

PENERAPAN TEKNIK BEHAVIORAL CONTRACT UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU DISIPLIN SISWA KELAS VII SMP HIDAYATUN NAJAH KALIPURO BANYUWANGI

Sri Wahyuni^{1a}, Siti Napisah^{2b}, Fajar Wahyu Prasetyo^{3c}

¹²³Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi

sri102107@gmail.com

(* Corresponding Author
085231435675

ARTICLE HISTORY

Received : 14-02-2024

Revised : 03-03-2024

Accepted : 30-03-2024

KEYWORDS

Keywords: *Contractual behavior technique group guidance, student discipline*

ABSTRACT

The behavioral contract technique was chosen because in the behavioral contract technique individuals are trained to create new behavior or reduce negative behavior by providing rewards when the desired behavior is realized so that the behavior becomes consistent. The phenomenon encountered at Hidayatun Najah Middle School is that students often break school rules because they lack interest in learning. Students who often have problems, for example students who don't have time to start learning, don't use school attributes, skip class time, don't obey school rules. The research method uses this method because in the experimental design method, the non-equivalent control group design pattern has a control group and an experimental group. The sample for this research was 12 students who were divided into 2 groups. Experimental group and control group. The research population was all 32 students at Hidayatun Najah Middle School and calculated the results using the SPSS version 22.0 for Windows output analysis test. This research was carried out using the behavior contract technique treatment which was carried out in 8 meetings with a duration of 30-40 minutes based on the results of the sig test. (2-tailed) namely $0.000 < 0.05$. After the disciplinary treatment was carried out, 67.6% of students using the experimental group were in the quite effective category, while 36.2% of the control group were in the less effective category, so H_0 was rejected and H_a was accepted, saying "Contract Behavior Engineering Group Guidance is Quite Effective in Improving Discipline at Hidayatun Najah Middle School. **“accepted.**

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



INTRODUCTIONS

Pendidikan adalah dua hal yang tidak dapat terpisahkan dalam dunia pendidikan karena keduanya memiliki keterkaitan yang sangat erat. Pada era globalisasi seperti saat ini, peranan pendidikan juga sangat diperlukan (Abadiah dkk, 2022). Sekolah sebagai tempat belajar bagi siswa memiliki aturan tersendiri yang harus diikuti, bagi siswa yang

ingin belajar dengan baik maka mengikuti aturan adalah kewajiban yang tidak dapat di toleransi, mengikuti aturan berarti menerapkan disiplin. Penerapan disiplin di sekolah memang memiliki banyak varian. Akan tetapi, menjadi orang disiplin merupakan cita-cita setiap orang, disiplin waktu, disiplin bertindak, dan berbuat, disiplin dalam belajar adalah hal-hal baik yang harus dicapai dalam kehidupan ini. Disiplin mengikuti aturan yang telah ditetapkan oleh sekolah, boleh jadi dapat membantu siswa untuk menjadi siswa yang unggul dari siswa lainnya, karena siswa yang disiplin dapat mengatur dirinya menjadi mandiri. Kesiapan siswa tanpa diawasi tidak akan melakukan pelanggaran di sekolah (Padil & Nashruddin, 2021). Disiplin sebagai upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan pada peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya (Mistiningsih, & Fahyuni, 2020).

Maka perilaku disiplin ini sangat penting untuk dibina dan diajarkan pada perkembangan siswa agar kehidupannya menjadi lebih baik. Sayangnya kedisiplinan di sekolah masih belum efektif dalam pelaksanaannya meskipun telah diterapkan dengan berbagai hukuman. SMP Hidayatun Najah merupakan salah satu pendidikan yang memperhatikan nilai-nilai agama dalam setiap kegiatan pembelajaran yang dilakukan. Kedisiplinan, akhlak, moral dan etika merupakan pangkal pendidikan kepribadian yang harus diperhatikan secara khusus, dimana hal tersebut menjadi tujuan utama dari seluruh kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan. Salah satu cara yang dilakukan dalam mencapai tujuan pendidikan yaitu terciptanya kepribadian mulia dalam diri siswa (Adriani dkk, 2022). Fenomena yang dijumpai di SMP Hidayatun Najah yaitu sering dijumpai siswa yang melanggar aturan di sekolah karena kurangnya minat untuk belajar. Siswa yang sering bermasalah, misalnya siswa yang tidak ada waktu pembelajaran dimulai, tidak menggunakan atribut sekolah, membolos waktu pelajaran berlangsung, tidak menaati tata tertib sekolah. Boleh jadi disebabkan oleh kurangnya minat yang mereka dapatkan untuk belajar. Hal itu dapat meningkatkan siswa bersikap semena-mena atau meremehkan hal-hal yang membuat siswa tidak sadar bahwasannya yang mereka lakukan itu melanggar peraturan sekolah.

Berdasarkan hasil observasi yang di amati, pembentukan sikap disiplin siswa di sekolah SMP Hidayatun najah memiliki kaitan erat dengan tata tertib, nilai, dan norma yang dimiliki sekolah tersebut. Namun demikian, penelitian yang menjelaskan tentang pembentukan sikap disiplin siswa di sekolah SMP Hidayatun Najah berdasarkan aturan yang berlaku dan peran aktif pengurus sekolah dalam melakukan pengawasan secara terstruktur belum banyak dibahas. Oleh karena itu, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan teknik pembentukan sikap disiplin dan pola kedisiplinan siswa dalam melakukan kegiatan sehari-hari di sekolah SMP Hidayatun Najah. Pada pemberian layanan tentunya teknik yang digunakan menjadi hal yang penting agar dapat tercapainya tujuan yang diharapkan dalam pelaksanaan layanan konseling. Salah satu teknik konseling yang dapat digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik adalah teknik *behavior contract* atau kontrak perilaku. Sebuah penelitian mengatakan teknik ini berhasil untuk mengatur kondisi siswa dalam menampilkan tingkah laku yang diharapkan, berdasarkan yang dibuat oleh siswa dan guru BK (Utomo, 2021).

Bentuk-Bentuk Kedisiplinan Terdapat dua konsep tentang disiplin, diantaranya yakni disiplin positif dan disiplin negatif. Disiplin positif identik pada pendidikan dan pengajaran sebab ia mendorong perkembangan pribadi yang meliputi pengendalian diri. Disiplin positif ini mengacu pada motivasi diri. Disiplin negatif berarti kontrol oleh kekuatan eksternal yang biasanya dilakukan dengan cara yang kurang memuaskan atau takut akan hukuman sikap-sikap disiplin yang diungkapkan oleh Winkel W.S dan Sri Hastuti (2004; Sanjaya, 2020;) diantaranya yaitu: a). Datang di kelas tepat waktu. b). Mematuhi hubungan sosial di sekolah. c). Dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, d). Dapat belajar di rumah. Bentuk kedisiplinan belajar di sekolah antara lain: disiplin berpakaian, disiplin waktu, disiplin belajar, dan disiplin menaati peraturan sekolah Alma dkk (2010; Salam, M & Anggraini, 2018;). Sekolah mempunyai aturan-aturan dan tata tertib yang wajib untuk dilaksanakan anak, misalnya peraturan mengenai penggunaan seragam, jadwal, jam belajar, dan jam istirahat. Selain itu, juga peraturan mengenai apa yang harus dan tidak boleh dilakukan sewaktu anak berada di dalam kelas atau di luar kelas. Tujuan disiplin adalah untuk mendisiplinkan anak agar bertingkah laku sesuai dengan aturan yang berlaku dan diterapkan dilingkungan masyarakat (Matsuroh dalam anggraini, 2015). Siswa harus mulai untuk diajarkan bersikap dinilai dari hal yang rutin dan mudah terpantau orang tua karena orang tua merupakan pendidik, pemandu, serta pemantau pelaksanaan pendidikan disiplin siswa.

Meningkatkan kesadaran siswa terhadap kedisiplinan dapat dilakukan melalui teknik kontrak dengan menuliskan perilaku yang tidak diharapkan dan mengubahnya menjadi perilaku yang lebih baik. Teknik behavior kontrak adalah suatu teknik yang dilakukan atas dasar persetujuan dua orang atau lebih untuk mengubah perilaku tertentu pada seseorang Erdford (2016; Prasetyo, 2021;). Kontrak perilaku dapat digunakan untuk mengerjakan, mengurangi, dan meningkatkan perilaku yang diharapkan. Teknik behavior kontrak seseorang melakukan kesepakatan

tertulis untuk mengubah perilaku seseorang apabila dia mampu merubah perilaku tersebut maka akan mendapatkan *reward* atau hadiah, apabila dia tidak mampu merubah perilaku tersebut akan mendapat *punishment* atau hukuman. Sehingga, dengan adanya layanan konseling kelompok teknik behavior kontrak diharapkan mampu menekankan perilaku disiplin belajar siswa. Teknik behavior kontrak seseorang melakukan kesepakatan tertulis untuk mengubah perilaku seseorang apabila dia mampu merubah perilaku tersebut maka akan mendapatkan *reward* atau hadiah, apabila dia tidak mampu merubah perilaku tersebut akan mendapat *punishment* atau hukuman. Behaviorisme merupakan pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia pada perspektif behavioristik, manusia pada dasarnya di bentuk atau ditentukan oleh lingkungan sosial budaya, sehingga perilaku manusia dapat dipelajari. Pada konsep behavioral, perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar (Nandang rusmana, 2019). Konseling Behavioral dikenal juga dengan modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Modifikasi perilaku dapat pula diartikan sebagai usaha menerapkan prinsip-prinsip psikologi hasil eksperimen lain pada perilaku manusia (sanjaya, 2020).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi **“Efektivitas bimbingan kelompok teknik Behavior contract dan untuk meningkatkan disiplin siswa kelas VII SMP Hidayatun Najah Kalipuro Banyuwangi**. Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi penting bagi praktisi pendidikan (guru BK) untuk mengembangkan pendekatan *intervensi* yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan siswa di lingkungan pendidikan khususnya terhadap peningkatan kedisiplinan siswa.

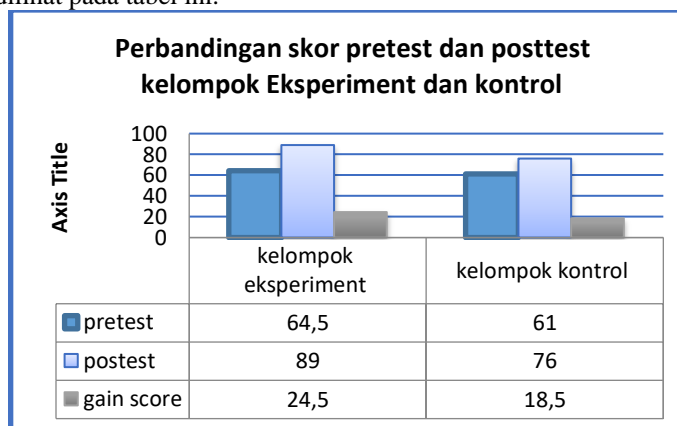
RESEARCH METHODS

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif disebut juga sebagai metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah sering digunakan sebagai metode penelitian. Metode ini disebut sebagai metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini sebagai metode ilmiah/*scientific* karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Metode ini juga disebut metode *discovery*, karena dengan metode ini dapat ditemukan dan dikembangkan berbagai iptek baru. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiono, 2019). Penelitian eksperimen digunakan dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan dan permasalahan yaitu Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Behaviour Contract* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta didik di SMP Hidayatun Najah 2023/2024. Dalam penelitian *experiment* ada macam-macam desain penelitian yaitu: *pre ekperimental design*, *true ekperimental design*, *faktorial design* dan *quasi ekperimental design*. Dalam hal ini peneliti menggunakan *quasi ekperimental*. Karena dalam penelitian ini terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Menurut sugiyono (2013; wicaksono 2019;) *quasi ekperimental design* terdapat dua bentuk yaitu *time series design* dan *nonequivalent control group design*. desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi ekperimental nonequivalent control group design*. Sebelum diberi *treatment*, baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi test yaitu *pretest*, dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum *treatment*. Kemudian setelah diberikan *treatment*, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi test yaitu *posttest*, untuk mengetahui keadaan kelompok setelah *treatment*. Pada penelitian ini kelompok eksperimen, diberi perlakuan untuk mengatasi kedisiplinan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Behaviour Contract*, dan untuk kelompok kontrol diberi perlakuan untuk mengatasi kedisiplinan menggunakan teknik ceramah. Dalam hal ini, peneliti memilih metode tes yang digunakan sebagai pembandingan dari perlakuan yang diberikan.

RESULTS AND DISCUSSION

Penelitian dilakukan di SMP Hidayatun Najah Kalipuro Banyuwangi adapun pelaksanaannya penelitian dilakukan dengan memberikan *pre-test* berupa instrument angket skala selanjutnya diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *behaviour contract* di berikan terhadap siswa yang dijadikan sample penelitian sebanyak delapan (8) kali pertemuan dengan waktu 30-45 menit setiap kali pertemuan. melakukan *treatment* Adapun rincian secara umum *treatment* bimbingan kelompok yang peneliti lakukan adalah dengan melakukan layanan bimbingan kelompok pendekatan *CBT (Cognitive Behavior Therapy)* dengan teknik *Behaviour Contract* kepada seluruh sampel penelitian berdasarkan hasil skor *pre-test* siswa yang memperoleh skor tinggi.

Tujuan dilakukan layanan konseling kelompok kepada siswa yang menjadi sampel penelitian adalah untuk menggali lebih rinci tentang permasalahan yang dialami, dapat terbuka dalam menceritakan permasalahan dengan anggota kelompok yang lain, memperoleh wawasan, memperoleh saran dan pendapat yang banyak dari anggota lain sehingga banyak solusi dalam mengatasi perilaku disiplin. Secara khusus rangkaian pemberian treatment yang peneliti lakukan adalah *Pre-test* diberikan kepada seluruh siswa kelas VII, VIII, & IX berjumlah 32 siswa yang dilaksanakan pada tanggal 13 Maret 2024 berupa instrumen angket skala *insecure*. Tingkat *insecure* siswa dalam penelitian ini dikelompokkan dalam tiga kategori, yaitu; Kategori tinggi, sedang dan rendah berdasarkan skor yang diperoleh oleh masing-masing siswa pada saat *pre-test* (sebelum pemberian perlakuan atau *treatment*). Hasil yang didapat adalah adanya penurunan skor dari *pre-test* ke *post-test*. Hal ini merupakan indikasi bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *behaviour contract* dapat meningkatkan perilaku disiplin siswa kelas VII SMP Hidayatun Najah. Untuk memperjelas perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol post test kelas eksperimen berjumlah 89 sedangkan kelompok kontrol 76 dari hasil tersebut bahwa ada perbandingan antara kelas eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel ini.



Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan bantuan program SPSS 24.0 *for windows*. Menurut Ayu S, 2024 berdasarkan hasil uji hipotesis jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak. Adapun signifikan yang diperoleh lebih kecil dari 0.05, karena kaedah pengujian sig. (2-tailed) < 0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Yang berarti $0.000 < 0.05$, dengan demikian karena H_0 ditolak dan H_a diterima, dimana H_a berbunyi “Terdapat pengaruh antara kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan teknik *behaviour kontrak* dengan kelompok kontrol yang tidak memperoleh perlakuan teknik *behaviour kontrak* dalam meningkatkan kedisiplinan siswa SMP Hidayatun Najah”. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis peneliti mengajukan dua hipotesis telah disajikan di atas dapat diketahui bahwa pengujian hipotesis yang bertujuan untuk membuktikan “**Bimbingan Kelompok Teknik *behavior contract* Cukup Efektif Dalam Meningkatkan sikap disiplin SMP Hidayatun Najah kelas VII SMP Hidayatun Najah Kalipuro Banyuwangi**”, dan “Terdapat pengaruh antara kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak memperoleh perlakuan dalam meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VII SMP Hidayatun najah Kalipuro Banyuwangi”. Yang berdasarkan hasil penelitian ternyata hipotesis ini diterima.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilaksanakan di SMP Hidayatun Najah. Dari hasil output analisis SPSS *version 22.0 for windows* di atas kelompok eksperimen lebih berpengaruh terhadap kedisiplinan siswa dibandingkan dengan kelompok kontrol kelompok eksperimen skor 89 sedangkan kelompok kontrol 76 hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik *behaviour kontrak* mampu meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VII di SMP Hidayatun Najah.

Pada penerapan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol bahwa terdapat perbedaan efektifitas antara kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan kelompok eksperimen 67.6 % termasuk kategori cukup efektif sedangkan kelompok kontrol 36.2 % termasuk kategori kurang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VII SMP Hidayatun Najah.

REFERENCES

- Abadiah, S., Nashruddin, N., & Taufik, T. (2022). Hubungan Penerapan Kedisiplinan Dengan Penumbuhan Minat Belajar Siswa Di Uptd Smp Negeri 27 Barru. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 2(2),
- Akmaluddin, A., & Haqqi, B. (2019). Kedisiplinan belajar siswa di sekolah dasar (sd) negeri cot keu eung kabupaten aceh besar (studi kasus). *Journal Of Education Science*, 5(2).
- Padil, P., & Nashruddin, N. (2021). Implementasi layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(1).
- Prasetya, R. T. (2021). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Kontrak Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Porong. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 38(1).
- Monica, M. A., Erlina, N., & Rahmaniar, P. R. (2022). Penerapan Konseling Behavioral Menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1).
- Nasution, A. H. (2023). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun Di Madrasah Tsanawiyah Al-Washliyah Tanjung Morawa* (Doctoral dissertation, State Islamic University of North Sumatera).
- Rusmana, Nandang. (2019). Bimbingan dan konseling kelompok di sekolah metode, teknik dan aplikasi. Bandung: Universitas pendidikan Indonesia.
- Rahmayani, R., & Christiana, E. Teknik Behavior Contract dalam Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah pada Peserta Didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).
- Rineka Cipta, 2004. Institusi, : Institut Agama Hindu Negeri Tampung Penyang ... Metode Penelitian dalam teori dan Praktek. Umum. oleh P.JOKO SUBAGYO ,SH
- Riza, M. F., & Masykur, A. M. (2015). Hubungan antara motivasi berprestasi siswa dengan kedisiplinan pada siswa kelas VIII reguler MTsN Nganjuk. *Jurnal Empati*, 4(2), 146-152.
- Sanna, J. B., & Nursalim, M. (2018). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Kontrak Perilaku untuk Meningkatkan Perilaku Tanggung Jawab Pribadi Siswa Kelas Viii-f SMP Negeri 34 Surabaya. *J. BK UNESA*, 8(1), 121-124.
- Sadif, R. S., & Kamsia, K. (2022). Teknik Behavior Contract Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 13350-13356.
- Salam, M., & Anggraini, I. (2018). Kedisiplinan belajar siswa kelas V di SDN 55/I Sridadi. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, 3(1), 127-144.
- Sulistyowati, S. (2020). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun. *INOPENDAS: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(2).
- Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Alfabeta, Bandung, 2012, hal.13
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D. Alfabeta, Bandung, hal.140
- Suprihatin, T. (2023). Implementasi Konseling Individu Teknik Behaviour Contract Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Siswa Kelas 9 Di Smp Negeri 1 Karangwareng Kabupaten Cirebon. *Change Think Journal*, 2(02), 164-172.
- Tatiek, Romlah, Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok, (Malang, Universitas Negeri Malang, 2001), h. 32
- Thaariq, A. G. A., & Rosada, U. D. (2021). Keefektifan Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 18(02), 52-64.
- Siti Hartinah, Konsep Dasar Bimbingan Kelompok, (Bandung: PT. Refika Aditam, 2009), h. 64 Yati, E., Elita, Y., & Afriyati, V. (2019). Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku konsumtif dalam membeli produk fashion pada mahasiswa BK UNIB. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 110-118.