
LAYANAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS *BEHAVIOR CONTRACT* DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA DI MTS MUHAMMADIYAH TONGKO

Riska¹, Handayani Sura², Wulandari³, Muhammad Junaedi Mahyuddin⁴, Aisyah Suryani⁵

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Enrekang

¹riskasarama@gmail.com, ²handayanisura7@gmail.com

³wulandariulan105@gmail.com, ⁴junaedimahyuddin@unimen.ac.id,
⁵aisyahsuryani23@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of group counseling based on behavior contracts in improving student discipline at MTs Muhammadiyah Tongko. This study employs a quantitative approach using a one-group pretest-posttest pre-experimental design. The research sample consisted of 7 students selected through initial observation, data from homeroom teachers, and guidance counselors. Data collection techniques included a Likert scale questionnaire, observation, and documentation, and the data were analyzed using a paired-sample t-test. The results showed a significant improvement, with the pretest average of 71 increasing to 92 on the posttest. The significance value of $0.000 < 0.05$ indicates a significant effect. Thus, group counseling services based on behavior contracts can improve student discipline at MTs Muhammadiyah Tongko.

Keywords: *Group counseling, behavior contract, student discipline*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengetahui layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* dalam meningkatkan kedisiplinan siswa di MTs Muhammadiyah Tongko. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 7 siswa yang dipilih melalui observasi awal, data dari wali kelas, dan guru BK. Teknik pengumpulan data menggunakan angket skala likert, observasi, dan dokumentasi, serta dianalisis menggunakan uji *paired sampel t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan, dengan rata-rata *pretest* sebesar 71 meningkat menjadi 92 pada *posttest*. Nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan. Dengan demikian, layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* dapat meningkatkan kedisiplinan siswa di MTs Muhammadiyah Tongko.

Kata Kunci: *Konseling kelompok, behavior contract, kedisiplinan siswa*

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam pembentukan karakter siswa, di mana kedisiplinan menjadi salah satu indikator keberhasilannya. Namun, seiring dengan perkembangan zaman, tantangan dalam membentuk perilaku kedisiplinan

remaja di lingkungan sekolah semakin kompleks. Fenomena yang sering ditemukan adalah rendahnya kesadaran siswa dalam mentaati tata tertib sekolah, khususnya terkait ketepatan waktu. Meskipun sekolah telah menetapkan aturan yang jelas, tapi masih banyak siswa yang menunjukkan kurangnya tanggung jawab terhadap waktu, yang jika dibiarkan akan menghambat proses belajar mengajar serta pencapaian prestasi akademik.

Secara teoritis, kedisiplinan merupakan suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban. Menurut pandangan behavioristik, perilaku manusia adalah hasil belajar yang dapat di ubah melalui manipulasi kondisi lingkungan. Oleh karena itu, penggunaan teknik *behavior contract* (kontrak perilaku) dalam layanan bimbingan dan konseling menjadi pendekatan yang sangat relevan. Teknik ini menekankan pada adanya kesepakatan tertulis antara konselor dan siswa mengenai perilaku yang harus diubah dengan pemberian penguatan (*reinforcement*) sebagai motivasi internal maupun eksternal bagi siswa.

Konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* merupakan layanan yang bertujuan membantu siswa secara kolektif untuk memahami konsekuensi dari perilaku mereka. Melalui kontrak ini, siswa diajak untuk berkomitmen secara formal dalam memperbaiki tingkat kedisiplinannya. Dengan adanya keterlibatan teman sebaya dalam suasana kelompok, siswa diharapkan mendapatkan dukungan sosial yang positif untuk bersama-sama mengubah kebiasaan buruk, seperti keterlambatan, menjadi perilaku yang lebih disiplin dan teratur.

Berdasarkan hasil observasi awal dan data di MTs Muhammadiyah tongko, ditemukan fenomena rendahnya kedisiplinan siswa yang cukup signifikan. hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang sering terlambat datang ke sekolah maupun terlambat masuk kelas setelah jam istirahat berakhir tanpa alasan yang mendesak. Kondisi nyata di lapangan menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan antara tata tertib yang berlaku dengan perilaku kedisiplinan sehari-hari siswa. Data awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki kesadaran mandiri untuk hadir tepat waktu, sehingga diperlukan intervensi khusus untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka fokus penelitian ini adalah bagaimana layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* dalam meningkatkan kedisiplinan siswa. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan, serta untuk melihat apakah teknik *behavior contract* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa di MTs Muhammadiyah Tongko.

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoretis dalam pengembangan ilmu bimbingan dan konseling terkait modifikasi perilaku. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam menerapkan metode yang inovatif dan efektif untuk mengatasi masalah kedisiplinan siswa, sehingga tercipta lingkungan belajar yang lebih disiplin dan berprestasi.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-experimental* menggunakan desain *one group pretest-posttest*. Desain ini diterapkan untuk mengetahui perubahan tingkat kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract*. Melalui desain ini peneliti membandingkan kondisi awal (*pretest*) dan kondisi akhir (*posttest*) untuk memperoleh gambaran layanan dalam meningkatkan siswa, khususnya ketepatan waktu masuk kelas.

Pemilihan sampel dalam penelitian ini melibatkan 7 siswa kelas VIII yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Penggunaan teknik ini bertujuan untuk memastikan bahwa subjek yang diteliti benar-benar merepresentasikan fenomena yang menjadi fokus kajian, yaitu masalah kedisiplinan. Penentuan sampel didasarkan pada kriteria spesifik, yakni siswa yang secara konsisten menunjukkan tingkat kedisiplinan rendah, khususnya dalam hal keterlambatan masuk kelas maupun lingkungan sekolah.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket dengan skala Likert untuk mengukur tingkat kedisiplinan siswa, observasi untuk mengamati secara langsung perubahan perilaku siswa selama proses layanan berlangsung, serta dokumentasi sebagai bukti pendukung pelaksanaan penelitian. Instrumen penelitian berupa angket kedisiplinan siswa disusun berdasarkan indikator-indikator

kedisiplinan, kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa instrumen tersebut akurat dan layak digunakan dalam mengumpulkan data penelitian. Penggunaan angket skala Likert dipilih karena kemampuannya dalam mengukur sikap dan perilaku siswa secara terukur melalui lima tingkatan jawaban. Sementara itu, observasi dilakukan secara partisipatif untuk menangkap dinamika perubahan perilaku yang tidak terekam dalam angket, seperti respon spontan siswa saat sesi layanan. Gabungan ketiga teknik ini bertujuan untuk menciptakan triangulasi data, sehingga hasil penelitian mengenai efektivitas teknik *behavior contract* memiliki tingkat akurasi yang tinggi dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Prosedur penelitian ini dilakukan secara sistematis melalui tiga tahap utama. Tahap pertama adalah pelaksanaan *pretest* untuk mengidentifikasi tingkat kedisiplinan awal siswa sebelum diberikan perlakuan. Tahap kedua merupakan intervensi, di mana peneliti memberikan layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* yang dilaksanakan dalam beberapa sesi pertemuan. Tahap terakhir adalah pemberian *posttest* untuk mengukur sejauh mana layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* dalam meningkatkan kedisiplinan siswa di sekolah. Selama proses ini, peneliti memantau komitmen siswa terhadap kontrak yang telah dibuat guna memastikan terjadinya perubahan perilaku yang diharapkan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini diawali dengan uji prasyarat analisis, yaitu uji normalitas, untuk memastikan bahwa data skor kedisiplinan berdistribusi normal sehingga layak untuk diuji statistik parametrik. Selanjutnya, dilakukan uji *paired sample t-test* untuk membandingkan rata-rata skor *pretest* dan *posttest* guna menentukan apakah terdapat perbedaan signifikan pada kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract*. Seluruh perhitungan statistik ini dilakukan dengan bantuan SPSS versi 25 untuk menjamin keakuratan dan objektivitas hasil penelitian. Penggunaan uji *paired sample t-test* dinilai paling tepat karena penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest*, di mana subjek yang sama diukur pada dua waktu yang berbeda. Analisis ini memungkinkan peneliti untuk melihat efektivitas intervensi secara presisi dengan membandingkan perubahan perilaku individu secara komparatif. Dengan bantuan perangkat lunak SPSS, proses pengolahan data menjadi lebih sistematis, sehingga interpretasi terhadap peningkatan kedisiplinan

siswa dapat ditarik secara valid dan memenuhi kaidah metodologi penelitian kuantitatif.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, Penelitian menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan siswa yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract*. Peningkatan ini terlihat dari peningkatan skor rata-rata kedisiplinan siswa dari 71 pada *pretest* menjadi 92 pada *posttest*. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi melalui kontrak perilaku efektif dalam mengubah kebiasaan siswa yang sebelumnya sering terlambat menjadi lebih disiplin dalam menaati aturan waktu di sekolah.

Peningkatan ini terjadi karena teknik *behavior contract* (kontrak perilaku) memberikan kerangka kerja yang jelas bagi siswa untuk memahami hubungan antara perilaku dan konsekuensi. Secara teoretis, hal ini didukung oleh prinsip pengkondisian operan, di mana perilaku positif diperkuat melalui penguatan yang disepakati bersama dalam kontrak. Kontrak tertulis berfungsi sebagai komitmen formal yang mendorong siswa untuk memiliki tanggung jawab mandiri atas perubahan perilakunya. Keberhasilan intervensi ini juga dipengaruhi oleh penggunaan format konseling kelompok. Dinamika yang terbangun didalam kelompok memungkinkan adanya dukungan sosial dan saling mengingatkan antar anggota kelompok mengenai komitmen yang telah dibuat. Kondisi nyata di lapangan membuktikan bahwa siswa yang sebelumnya memiliki kebiasaan terlambat masuk kelas, mulai menunjukkan perilaku disiplin yang konsisten karena adanya motivasi dari penguatan yang dijanjikan dalam kontrak serta pengawasan kolektif selama proses layanan berlangsung. Dengan demikian, Penggabungan antara teknik modifikasi dan dukungan kelompok menjadi solusi efektif dalam membentuk karakter kedisiplinan siswa.

Untuk memperjelas perbandingan hasil tersebut, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Perbandingan hasil *pre-test* dan *Post-test*

NO	Responden	Jenis kelamin	<i>Pre-test</i>	kategori	<i>Post-test</i>	Kategori
1.	MH	Laki-laki	70	Rendah	92	Tinggi
2.	MK	Laki-laki	69	Rendah	94	Tinggi
3.	ZA	Laki-laki	68	Rendah	90	Tinggi
4.	AA	Perempuan	72	Rendah	91	Tinggi

5.	NA	Perempuan	73	Rendah	93	Tinggi
6.	IY	Laki-laki	72	Rendah	95	Tinggi
7.	MF	Laki-laki	71	Rendah	92	Tinggi

Berdasarkan Tabel 1, data perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* terhadap 7 siswa sebagai responden menunjukkan perubahan signifikan pada tingkat kedisiplinan siswa setelah mengikuti layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract*. Peningkatan skor rata-rata sebesar 71 pada *pretest* dan menjadi 92 pada *post-test*. Hal ini membuktikan bahwa intervensi yang diberikan mampu menstimulasi perubahan perilaku secara positif dan terukur.

Tabel 2. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	Mean	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pretest – Posttest	-21,71	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel 2, mengenai hasil uji *paired sample t-test*, diketahui bahwa nilai *Sig. (2-tailed)* adalah $0,000 < 0,05$. Secara statistik, hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah menerima layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract*. Diterimanya hipotesis penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa teknik kontrak perilaku memiliki pengaruh yang kuat terhadap perubahan perilaku kedisiplinan siswa di MTs Muhammadiyah Tongko.

Hasil uji t-test ini menegaskan bahwa penggunaan teknik *behavior contract* bukan hanya sekadar teori, melainkan solusi aplikatif yang mampu meningkatkan ketaatan siswa terhadap tata tertib waktu di sekolah secara nyata dan signifikan.

Tabel 3. Hasil normalitas

N		7	7
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	70.7143	92.4286
	Std. Deviation	1.79947	1.71825
Most Extreme Differences	Absolute	.191	.170
	Positive	.115	.170
	Negative	-.191	-.116
Test Statistic		.191	.170
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

Berdasarkan Tabel 3, mengenai hasil uji normalitas, diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh adalah sebesar $0,200 > 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa nilai residual dalam penelitian ini berdistribusi normal. Terpenuhinya asumsi normalitas ini menjadi dasar penting yang menunjukkan bahwa data tingkat kedisiplinan siswa yang dikumpulkan melalui instrumen *pre-test* dan *post-test* layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan statistik parametrik, yaitu uji *paired sample t-test*.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* dapat meningkatkan kedisiplinan siswa di MTs Muhammadiyah Tongko. Keberhasilan ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*, di mana nilai rata-rata kedisiplinan siswa mengalami kenaikan dari kategori rendah menjadi kategori tinggi. Hasil uji statistik juga menunjukkan nilai signifikansi yang memenuhi kriteria pengujian, sehingga hipotesis peneliti diterima.

Perubahan positif ini terlihat dari meningkatnya tanggung jawab siswa terhadap ketepatan waktu masuk kelas maupun memasuki ruang kelas setelah jam istirahat. Penggunaan kontrak perilaku secara tertulis terbukti mampu memperkuat komitmen siswa dalam memberikan motivasi melalui penguatan yang disepakati bersama. Dengan demikian, layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* efektif meningkatkan kedisiplinan siswa di MTs Muhammadiyah Tongko.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan, yaitu:

1. **Bagi pihak sekolah**, disarankan agar MTs Muhammadiyah Tongko mengintegrasikan layanan konseling kelompok berbasis *behavior contract* ke dalam program pembinaan kesiswaan guna menciptakan lingkungan belajar yang lebih tertib dan kondusif secara berkelanjutan.
2. **Bagi guru BK dan guru mata pelajaran**, diharapkan menerapkan teknik *behavior contract* sebagai intervensi spesifik untuk mengatasi masalah kedisiplinan siswa.

3. **Bagi siswa**, diharapkan mampu menjaga komitmen terhadap ketepatan waktu dan meningkatkan kesadaran mandiri dalam pengelolaan waktu demi kelancaran proses belajar.
4. **Bagi peneliti selanjutnya**, disarankan untuk memperluas jumlah sampel dan variasi subjek penelitian, serta mempertimbangkan durasi penelitian yang lebih Panjang atau mengombinasikan dengan teknik lain untuk melihat efektivitas perubahan perilaku secara luas dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

Buku:

- Arifin. (2020). LANDASAN TEORI: Landasan Teori. *Dasar-Dasar Ilmu Politik*.
Anwar Sutoyo. (2019). *Pemahaman Individu (Observasi, Checklist, Kuesioner, dan Sosiometri)*. Semarang: Widya Karya.
Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
Gladding, S. T. (2024). Group counseling: Strategies and skills
Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung: Alfabeta.
Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: UNP.

Jurnal:

- Hayati, N., Fahrudin, & Astini, B. N. (2024). Pola Asuh Orang Tua Dalam Membentuk Karakter Disiplin Pada Anak Usia 5-6 Tahun Desa Aikperapa Kecamatan Aikmel Kabupaten Lombok Timur. *Jurnal Mutiara Pendidikan*, 4(1), 1–9.
Ilham, M. (2019). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ekonomi. *Niagawan*, 8(3), 148.
Kodariyah. (2022). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Self Control Siswa SMP X Kelas IX di Jakarta. *PIJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 1(1), 137–139.
Melati, R. S., Ardianti, S. D., & Fardani, M. A. (2021). Analisis Karakter Disiplin dan Tanggung Jawab Siswa Sekolah Dasar pada Masa Pembelajaran Daring. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(5), 3062–3071.
Wulandari, R. I., Nursalim, M., & Muhimmah, H. A. (2024). Profil Karakter Kedisiplinan Siswa Sebagai Penguatan Profil Pelajar Pancasila di Sekolah Dasar. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 6(1), 454–460.
Zahidah, S., Budiman, N., & Nadhirah, N. A. (2023). Asas Kerahasiaan dalam Pelaksanaan Konseling Kelompok Online Pendahuluan. *Jurnal Bimbingan Dan*

Konseling Pendidikan Islam, 2(1), 11–23.

