
Peran Konseling Behavioristik dalam Mengidentifikasi dan Mengubah Perilaku Salah Suai Pelanggaran Lalu Lintas

Zahara Lutfya¹, Fadhilla Yusri²

^{1,2}UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi

zaharalutfya551@gmail.com¹, fadhillayusri@gmail.com²

ABSTRACT; *Traffic violations are a problem that has the potential to endanger the safety of road users and often occurs due to non-compliance with traffic regulations. Behavioral counseling was chosen as an approach to identify and change maladaptive behaviors related to traffic violations into adaptive and normative behaviors. This study used a qualitative approach with a case study method on a 20-year-old subject with a history of traffic violations. Data were collected through in-depth interviews, observations during counseling sessions, and documentation of counseling notes, then analyzed thematically based on behavioristic theory. The results showed that behavioristic counseling was effective in identifying patterns of violation behavior using A-B-C functional analysis and changing them through interventions such as eliminating negative reinforcement, behavioral contracts, positive reinforcement, and aversive conditioning techniques. This process successfully formed new, compliant habits and increased awareness of internal responsibility and external reinforcement. Behavioral counseling plays a crucial role in improving traffic safety by providing concrete and measurable steps for sustainable behavior change.*

Keywords: *Counseling, Behaviorism, Behavior, Violation, Change.*

ABSTRAK; Pelanggaran lalu lintas merupakan masalah yang berpotensi membahayakan keselamatan pengguna jalan dan sering terjadi karena ketidakpatuhan terhadap aturan berlalu lintas. Konseling behavioristik dipilih sebagai pendekatan untuk mengidentifikasi dan mengubah perilaku maladaptif pelanggaran lalu lintas menjadi perilaku yang adaptif dan sesuai norma. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus pada seorang subjek berusia 20 tahun yang memiliki riwayat pelanggaran lalu lintas. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi selama sesi konseling, dan dokumentasi catatan konseling, kemudian dianalisis secara tematik berdasarkan teori behavioristik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling behavioristik efektif dalam mengidentifikasi pola perilaku pelanggaran dengan analisis fungsional A-B-C dan mengubahnya melalui intervensi penghapusan penguatan negatif, kontrak perilaku, penguatan positif, serta teknik aversive conditioning. Proses ini berhasil membentuk kebiasaan baru yang patuh dan meningkatkan kesadaran tanggung jawab internal serta penguatan eksternal. Konseling behavioristik berperan penting dalam meningkatkan keselamatan berlalu lintas dengan menyediakan langkah konkret dan terukur dalam perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Kata Kunci: Konseling, Behavioristik, Perilaku, Pelanggaran, Perubahan.

PENDAHULUAN

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pelanggaran adalah perilaku yang bertentangan dengan nilai dan norma yang telah disahkan oleh hukum. Dalam bahasa Inggris, pelanggaran diistilahkan sebagai "*breach*", yang berarti suatu perbuatan seseorang atau sejumlah orang yang tidak sesuai dengan hukum, aturan, kontrak, atau perjanjian (Sardini, 2015). Pelanggaran didefinisikan sebagai perilaku seseorang yang menyimpang dari aturan dan melakukan sesuatu menurut kehendak sendiri. Seseorang melakukan sesuatu yang dilarang karena mereka tidak memahami aturan sama halnya dengan pelanggaran lalu lintas (Nadzirin et al., 2025). Pelanggaran lalu lintas adalah suatu perbuatan atau tindakan yang dilakukan seseorang yang mengemudi kendaraan umum atau kendaraan bermotor, pesepeda, juga pejalan kaki yang bertentangan dengan peraturan perundang-undangan di bidang lalu lintas dan angkutan jalan (Dewantoro, 2021).

Pelanggaran lalu lintas adalah salah satu masalah yang sering terjadi di jalan raya, dan hal ini bisa terjadi karena banyak pengemudi yang tidak mengikuti aturan berlalu lintas. Kepatuhan berarti sikap dan tindakan seseorang yang menghormati, menerima, dan menjalankan perintah atau aturan yang sudah ditetapkan. Kesadaran hukum pengemudi merupakan bagian penting dalam lingkungan berkendara dan juga memainkan peran besar dalam sistem transportasi dan penggunaan kendaraan, yang pada akhirnya meningkatkan efisiensi dan keamanan dalam berkendara (Supartini et al., 2021).

Pelanggaran lalu lintas ini tidak hanya membahayakan diri sendiri, tetapi juga pengguna jalan lainnya. Pengendara yang melanggar berpotensi menyebabkan kecelakaan yang melibatkan berbagai pihak, sehingga meningkatkan risiko cedera serius atau bahkan kematian bagi semua pengguna jalan yang terlibat. Pelaku pelanggaran juga dapat dikenakan sanksi hukum yang diatur pada Undang-Undang Nomor 22 tahun 2009 tentang Lalu Lintas dan Angkutan Jalan (UU LLAJ) (No et al., 2025). Untuk mengatasi masalah ini ada banyak hal yang bisa dilakukan salah satunya yaitu konseling. Salah satu pendekatan yang cocok digunakan dalam mengatasi pelanggaran lalu lintas ini adalah konseling behavioristik.

Konseling behavioristik adalah suatu proses konseling dengan menggunakan aneka ragam teknik yang bertujuan untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku yang adaptif dengan memandang kelainan perilaku sebagai kebiasaan yang dipelajari karena itu dapat diubah dengan mengganti situasi positif yang direkayasa sehingga kelainan berubah menjadi positif (Firman et al., 2023). Corey mengatakan bahwa pendekatan behavioristik

bertujuan untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan. Konselor behavioristik memiliki peran yang sangat penting dalam membantu klien dengan bersikap menerima, mencoba memahami klien dan apa yang dikemukakannya (Akbar et al., 2021).

Dalam hal lalu lintas, konseling behavioristik tidak hanya membantu pelaku pelanggaran memahami dampak dari tindakan mereka, tetapi juga membangun cara belajar yang mendorong perubahan perilaku yang baik dan terus-menerus. Pendekatan ini menekankan tindakan nyata sebagai titik fokus perubahan, sehingga kepatuhan terhadap aturan lalu lintas bisa meningkat melalui perubahan perilaku yang nyata dan konsisten. Dengan demikian, kajian ini bertujuan untuk mendalami bagaimana peran konseling behavioristik membantu mengidentifikasi pola perilaku yang menyimpang dalam berlalu lintas serta mengaplikasikan teknik behavioristik guna mengubah perilaku tersebut menjadi lebih sesuai norma, demi meningkatkan keselamatan dan ketertiban di jalan raya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan ini dipilih untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang peran konseling behavioristik dalam mengidentifikasi dan mengubah pola perilaku salah suai pelanggaran lalu lintas. Studi kasus memungkinkan peneliti mengeksplorasi proses dan perubahan perilaku dalam konteks nyata pada subjek penelitian.

Populasi penelitian adalah individu yang mengalami pelanggaran lalu lintas dan mendapatkan layanan konseling behavioristik. Subjek penelitian adalah seorang laki-laki berusia 20 tahun yang memiliki riwayat pelanggaran lalu lintas dan mengikuti sesi konseling behavioristik. Metode sampling yang digunakan adalah purposive sampling, di mana subjek dipilih secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian.

Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dengan konseli, observasi langsung selama sesi konseling, dan dokumentasi catatan konseling. Penelitian dimulai dengan pengumpulan data awal melalui wawancara untuk mengidentifikasi pola perilaku pelanggaran lalu lintas subjek. Kemudian dilakukan sesi konseling behavioristik yang terdiri dari beberapa pertemuan untuk memberikan intervensi perilaku melalui teknik penguatan positif, hukuman yang tepat, dan kontrak perilaku. Proses konseling dicatat dan diamati untuk melihat dinamika perubahan. Data dikumpulkan secara bertahap selama proses konseling dan ditutup dengan

wawancara evaluasi untuk mengukur perubahan perilaku.

Data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi dianalisis secara kualitatif menggunakan teknik analisis tematik. Langkah analisis meliputi transkripsi data, pengkodean, identifikasi tema-tema utama terkait pola perilaku dan perubahan yang terjadi, serta interpretasi hasil berdasarkan teori behavioristik. Hasil analisis akan menggambarkan bagaimana konseling behavioristik berperan dalam mengubah pola perilaku salah suai pelanggaran lalu lintas pada subjek.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Profil Kasus

Subjek penelitian ini adalah R (20 tahun), seorang pekerja yang memiliki riwayat perilaku salah suai pelanggaran lalu lintas berulang, yang difokuskan pada dua perilaku utama: tidak menggunakan helm saat mengendarai sepeda motor dan menerobos/melanggar lampu merah.

b) Identifikasi Pola Perilaku (Analisis Fungsional A-B-C)

Berdasarkan wawancara mendalam dan observasi awal, peneliti melakukan analisis fungsional perilaku (A-B-C) untuk mengidentifikasi Antecedent (Pemicu), Behavior (Perilaku), dan Consequence (Konsekuensi) dari perilaku salah suai yang dilakukan klien,

1. A (Antecedent/Pemicu): Merasa terburu-buru atau dikejar waktu saat berangkat kerja atau berpergian, melihat pengendara lain juga melanggar atau tidak menggunakan helm, jarak tempuh yang dianggap dekat serta lingkungan sekitar (teman sebaya) yang menganggap itu adalah hal biasa.
2. B (Behavior/Perilaku): Tidak menggunakan helm saat mengendarai motor dan menerobor atau melanggar lampu merah
3. (Consequence/Konsekuensi):
 - **Konsekuensi Positif (Penguatan):** Merasa lebih cepat sampai tujuan, merasa bebas, mendapat pengakuan (dianggap “berani” atau “cepat”) dari teman sebaya dan menghindari rasa tidak nyaman/panas karena menggunakan helm.
 - **Konsekuensi Negatif (Hukuman):** Kecelakaan serius dan resiko sanksi tilang.

Hasil analisis ini menunjukkan bahwa perilaku melanggar klien dipertahankan dan

diperkuat oleh serangkaian Konsekuensi Positif yang bersifat segera dan dapat dirasakan (kecepatan, kenyamanan, pengakuan). Sebaliknya, Konsekuensi Negatif (tilang atau kecelakaan) bersifat tidak konsisten, tidak segera, dan probabilitasnya dianggap rendah oleh subjek. Konseling behavioristik kemudian berfokus pada penghapusan atau penggantian penguatan positif dari perilaku melanggar ini.

c) Penerapan Konseling Behavioristik dan Dinamika Perubahan

Sesi konseling behavioristik difokuskan pada perubahan perilaku nyata dan pengurangan kekuatan penguatan maladaptif. Teknik-teknik utama diterapkan untuk membentuk perilaku adaptif (patuh) melalui prinsip-prinsip belajar:

1) Penghapusan Penguatan Negatif

Salah satu pemicu utama klien tidak memakai helm adalah menghindari rasa tidak nyaman/panas. Peneliti mengidentifikasi ketidaknyamanan sebagai penguatan negatif bagi perilaku *tidak* memakai helm. Peneliti berdiskusi dan memberikan solusi spesifik (misalnya, memilih helm yang bersirkulasi udara baik, menggunakan *balacclava* yang menyerap keringat) untuk mengurangi ketidaknyamanan yang memicu pelanggaran. Dengan hilangnya pemicu fisik ini, perilaku patuh (memakai helm) menjadi lebih mudah dibentuk.

2) Kontrak Perilaku dan Penguatan Positif

Untuk melawan daya tarik pengakuan teman dan rasa cepat/bebas, peneliti menggunakan Kontrak Perilaku dan Penguatan Positif secara sistematis dengan dibuatnya perjanjian (kontrak) yang secara spesifik menargetkan perilaku: "Saya akan menggunakan helm dan berhenti di lampu merah penuh selama 7 hari". Selanjutnya setiap keberhasilan harian atau mingguan yang diverifikasi melalui *self-monitoring* dan laporan diberikan Pujian Verbal yang berfokus pada tanggung jawab dan kedewasaan, bukan sekadar "kecepatan." Hal ini mengganti penguatan maladaptif (dianggap berani karena melanggar) dengan penguatan adaptif (dianggap dewasa karena patuh).

3) *Aversive Conditioning* dan *Imagery*

Klien diminta untuk membayangkan secara visual dan rinci dampak kecelakaan tanpa helm (cedera kepala serius) dan konsekuensi finansial serta waktu dari tilang berulang kali. Tujuan teknik ini adalah menghubungkan perilaku

melanggar secara langsung dengan rasa takut atau tidak nyaman melalui imajinasi, sehingga berfungsi sebagai hukuman simbolik yang kuat.

d) Peran Behavioristik dalam Mengubah Pola Salah Suai

Penerapan konseling behavioristik dalam kasus R menunjukkan bahwa konseling ini memiliki peran penting sebagai alat untuk mengenali fungsi perilaku dan sebagai sarana perubahan perilaku yang terstruktur. Pendekatan ini terbukti efektif karena tidak hanya meninjau mengapa R melakukan pelanggaran (aspek kognitif), tetapi juga fokus pada cara mengubah perilaku tersebut secara rasional dan terukur (aspek perilaku).

Dalam konseling, teridentifikasi bahwa penguatan positif segera, seperti merasa bebas, sampai tepat waktu, dan mendapat pengakuan dari teman, jauh lebih efektif dibandingkan hukuman jangka panjang seperti kecelakaan atau tilang. Intervensi kemudian dibuat untuk memutus pola penguatan yang tidak sehat tersebut, sesuai dengan prinsip pengkondisian operan. Melalui teknik *self-monitoring*, kontrak perilaku, dan penguatan secara konsisten, R secara perlahan membentuk kebiasaan baru yang lebih sesuai (patuh). Awalnya kepatuhan ini susah, namun seiring waktu menjadi lebih otomatis karena terkait dengan reward internal (rasa tanggung jawab) dan eksternal (pujian atau hadiah dari kontrak).

KESIMPULAN

Konseling behavioristik efektif dalam mengidentifikasi dan mengubah pola perilaku pelanggaran lalu lintas yang maladaptif menjadi perilaku yang adaptif dan mematuhi aturan. Melalui analisis fungsional A-B-C, pemicu, perilaku, dan konsekuensi dari pelanggaran dapat diidentifikasi secara rinci sehingga intervensi perilaku dapat diarahkan dengan tepat. Teknik konseling seperti penghapusan penguatan negatif, kontrak perilaku dengan penguatan positif, serta aversive conditioning berhasil mengurangi kekuatan penguatan maladaptif dan membentuk kebiasaan baru yang lebih sesuai norma.

Konseling behavioristik tidak hanya fokus pada aspek kognitif yaitu mengapa perilaku terjadi, tetapi memberikan langkah konkret yang terukur untuk mengubah perilaku pengendara. Penguatan positif internal (rasa tanggung jawab) dan eksternal (pujian dari kontrak) membantu membuat kepatuhan berlalu lintas menjadi perilaku otomatis. Dengan demikian, pendekatan behavioristik ini berperan krusial dalam meningkatkan keselamatan jalan dengan meminimalkan pelanggaran dan risiko kecelakaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Hamsa, I. B. A., Darmiati, Hermawan, A., & Muhajir, A. M. (2021). *Strategi Menurunkan Prevalensi Gizi Kurang Pada Balita* (p. 22). Deepublish.
- Dewantoro, A. (2021). *Penyuluhan Hukum Indonesia Kontemporer* (p. 143). Deepublish.
- Firman, Rahman, M. N. A., Zola, N., Fajri, F. 'Ilmi, & Asri, R. (2023). *Layanan Bimbingan Kelompok: Strategi dan Pendekatan dalam Psikologis untuk Berdampingan dengan Covid-19* (p. 376). Rajagrafindo Persada.
- Nadzirin, A., Sukmariningsih, R. M., & Mashari. (2025). *Reformulasi Penanganan Pelanggaran Netralitas Aparatur Sipil Negara dalam Pemilihan Kepala Daerah* (p. 111). Lawwana.
- No, V., Juni, J., Ananda, A., Anjar, F., Anggita, I., & Pandu, L. (2025). *Analisis Penyebab Dan Dampak Pelanggaran Lalu Lintas Melawan Arus U-Turn Universitas Lampung*. 2(2), 1005–1009.
- Sardini, N. H. (2015). *Mekanisme Penyelesaian Penyelenggaraan Kode* (p. 66). Lembaga Pengembangan Pendidikan Anak Bangsa (LP2AB).
- Supartini, T., Setiawan, E. B., & Elfebri. (2021). *Meningkatkan Kepatuhan dan Kesadaran Diri Berlalu Lintas Melalui Penegakan Hukum Berbasis Kemare (ETLE) dan Pengawasan Polisi* (p. 6). Eureka Media Aksara.