

Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa

Silvia Wulansari

Universitas PGRI Semarang
silviawulansari22@gmail.com

ABSTRACT

The background is that there are students in class X SMA Negeri 1 Gabus who are less disciplined. With behavioral contract technique group counseling services it is hoped that student indiscipline behavior can be reduced. The purpose of this study was to find out whether group counseling services using behavioral contract techniques can reduce student indiscipline behavior. The type of research used is Quantitative Research with experimental research methods using one group pretest and posttest design. The research subjects were 6 students who had low discipline. The data analysis used was the Wilcoxon test which showed a significant increase in student discipline after being given group counseling services. The results showed that there was a difference in the mean score before being given treatment, namely 64.5 and the mean posttest after being given treatment, 101.5. From the hypothesis test, the results obtained significance (2-tailed) $0.027 < 0.05$. So H_a is accepted, this means that there is a significant increase in student discipline before and after being treated by using group counseling services on research subjects. The conclusion from this study is that group counseling services using behavioral contract techniques can improve student discipline behavior.

Keywords: Group Counseling, Behavioral Contract Techniques, Discipline

ABSTRAK

Latar belakang yang terjadi adanya siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus yang kurang disiplin. Dengan layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* diharapkan perilaku ketidaksiplinan siswa dapat dikurangi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* dapat mengurangi perilaku ketidaksiplinan siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Kuantitatif dengan metode penelitian *eksperimen* menggunakan *one group pretest and posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 6 siswa yang memiliki disiplin yang rendah. Analisis data yang digunakan adalah uji *wilcoxon* yang menunjukkan peningkatan signifikan dari kedisiplinan siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *Mean* sebelum diberikan *treatment* yaitu 64,5 dan *Mean posttest* setelah diberikan *treatment* 101,5. Dari uji hipotesis, diperoleh hasil signifikansi (*2-tailed*) $0,027 < 0,05$. Jadi H_a diterima, ini berarti adanya peningkatan yang signifikan dari kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok pada subjek penelitian. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* dapat meningkatkan perilaku disiplin siswa

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Teknik *Behavioral Contract*, Kedisiplinan

PENDAHULUAN

Dalam proses pendidikan banyak sekali masalah yang dialami oleh peserta didik salah satunya adalah ketidaksiplinan. Permasalahan kedisiplinan merupakan hal yang sudah umum terjadi, baik di dalam lingkungan masyarakat maupun lingkungan sekolah. Hal tersebut cukup meresahkan karena kedisiplinan merupakan awal dari sebuah kesuksesan, yang mana dapat diartikan sebagai kepatuhan seseorang terhadap peraturan/tata tertib yang telah dibuat dan disepakati. Kedisiplinan juga meliputi hal menaati tata tertib di segala aspek kehidupan, baik agama, budaya, pergaulan dan sekolah. Adanya kedisiplinan di sekolah diharapkan mampu menciptakan suasana lingkungan belajar yang nyaman dan tenteram di dalam kelas. Peserta didik yang disiplin yaitu peserta didik yang biasanya hadir tepat waktu, taat terhadap semua peraturan yang diterapkan di sekolah, serta berperilaku sesuai dengan norma-norma yang berlaku. Kedisiplinan adalah tanggung jawab bagi seorang peserta didik di sekolah yang mencerminkan tingkah laku seorang peserta didik karena kedisiplinan mempengaruhi prestasi belajar seseorang. Sikap disiplin sangat diperlukan untuk di masa depan bagi pengembangan kepribadian agar dapat menjadi pribadi yang bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Perilaku tersebut salah satunya ditemukan pada siswa di SMA Negeri 1 Gabus.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh penulis, di temukan bahwa ada beberapa siswa yang memiliki disiplin rendah. Adapun permasalahan kedisiplinan yang di lakukan para siswa tersebut yakni sering terlambat, tidak berangkat tanpa keterangan yang jelas, membolos saat jam pelajaran dan beberapa pelanggaran disiplin sekolah. Bila perilaku ketidaksiplinan ini dibiarkan terus menerus dan tidak segera ditindak lanjuti, maka orang tua dan guru di sekolah tentu juga ikut menanggung akibat dari perilaku tersebut. Penelitian ini mendeskripsikan apakah layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* dapat meningkatkan perilaku disiplin siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus. Hasil Penelitian Ana Malichah (2016 : 160), "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Behavior Contract* Terhadap Pengurangan Perilaku Membolos pada Siswa Kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017" menyimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* berpengaruh positif terhadap pengurangan perilaku membolos siswa kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017.

Keterkaitan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penelitian ini dapat menguatkan dan melengkapi penelitian sebelumnya dalam permasalahan kedisiplinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus.

METODE

Metode penelitian adalah cara yang dilakukan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian (Arikunto 2010: 203) menjelaskan agar setiap kegiatan tepat dan akurat, maka sangat diperlukan suatu metode yang tepat dalam pelaksanaannya kegiatan penelitian. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2013: 160) jenis penelitian eksperimen adalah pendekatan penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh *variabel independent (treatment/perlakuan)* terhadap *variabel dependen* (hasil) dalam kondisi yang terkendali. Kondisi dikendalikan agar tidak ada *variabel lain* (selain *variabel treatment*) yang mempengaruhi *variabel dependen*. Alasan peneliti memilih penelitian eksperimen karena suatu eksperimen dalam bidang pendidikan dimaksudkan untuk menilai pengaruh suatu tindakan terhadap tingkah laku atau menguji ada tidaknya pengaruh tindakan tersebut.

Bentuk penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Eksperiment Design* dengan *One Group Pre-Test And Post-Test Design*, pada rancangan penelitian ini suatu kelompok subyek diberikan (*pre-test*) kemudian diberikan perlakuan/*treatment* pada waktu tertentu kemudian dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) untuk membandingkan keadaan sebelum dan sesudah perlakuan. Alasan peneliti menggunakan desain penelitian ini untuk mengukur hasil perlakuan yang dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*) dengan menggunakan skala kedisiplinan peserta didik kemudian diberi perlakuan dalam jangka waktu tertentu dengan menggunakan konseling kelompok teknik *behavioral contract*. Kemudian dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) dengan menggunakan skala yang sama, yaitu skala kedisiplinan guna melihat ada keberhasilan perlakuan yang telah diberikan kepada subyek yang diteliti.

Penelitian dengan judul layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa ini dilakukan pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Gabus yang dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan bulan Juni 2023. Mengingat banyaknya siswa yang banyak melanggar kedisiplinan dari kelas X, maka peneliti menggunakan kelas X1-X8 sebagai subjek penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah 6 peserta didik perwakilan kelas X2, X3, X4, X5, X6, dan X7 SMA Negeri 1 Gabus yang teridentifikasi memiliki karakteristik kedisiplinan rendah.

Dalam menentukan sampel kelompok penelitian, menggunakan teknik sampling yang disebut *purposive sampling* yaitu pemilihan sampel berdasarkan karakter yang ditentukan. Peneliti memberikan *pretest* kepada peserta didik kelas X2, X3, X4, X5, X6, dan X7 yang bertujuan untuk mengetahui peserta didik manakah yang memiliki karakteristik kedisiplinan paling rendah. Secara rinci karakteristik subyek penelitian ini adalah perolehan hasil *pretest* paling rendah dari setiap kelas.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dengan pengukuran terhadap subjek penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis kedisiplinan. Skala psikologis kedisiplinan ini berupa pernyataan-pernyataan yang disertai alternatif jawaban, sehingga responden tinggal memilih jawaban yang sesuai dengan keadaan diri responden.

Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keberhasilan eksperimen sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* dengan statistik uji t yaitu t-test. Sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti maka data yang diperoleh akan diolah dengan program computer IBM SPSS *Statistics* 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Gabus. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (X) yakni layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* dan variabel terikat (Y) yaitu kedisiplinan siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus. *Try out* dilaksanakan pada tanggal 18 April 2023 untuk mengetahui tingkat kedisiplinan siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus, dengan 32 butir item sesuai dengan kisi-kisi skala kedisiplinan. Selanjutnya hasil *try out* dicari validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis uji coba 32 butir item pernyataan, terdapat 2 butir item yang telah gugur dan 30 butir item yang valid, dari pernyataan yang valid kemudian dijadikan pernyataan soal item *pretest* dan *posttest* kepada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Gabus.

Sampel penelitian ini adalah peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Gabus dengan menggunakan bentuk desain *one group pretest and posttest design*. Hal tersebut digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus. Untuk keperluan analisis kuantitatif terkait dengan item skala posistif memiliki skor sangat sesuai 4, sesuai 3, tidak sesuai 2, dan sangat tidak sesuai 1, begitupun sebaliknya dari item skala yang negatif.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu memperoleh data kedisiplinan yang dilakukan siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus. Sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*, maka diuraikan terlebih dahulu hasil sebelum diberi perlakuan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus sebanyak 211 siswa. Dari hasil *pre test* tersebut, diambil 6 siswa dari setiap kelas yang mendapatkan skor terendah untuk diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract*.

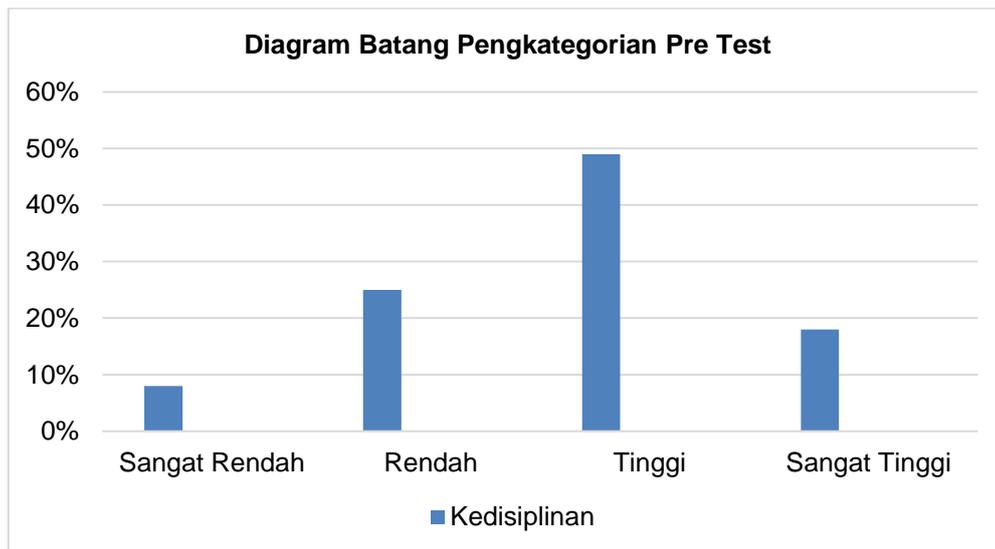
Kelas interval disusun berdasarkan skor tertinggi skala kedisiplinan maka skor maksimal 119 dan skor minimal 61 sesuai dengan butir instrumen skala kedisiplinan yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Skor maksimal dan minimal skala kedisiplinan digunakan untuk menentukan interval dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Kelas interval} &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{Skor terendah}}{\text{jumlah interval}} \\ &= \frac{119 - 61}{4} \\ &= \frac{58}{4} \\ &= 15 \end{aligned}$$

Berdasarkan kelas interval di atas dapat digunakan untuk membuat tabel distribusi frekuensi bergolong sesuai dengan kategori jawaban skala kedisiplinan, yakni sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Interval

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
61-75	12	8%	Sangat Rendah
76-89	53	25%	Rendah
90-104	108	49%	Tinggi
105-119	37	18%	Sangat Tinggi



Grafik 1. Diagram batang pengkategorian Pre Test

Dapat diketahui dari diagram batang diatas, siswa yang masuk dalam kategori kedisiplinan sangat rendah sebanyak 8% yang harus segera diantaskan agar tidak semakin tinggi atau merugikan pihak lain.

Tabel 2. Pre Test Siswa yang akan diberi treatment

Kelas	Nama	Skor Pre test	Kategori
X2	Khasan Mukminin N.M	68	Sangat Rendah
X3	Ibnu Rizki R	63	Sangat Rendah
X4	Bagus Saputra	61	Sangat Rendah
X5	Sandi Dwi Andika	63	Sangat Rendah
X6	Indika Raffi R	65	Sangat Rendah
X7	Dafa Hari Mustofa	67	Sangat Rendah
Rata-rata		64,5	

Berdasarkan hasil perhitungan pretest, tabel di atas dapat diketahui bahwa 6 peserta didik tersebut masuk kategori sangat rendah kedisiplinannya dengan rata-rata 64,5. Sehingga 6 peserta didik tersebut dapat digunakan untuk penelitian karena mengalami permasalahan kedisiplinan yang harus segera diatasi agar tidak berdampak buruk dengan yang lain.

1. Data hasil *post test* peserta didik sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*.

Setelah dilaksanakannya layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* selama dua kali pertemuan, selanjutnya dilakukan *post test* untuk mengetahui keberhasilan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*. Perhitungan total perilaku kedisiplinan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* adalah sebagai berikut:

Tabel 3. *Post Test*

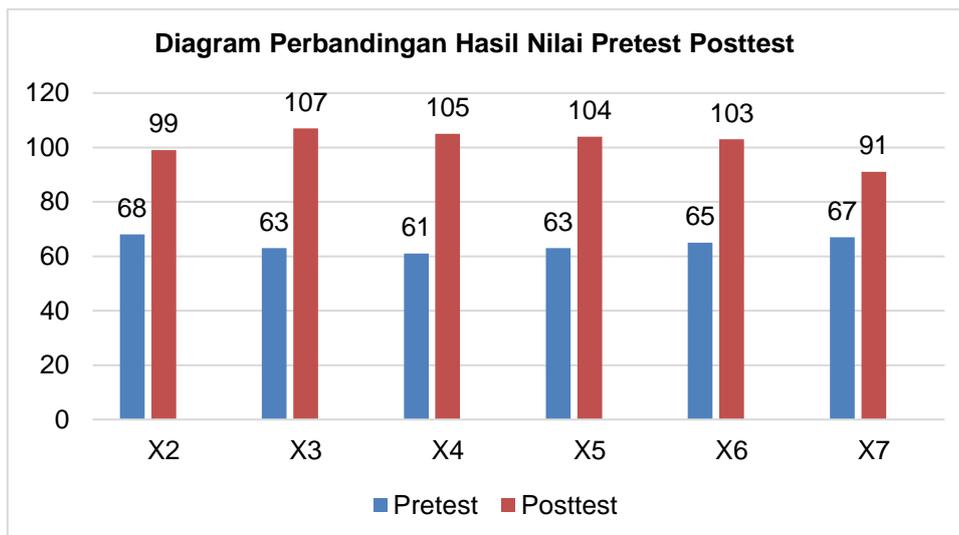
Kelas	Nama	Skor <i>Post test</i>	Kategori
X2	Khasan Mukminin N.M	99	Tinggi
X3	Ibnu Rizki R	107	Sangat Tinggi
X4	Bagus Saputra	105	Sangat Tinggi
X5	Sandi Dwi Andika	104	Tinggi
X6	Indika Raffi R	103	Tinggi
X7	Dafa Hari Mustofa	91	Tinggi
Rata-rata		101,5	

2. Perbedaan perilaku kedisiplinan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*.

Dibawah ini akan dijelaskan mengenai perbedaan perilaku kedisiplinan siswa kelas X SMA Negeri 1 Gabus sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* berdasarkan hasil analisis deskriptif skor dan hasil pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract*.

Tabel 4. Perilaku sebelum dan sesudah diberikan layanan

Kelas	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Peningkatan
X2	Khasan Mukminin N.M	68	99	31
X3	Ibnu Rizki R	63	107	44
X4	Bagus Saputra	61	105	44
X5	Sandi Dwi Andika	63	104	41
X6	Indika Raffi R	65	103	38
X7	Dafa Hari Mustofa	67	91	24
Jumlah		387	609	222
Rata-rata		64,5	101,5	37



Grafik 2. Diagram Perbandingan Hasil Nilai *Pre Test Post Test*

Berdasarkan hasil perhitungan *Pretest* 6 sampel tersebut didapatkan hasil rata-rata skor *pretest* kedisiplinan peserta didik dengan nilai 64,5. Setelah dilakukan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* skor rata-rata *posttest* meningkat menjadi 101,5 dengan skor peningkatan 37. Berdasarkan perhitungan tersebut dapat terlihat bahwa teknik *behavioral contract* dapat mengatasi permasalahan kedisiplinan peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Gabus. Maka dapat dirangkum bahwa terdapat peningkatan peserta didik yang memiliki disiplin rendah setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*, dapat terlaksana dengan baik yang telah dilakukan sebanyak empat kali pertemuan. Walaupun terdapat kendala pada saat proses layanan berlangsung, namun setelah diberikan pemahaman dan pengarahan kepada peserta didik, layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* dapat berjalan dengan baik dan lebih kondusif. Terkait dengan hasil uji hipotesis dilakukan dengan uji Wilcoxon, dapat disimpulkan bahwa "Hipotesis diterima". Artinya ada peningkatan perilaku kedisiplinan siswa setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya keberhasilan dari judul Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Behavioral Contract* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di lapangan, ada beberapa temuan yang ingin disampaikan penulis sebagai terkait dengan penelitian yang dilakukan, yaitu:

- a. Bagi guru, Guru BK diharap dapat membuat perencanaan untuk melakukan layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* bagi peserta didik sebagai upaya pengentasan permasalahan kedisiplinan

terkait dengan sikap kedisiplinan yang seharusnya dimiliki layaknya seorang peserta didik disiplin.

- b. Bagi peserta didik, Peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Gabus hendaknya dapat lebih disiplin dan menerapkan perilaku kedisiplinan terutama di lingkungan sekolah.

DAFTAR RUJUKAN

Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

EZA, D. K. 2022. *PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK BEHAVIORAL CONTRACT DALAM MENGATASI KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI MTS MUHAMMADIYAH SUKARAME BANDAR LAMPUNG* (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).

Namora Lumongga Lubis. 2014. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana.

Nugraheni, Edwindha Prafitra. 2022. *MODUL 5 STRATEGI LAYANAN RESPONSIF*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Ristek, dan Teknologi.

Monica, M. A., & Gani, R. A. 2016. Efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik self-management untuk mengembangkan tanggung jawab belajar pada peserta didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 119-132.

Purwanto, E. 2020. Menurunkan Perilaku Membolos dengan Teknik Kontrak Perilaku Di SMA Negeri 2 Sangatta Utara. *Jurnal Inovasi Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 57-64.

Sugiyono, P. D, (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kombinasi (mixed methods)*. Bandung: ALFABETA

Suhendri dan Rakhmawati Dini. 2018. *Pendekatan Konseling*. Yogyakarta: Magnum Pustaka Utama.