrah manusia untuk selalu menuju kebaikan. Contohnya adalah berdusta, yaitu mengada-ada sesuatu yang tidak benar dengan tujuan mencemarkan reputasi orang lain(Syamsidar, 2020).

Langkah-langkah perbaikan Akhlak melalui terapi behaviorisme

Terapi atau konseling behavioral telah terbukti melalui berbagai penelitian dapat mengubah perilaku maladaptif seseorang menjadi perilaku yang baru. Terapi behavioral dalam perspektif Islam disebut juga dengan istilah taubat. Dimana ini merupakan suatu aktivitas perubahan perilaku maladaptif yang dilakukan seorang individu menuju perilaku yang sesuai dengan aturan yang berlaku(Utami, 2020).

Penerapan terapi ini berguna untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku para remaja yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Tujuannya adalah memiliki perilaku yang sesuai dengan ajaran Islam agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat(Mahdi NK, 2022).

Terapi behavioral berguna dalam mengembangkan perilaku baru, menghilangkan perilaku maladaptif pada remaja, dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan. Pendekatan ini berfokus pada perubahan perilaku individu melalui proses belajar, sehingga individu dapat bertindak dan bereaksi secara efektif terhadap situasi dan masalah.

Behaviorisme adalah suatu aliran dalam pemahaman tingkah laku manusia yang menekankan peran belajar dalam menjelaskan perilaku. Menurut perspektif ini, perilaku sepenuhnya ditentukan oleh aturan-aturan yang dapat diprediksi dan dikendalikan. Lingkungan memainkan peran penting dalam membentuk perilaku individu, dan perilaku yang tidak tepat dihasilkan melalui interaksi dengan lingkungan.

Tujuan terapi behavioral adalah menciptakan kondisi baru bagi proses belajar, menghilangkan perilaku hasil belajar yang tidak adaptif, memberikan pengalaman belajar yang adaptif, dan membantu individu mengganti perilaku lama yang merugikan dengan perilaku baru yang lebih sehat dan sesuai. Terapi ini dilakukan melalui kerjasama antara terapis dan klien dalam menetapkan tujuan dan mengambil langkah-langkah untuk mencapainya.

Tahapan dalam terapi behavioral meliputi asesmen, penentuan tujuan, implementasi teknik, dan evaluasi serta mengakhiri terapi. Asesmen dilakukan untuk memahami perilaku dan masalah yang dialami klien. Kemudian, tujuan terapi ditentukan berdasarkan analisis tersebut. Selanjutnya, teknik-teknik yang

sesuai diterapkan untuk membantu klien mencapai tujuan tersebut. Evaluasi dilakukan secara terus-menerus untuk melihat perkembangan klien dan mengukur efektivitas terapi. Terminasi terapi melibatkan evaluasi akhir, transfer pembelajaran ke dalam kehidupan sehari-hari, dan pemantauan tingkah laku klien secara berkelanjutan (Mahdi NK, 2022).

KESIMPULAN

Terapi behaviorisme merupakan pendekatan efektif dalam mengubah perilaku manusia, termasuk dalam konteks perbaikan akhlak Siswa. Pendekatan ini fokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut. Dalam perbaikan akhlak Siswa, terapi behaviorisme melibatkan strategi seperti penguatan positif, *shaping*, pengawasan, dan pemantauan.

Penerapan terapi behaviorisme dalam perbaikan akhlak Siswa melibatkan pemberian penguatan positif terhadap perilaku yang diinginkan. Selain itu, *shaping* digunakan untuk membentuk perilaku yang diinginkan secara bertahap. Pengawasan dan pemantauan juga penting untuk mengidentifikasi perilaku negatif dan memberikan tindakan korektif. Evaluasi terapi dan penyesuaian strategi dapat dilakukan melalui pemantauan yang efektif.

Pendekatan behaviorisme relevan dan efektif dalam menangani perilaku maladaptif di dunia pendidikan. Fokusnya pada modifikasi perilaku yang dapat diamati dan diukur membuatnya menjadi pendekatan yang efektif untuk menghilangkan perilaku negatif dan menggantinya dengan perilaku adaptif. Dalam pendekatan ini, tingkah laku baru terbentuk melalui proses conditioning, yang menghilangkan gejala negatif dan memungkinkan respon yang sesuai terhadap stimulus tanpa menimbulkan masalah baru.

Terapi behaviorisme memiliki ciri-ciri seperti pemusatan perhatian pada tingkah laku yang tampak, kecermatan dalam merumuskan tujuan terapi, perumusan prosedur treatment yang spesifik, dan penilaian objektif terhadap hasil terapi. Tujuannya adalah mencapai tingkah laku baru yang lebih adaptif dan menghilangkan tingkah laku yang maladaptif.

Dalam perbaikan akhlak melalui terapi behaviorisme, langkah-langkah yang dapat dilakukan meliputi asesmen, penentuan tujuan, implementasi teknik, dan evaluasi serta pengakhiran terapi. Terapi ini dilakukan melalui kerjasama antara terapis dan klien dalam menetapkan tujuan dan mengambil langkah-langkah untuk mencapainya.

Secara keseluruhan, terapi behaviorisme merupakan pendekatan yang efektif dalam perbaikan akhlak Siswa. Dengan fokus pada perubahan perilaku yang dapat diamati dan diukur, terapi ini dapat membantu menghilangkan perilaku negatif dan menggantinya dengan perilaku yang lebih adaptif. Dalam penerapannya, penting untuk menggunakan strategi penguatan positif, *shaping*, pengawasan, dan pemantauan yang efektif. Dengan langkah-langkah terapi yang tepat, perbaikan akhlak dapat tercapai, sehingga individu dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat..

DAFTAR PUSTAKA

- Febriani, E., Oktaviani, C., & Kumaidi, M. (2024). Pendidikan Akhlak Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(4), 1081–1093. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i4.1074>
- Mahdi NK, M. (2022). TERAPI BEHAVIOR DALAM PERSPEKTIF ISLAM (Upaya Penanganan Perilaku Maladaptif Remaja Pecandu Game Online). *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*,

- 5(1), 13. <https://doi.org/10.22373/taujih.v5i1.13730>
- Rosyidah, E. (2019). *UPAYA GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM PEMBENTUKAN AKHLAK PESERTA DIDIK DI TPQ AL-AZAM PEKANBARU PENDAHULUAN* Akhlak merupakan ukuran kepribadian seorang muslim . Akhlaknya seorang muslim adalah al- qur ' an dan as -sunnah . Seseorang yang berkepribadian . 9(1).
- Syamsidar, O. (2020). *Metode Bimbingan Konseling dalam Pembinaan Akhlak Siswa di Pesantren Madrasah Aliyah Guppi Samata Gowa*. 1(1), 20–32.
- Utami, R. R. (2020). Behavioral therapy untuk mengurangi perilaku agresi fisik pada anak. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 8(2), 72. <https://doi.org/10.22219/procedia.v8i2.13424>
- Wahyudi, M. agus slamet. (2016). PERILAKU INDISIPLINER SISWA KORBAN Pendahuluan Sekolah merupakan tempat menimba ilmu bagi para pelajar untuk mewujudkan salah satu poin kehidupan yaitu cita-cita . Dengan mengenyam bangku sekolah dapat meningkatkan kualitas pengetahuan yang lebih terarah s. *Analisis*, XVI, 209–228.