

## **EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING INDIVIDU TEKNIK KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS SISWA SAAT PEMBELAJARAN ONLINE**

**Desy Nur Rahmawati**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [desy.18025@mhs.unesa.ac.id](mailto:desy.18025@mhs.unesa.ac.id)

**Hadi Warsito Wiryosutomo**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [hadiwarsito@unesa.ac.id](mailto:hadiwarsito@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Pandemi Covid-19 mengakibatkan terjadinya perubahan pada sistem pendidikan dengan diberlakukannya pembelajaran online. Sistem pembelajaran online merupakan kegiatan transfer ilmu pengetahuan yang dilakukan melalui platform pembelajaran online yang mana seringkali menimbulkan hambatan dalam pelaksanaannya. Hambatan tersebut mrnyebabkan munculnya rasa malas dan kebosanan terhadap pembelajaran online sehingga perilaku membolos di kalangan pelajar saat Pandemi Covid-19 semakin meningkat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana efektivitas layanan konseling individu teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa saat pembelajaran online. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan yang mana peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi, yakni pencarian data terkait variabel yang dikaji melalui artikel ilmiah, jurnal, skripsi, dan kajian literatur lainnya. Sedangkan analisis data yang peneliti gunakan ialah melalui teknik analisis konten dan analisis *critical appraisal*. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa layanan konseling individu dengan teknik kontrak perilaku efektif digunakan untuk mengurangi perilaku membolos siswa saat pembelajaran online dengan menambahkan *reward*, *punishment*, maupun *reinforcement* untuk memodifikasi perilaku maladaptif siswa menjadi perilaku adaptif yang diharapkan.

**Kata Kunci :** Konseling Individu, Teknik Kontrak Perilaku, Perilaku Membolos, Pembelajaran Online

### **Abstract**

The Covid-19 pandemic has resulted in changes to the education system with the implementation of online learning. The online learning system is a knowledge transfer activity carried out through an online learning platform which often creates obstacles in its implementation. These obstacles lead to the emergence of a sense of laziness and boredom towards online learning so that truancy behavior among students during the Covid-19 Pandemic is increasing. Therefore, this study aims to determine how effective individual counseling services are with behavioral contracting techniques to reduce student truancy behavior. This study uses a literature study method in which researchers collect data using documentation techniques, namely searching for data related to variables studied through scientific articles, journals, theses, and other literature studies. Meanwhile , the data analysis that the researcher uses is through content analysis techniques and critical appraisal. The results of this study state that individual counseling services with behavioral contracting techniques are effectively used to reduce student truancy behavior during online learning by adding rewards, punishments, and reinforcements to modify students' maladaptive behavior into the expected adaptive behavior.

**Keywords :** Individual Counseling, Behavior Contract Technique, Truancy Behavior, Online Learning

## **PENDAHULUAN**

Pandemi Covid-19 menyebabkan perubahan interaksi sosial dari segala aspek kehidupan. Aktivitas sosial dan pendidikan harus dilakukan secara online dengan diberlakukannya *school from home* untuk memutus rantai penularan virus Covid-19. Semua kegiatan yang dilakukan setelah adanya Pandemi virus Covid-19 menjadi dibatasi sehingga masyarakat harus melakukan kegiatan mulai dari belajar, bekerja, beribadah dan kegiatan sosial lainnya dari rumah (Fitriyani & Nugraha, 2021). Keputusan pemerintah terkait diberlakukannya Pemberlakuan Kegiatan Masyarakat (PPKM) Level 3 di Masa Nataru digunakan untuk mengantisipasi pesatnya penyebaran virus Covid-19 berdampak pada perubahan pola kehidupan masyarakat secara umum, salah satunya memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kegiatan di bidang pendidikan.

Tidak terkecuali di Indonesia, hampir seluruh negara di dunia mengalami dampak negatif sebagai akibat adanya virus Covid-19. Dampak negatif tersebut diantaranya ialah penutupan sekolah-sekolah mulai dari jenjang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), SD, SMP, SMA maupun SMK, hingga Perguruan Tinggi. Sistem pembelajaran jarak jauh (*e-learning*) dengan kegiatan belajar dari rumah harus diterapkan saat ini melalui platform pembelajaran online yang biasa digunakan guru guna menjangkau siswa sehingga mampu meminimalisasi adanya hambatan dalam bidang pendidikan meskipun pembelajaran dilakukan melalui jarak jauh.

Akibat dari penerapan pembelajaran online yang terjadi tanpa perencanaan menimbulkan transfer ilmu pengetahuan dari para guru kepada siswa menjadi terhambat (Martorejo, 2020). Siswa mengalami kesulitan dalam menguasai materi yang didapatkan berdasarkan kemampuan masing-masing jenjang kelas yang diharapkan. Menurunnya pemahaman materi pada saat pembelajaran online yang harusnya mampu dikuasai oleh siswa berdampak pada munculnya rasa malas dan kebosanan terhadap pembelajaran online sehingga perilaku membolos di kalangan pelajar saat Pandemi Covid-19 semakin meningkat.

Perilaku membolos siswa pada saat pembelajaran online ini didukung pula oleh beberapa kendala saat pembelajaran online berlangsung, yaitu mulai dari kendala download, masalah instalasi, masalah login, masalah audio dan video, dan lain sebagainya (Ramelle. E dkk., 2021). Selain dampak negatif yang ditimbulkan, salah satu dampak positif dari pandemi ini terhadap pembelajaran online adalah semakin berkembang pesatnya teknologi di bidang pendidikan yang akhirnya membawa pembelajaran online ke tingkat kemudahan tertentu.

Implementasi e-learning atau pembelajaran online diklasifikasikan menjadi dua jenis yaitu *asynchronous* dan *synchronous*. Kedua tipe ini berbeda secara ekspresif dari kelas tatap muka, terutama dalam hal tingkat kehadiran siswa. Di satu sisi, pembelajaran offline mengharuskan guru dan siswa berkumpul di dalam kelas yang artinya guru dapat melihat apakah siswa tetap mengikuti pembelajaran dari awal sampai akhir atau tidak. Hal ini berbeda dengan sistem pembelajaran online, dimana siswa dan guru tidak harus berkumpul di satu tempat (Paul & Jefferson, 2019). Dengan demikian, dapat diartikan bahwa pada pembelajaran online kehadiran siswa sebatas pada interaksi aktif siswa di kelas online tanpa terikat tempat dimana pun mereka berada. Sebagaimana pendapat Anwar dkk (2021) yang menyatakan bahwa di kelas online siswa dapat berpartisipasi hadir di mana pun mereka berada. Dengan kata lain, dalam kelas online, istilah “menghadiri kelas” tidak lagi dibatasi oleh tempat. Dapat dikatakan bahwa menghadiri kelas online lebih mudah dibandingkan menghadiri kelas offline.

Berbeda dengan kehadiran siswa pada saat sekolah tatap muka langsung (*offline*), pembelajaran online di masa Pandemi Covid-19 ini menjadikan pemantauan kehadiran dan ketidakhadiran siswa kurang jelas. Dalam model sekolah offline, kehadiran siswa dinyatakan sebagai hadir atau tidak hadir melalui kehadiran secara fisik, sehingga para guru mudah untuk melihat siswa yang membolos di kelas tatap muka. Sedangkan pada model pembelajaran online di kelas online atau virtual, interaksi antara guru dengan siswa kurang, yang ditandai dengan minimnya feedback dari siswa terhadap guru. Sistem pembelajaran online menjadikan guru lebih sulit dalam mengontrol kehadiran siswa karena keterbatasan dalam memantau apakah siswa tetap mengikuti pembelajaran online dari awal hingga akhir atau hanya mengisi absensi kehadiran mata pelajaran di awal saja. Selama pembelajaran online, siswa mungkin tidak hadir karena bosan atau ingin melakukan hal lain. Oleh karena itu, salah satu kelemahan absensi kehadiran online adalah kurangnya validitas karena mudah dimanipulasi dan tidak dapat mencatat kehadiran siswa secara terus menerus. Pada akhirnya, siswa tetap dapat tercatat sebagai “hadir” meskipun sebenarnya tidak hadir dan mengikuti proses pembelajaran.

Absensi pada satu sisi hanya menunjukkan apakah siswa menghadiri kelas atau tidak, sedangkan tidak menunjukkan apakah siswa tetap mengikuti kelas sampai akhir atau tidak. Sejalan dengan ide dari Dehnavi dalam Anwar et al (2021) yang berpendapat bahwa guru lebih sulit untuk melacak kehadiran siswa secara terus-menerus di kelas online, memungkinkan siswa hanya mencantumkan nama sebagai “hadir” dengan mengisi

absensi kehadiran, namun tidak menghadiri pembelajaran online hingga selesai.

Pembelajaran online memberikan solusi bagi guru untuk mengajar tetapi memunculkan masalah lain yaitu siswa dapat dengan mudah membolos selama kelas online. Sebagaimana pendapat Wong (2020), penutupan sekolah selama berbulan-bulan dapat berdampak negatif pada kesehatan psikologis siswa dan dikhawatirkan tingkat pembolosan atau putus sekolah dapat meningkat. Terdapat fakta bahwa saat pembelajaran daring berlangsung, siswa semakin mudah membolos (Hao, 2021). Kendala kuota dan sinyal internet dari beberapa siswa dan juga banyaknya kehadiran siswa di kelas yang tidak menyalakan kamera depan saat pembelajaran online memberikan kemudahan dan peluang bagi siswa yang ingin membolos. Selain itu, siswa sering menganggap pembelajaran online membosankan, tidak menarik, materinya sulit dipahami, serta kesulitan dalam mengejar ketertinggalan pelajaran. Hal ini mengakibatkan siswa yang merasa bosan saat pembelajaran online berlangsung menyebabkan mereka memiliki kecenderungan untuk membolos.

Penelitian yang dilakukan Sabilla (2021) menyatakan bahwa perilaku membolos sering terjadi pada sebuah sekolah yang ditelitinya, yaitu di SMP Negeri 1 Gambut. Bersumber pada hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, selama pelaksanaan pembelajaran online, salah satu permasalahan yang sering terjadi adalah tidak diisinya daftar kehadiran siswa yang berhubungan dengan pengumpulan tugas, atau dengan makna lain siswa tersebut membolos karena tidak adanya partisipasi aktif dan kehadiran pada pembelajaran online tersebut.

Kehadiran siswa merupakan sesuatu yang dianggap penting dalam sistem pendidikan. Sudah menjadi kewajiban bagi lembaga pendidikan untuk selalu mengontrol kehadiran siswa karena diyakini memiliki hubungan positif dengan keberhasilan siswa (Mohanani et al., 2017). Oleh karena itu, perilaku membolos siswa pada saat pembelajaran online adalah salah satu permasalahan yang seringkali terjadi saat Pandemi Covid-19 ini sehingga memerlukan perhatian yang lebih dari pihak orangtua siswa dan pihak sekolah. Hal ini karena perilaku membolos bisa menjadi pemicu utama munculnya serangkaian permasalahan baru yang akan terus berlangsung apabila tidak segera ditangani.

Sehubungan dengan hal tersebut, bentuk penanganan perilaku membolos pada siswa ialah dengan menerapkan layanan bimbingan dan konseling di sekolah baik di saat kondisi normal ataupun saat kondisi Pandemi Covid-19 yang hingga saat ini masih berlangsung, meskipun masih diterapkan pembelajaran online dari rumah. Perilaku membolos pada saat pembelajaran online merupakan tindakan absen atau tidak menghadiri kelas online tanpa

izin yang dapat menjadi perhatian utama guru bimbingan dan konseling saat ini karena dapat mempengaruhi keberhasilan akademik siswa secara keseluruhan (Ramelle. E dkk, 2021). Tujuan dari layanan bimbingan dan konseling ini yaitu guna memberikan bantuan siswa dalam memperoleh pemahaman diri, serta menunjang siswa dalam hal mengembangkan dirinya menjadi lebih pribadi yang lebih baik dari sebelumnya dan mampu mengatasi segala permasalahan yang dihadapinya (Sabilla, 2021).

Salah satu layanan konseling yang efektif digunakan untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa adalah konseling individu dengan teknik kontrak perilaku. Konseling individu adalah sebuah layanan dalam bimbingan dan konseling dimana pelaksanaannya dilakukan dengan bertatap muka antara dua orang, yaitu konselor dan konseli (Tutiona et al., 2016). Konseling individu dengan teknik kontrak perilaku efektif digunakan untuk mengurangi perilaku membolos siswa dikarenakan layanan ini merupakan salah satu metode dari pendekatan perilaku, yang mana pemilihan tekniknya bisa dilakukan dengan mengetahui latar belakang dari permasalahan konseli untuk pemecahan masalahnya. Hal ini sejalan dengan pendapat (Tutiona et al., 2016) yang menyebutkan bahwa pada dasarnya semua metode pada konseling perilaku bisa digunakan untuk memecahkan permasalahan yang dialami kebanyakan siswa di sekolah.

Konseling kontrak perilaku merupakan salah satu teknik konseling perilaku yang mana kedua belah pihak (konselor dan konseli) menyepakati sebuah perilaku tertentu serta penguatan tertentu yang ditujukan pada tanggungjawab pengelolaan perilaku serta manajemen diri konseli (Mappiare, 2006). Sedangkan menurut Purnama et al (2019), kontrak perilaku ialah sebuah teknik konseling dengan membuat kontrak atau sebuah kesepakatan bersama guna mengubah perilaku tertentu yang dikehendaki untuk diarahkan ke perubahan perilaku yang lebih baik dari sebelumnya.

Berdasarkan fenomena tersebut, rumusan penelitian pada artikel ini ialah "*Apakah layanan konseling individu teknik kontrak perilaku efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa saat pembelajaran online?*". Sedangkan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana efektivitas layanan konseling individu teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa pada saat pembelajaran online. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan, dimana peneliti mengkaji ulang literatur serta kumpulan gagasan-gagasan penulis terdahulu yang relevan dengan efektivitas layanan konseling individu teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa.

## **METODE**

## Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode studi kepustakaan (*library research*) atau literatur review. Studi kepustakaan berdasarkan pendapat Mardalis dalam (Mirzaqon & Purwoko, 2018) ialah sebuah riset yang digunakan guna mengumpulkan informasi serta data-data menggunakan bantuan beberapa jenis material yang terdapat di perpustakaan, semacam dokumen, majalah, buku, kisah-kisah sejarah, dsb. Habsy (2017) turut serta mengemukakan pengertian studi kepustakaan sebagai sebuah langkah mencari rujukan teori yang relevan dengan permasalahan ataupun kasus yang ditemui. Sedangkan menurut Zed (2014), studi kepustakaan diartikan sebagai rangkaian aktivitas yang diterapkan menggunakan metode pengumpulan sumber kajian, membaca serta mencatat dan mengolah hasil kajian yang diperoleh.

## Prosedur Penelitian

Kuhlthau dalam Awalina & Purwoko (2018) menyebutkan beberapa langkah-langkah pada penelitian studi pustaka yakni sebagai berikut:

1. Memilih topik penelitian
2. Mengeksplorasi informasi yang diperoleh
3. Menentukan fokus penelitian
4. Mengumpulkan sumber data
5. Menyiapkan data yang akan disajikan
6. Menyusun hasil laporan penelitian

## Sumber data

Sumber data pada penelitian ini menggunakan referensi dari artikel dan jurnal ilmiah yang mempunyai kesesuaian dengan topik yang dipilih. Data tersebut didapatkan dari beberapa situs jurnal yang diakses secara online melalui

<https://scholar.google.co.id>

<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/>

<https://www.academia.edu/>

<https://academicjournals.org/>

Artikel yang didapatkan dari sumber-sumber tersebut harus melalui proses *screening* terlebih dahulu untuk memilih fokus artikel yang hendak dikaji dengan tahapan sebagai berikut:

1. Menentukan sumber

Data-data pada penelitian ini diperoleh dari jurnal nasional dan internasional yang peneliti akses melalui website seperti Google Scholar, Jurnal Unesa, Academia.edu, dan Academic journals.org.

2. Memasukkan kata kunci

Kata kunci yang digunakan pada proses pencarian literatur pada artikel ini yakni dengan mengetikkan dan menggabungkan antara variabel “Konseling individu”, “Teknik kontrak perilaku” dan “Perilaku membolos”.

3. Melakukan *screening*

Berdasarkan hasil pencarian literatur pada beberapa sumber dengan kriteria 5 tahun terakhir, diperoleh 50 artikel yang muncul sesuai dengan kriteria *keywords* yang ditulis, dengan perincian sebagai berikut: dari Google Scholar (n=28), Jurnal Unesa (n=1), Academia Edu (n=19), dan Academic Journal (n=2). Berdasarkan hasil skrining dari ke-50 artikel tersebut, didapatkan bahwa artikel yang sesuai dengan kriteria penelitian yakni sejumlah 12 artikel.

Berikut merupakan beberapa sumber data pada penelitian ini yang diperoleh sebanyak 12 jurnal terkait konseling individu teknik kontrak perilaku dan perilaku membolos yang disajikan dalam tabel guna mempermudah peneliti dalam menganalisis data yang diperoleh.

**Tabel 1.1 Kode Bahan Kajian**

<i>Jurnal Nasional</i>				
No	Sumber Data	Tahun	Penulis	Kode
1.	Keefektifan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa SMK Pondok Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro	2018	Zeti Novitasari, Hilmi Aliriad, & Khusnul Khotimah	J1
2.	Efektivitas Layanan Konseling Individu dengan Teknik Behavior Contract untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa	2021	Nur Vita Fauziyah & Abdul Muhid	J2
3.	Konseling Kelompok Menggunakan Teknik <i>Behavioral Contract</i> Sebagai Layanan pada Peserta Didik yang Memiliki	2018	Busmasyaril, Arfa Havilla	J3

*Efektivitas Layanan Konseling Individu Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Saat Pembelajaran Online*

	Perilaku Membolos			
4.	Pengaruh Teknik Konseling Behavioral Terhadap Perilaku Membolos Siswa Kelas X SMK Nurul Islam Sekarbela	2021	Dewi Rayani, I Made Gunawan, Firman Erdiansyah	J4
5.	Efektivitas Layanan Konseling individual dengan teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa kelas VIII di SMP PGRI Kasihan Tahun Ajaran 2019/2020	2020	Rima Rismayanti, Iis Lathifah Nuryanto	J5
6.	Efektifitas konseling kelompok dengan teknik behavioral contract untuk mengurangi kebiasaan membolos siswa kelas XI SMA Negeri 8 Kota Bengkulu	2018	Arroyan Muttaqin Nalman, Dodo Sutardi, Heni Sulusyawati	J6
7.	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Behaviour Contract dalam Meningkatkan Kedisiplinan	2019	Bagus Erie Wijaksono	J7

	Peserta Didik di SMP PGRI 06 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019			
8.	Pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos di kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018	2017	Arif Hanafi	J8
9.	Eksperimentasi Layanan Konseling Individu dengan Teknik Behavioral Contract untuk Mengurangi Perilaku Tidak Disiplin Peserta Didik SMAN 1 Punggur	2021	Putri Indah Sari	J9
<b>Jurnal Internasional</b>				
10.	<i>The Use Of Contingency Contracting In Educational Settings: A Review Of The Literature</i>	2020	Abdullah Alwahbi	J10
11.	<i>Effects Of Individualized Counselling Technique On Remedying Truancy Among Junior</i>	2017	Anyamene Ada, F. E. Anyachebe lu & Anyikwa Ngozi	J11

	Secondary School Students			
12.	Behavioral Counseling Effectiveness Behavior Contract Technique to Decrease Behavior Academic Procrastination of Students	2019	Andre Septian Purnama, Agus Mursidi, & Kartini Ayu Trisnawati	J12

### Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data

Pada penelitian ini, peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi, yakni pencarian data terkait variabel yang dikaji melalui artikel ilmiah, jurnal, skripsi, dan kajian literatur lainnya. Arikunto (2010) mendefinisikan teknik dokumentasi sebagai teknik mencari informasi berupa data-data mengenai variabel penelitian yang berupa catatan, buku, makalah, *article*, berita, jurnal, dsb.

Sedangkan analisis data yang peneliti gunakan ialah melalui teknik analisis konten (*content analysis*) yang merupakan teknik identifikasi data serta informasi yang didapatkan dari beberapa sumber literatur secara sistematis yang merujuk pada suatu kesimpulan (Yusuf 2016).

Selain itu, analisis *critical appraisal* juga digunakan dalam penelitian ini. Analisis *critical appraisal* dapat diartikan sebagai tindakan untuk memeriksa penelitian dengan cermat dan sistematis untuk menilai keandalan, nilai, dan relevansinya untuk mengarahkan para peneliti dalam pengambilan keputusan klinis mereka (Al-Jundi, Azzam & Sakka, 2017).

### PEMBAHASAN

#### Hasil

Asmiati dalam (Yuliyani et al., 2021) menyampaikan bahwa minat siswa saat mengikuti pembelajaran online meliputi kehadiran aktif di kelas maupun pengumpulan tugas semakin berkurang. Beberapa hambatan yang menyebabkan ketidakhadiran siswa di kelas online dan tingkat presentasinya yaitu kendala jaringan internet sebesar 58,70%, siswa tidak memiliki pulsa atau kuota internet untuk mengakses pembelajaran online sebesar 28,5%, adanya permasalahan pada gawai ataupun laptop siswa sebesar 20,3 %, dan sebanyak 41% lainnya memiliki kendala pada aliran listrik rumah sehingga menyebabkan akses wifi atau jaringan internet menjadi terhambat (Yuliyani et al., 2021). Hambatan-hambatan

tersebut menyebabkan siswa rentan membolos saat pembelajaran online, sehingga membutuhkan bantuan guru bimbingan dan konseling melalui layanan konseling individu teknik kontrak perilaku menggunakan pendekatan *behavioristic* untuk memodifikasi perilaku membolos siswa.

Latipun (2008) mengemukakan pengertian *behavior contract* atau kontrak perilaku sebagai sebuah kesepakatan antara konselor dan konseli guna mengubah perilaku tertentu pada diri konseli. Menurut (Komalasari, G. Wahyuni, E & Karsih (2011) kontrak perilaku adalah kesepakatan tertulis antara dua orang atau lebih dimana satu atau kedua orang tersebut setuju untuk terlibat dalam perilaku sasaran. Berdasarkan pendapat tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa kontrak perilaku adalah salah satu teknik dalam konseling behaviorial berupa membuat kesepakatan atau kontrak antara konselor dan konseli dengan kesepakatan yang telah disepakati sebelumnya yang bertujuan untuk mengubah perilaku konseli sesuai yang diinginkan ke arah perubahan yang lebih baik.

Pada teknik ini, konselor memilih perilaku tertentu yang realistis sehingga mampu diterima kedua belah pihak (konselor dan konseli) dengan kesepakatan yang telah dibuat bersama. Terdapat pula *reinforcement* atau penguatan positif lebih penting untuk diberikan konselor kepada konseli dibandingkan dengan *punishment* apabila kontrak perilaku yang disepakati tidak berhasil.

Adapun komponen-komponen teknik kontrak perilaku menurut Putri (2021) diantaranya sebagai berikut:

1. Melakukan identifikasi awal terhadap perilaku yang akan dimodifikasi.
2. Mendiskusikan serta menjelaskan ide kontrak perilaku.
3. Mengembangkan kontrak kemudian menyerahkan ke pihak-pihak yang terkait. Isi dari kontrak perilaku tersebut antara lain mencakup poin-poin sebagai berikut: nama konseli; perilaku spesifik yang hendak dimodifikasi; jangka waktu perubahan perilaku; *reinforcement* sebagai bentuk dukungan kinerja; konsekuensi atas pelanggaran kontrak (dapat berupa *punishment* tertentu); *reward* atas keberhasilan pengubahan perilaku sesuai kontrak; tindak lanjut; dan tanda tangan.
4. Gambaran prosedur tindak lanjut yang akan dilakukan.
5. Pelaksanaan program layanan
6. Pelaporan data hasil kemajuan dan evaluasi hasil.
7. Melakukan modifikasi perjanjian apabila diperlukan

Sedangkan langkah-langkah pelaksanaan teknik kontrak perilaku antara lain yakni sebagai berikut:

1. Seleksi salah satu ataupun dua perilaku yang hendak difokuskan.
2. Menjabarkan perilaku tersebut (bisa diamati serta dihitung).

3. Identifikasi imbalan yang nantinya akan memotivasi konseli dalam melakukan perilaku yang diinginkan melalui pemberian penguatan (*reinforcement*).
4. Tetapkan orang yang bisa menunjang konselor dalam keberhasilan layanan ini dengan memberikan *reward* atas kemungkinan keberhasilan kontrak perilaku konseli nantinya
5. Menuliskan kontrak secara sistematis serta jenis *reinforcement*, *punishment*, maupun *reward* yang disepakati sehingga pihak-pihak yang ikut serta dalam kontrak tersebut bisa menguasai isi dan tujuan.
6. Pengumpulan data

Disaat proses penerapan layanan konseling individu melalui teknik kontrak perilaku, guru bimbingan dan konseling telah mempersiapkan proses layanan yang akan diberikan sesuai dengan prosedur berlandaskan dasar teori yang semestinya. Hanafi (2017) mengelompokkan lagi langkah-langkah tersebut sesuai dengan tahapan-tahapannya antara lain yakni:

#### 1. Tahap persiapan

Tahap persiapan ini meliputi kesiapan fisik maupun psikologis dari konseli, tempat serta lingkungan sekitar, perlengkapan yang dibutuhkan, pemahaman konseli dan waktu yang ditentukan.

#### 2. Rapport

Tahap ini ditandai dengan mulai terjalannya pembentukan hubungan baik antara pribadi konselor atau guru bimbingan konseling dan konseli dengan munculnya rasa aman, bebas, saling percaya dan menghargai, serta kehangatan sejak berlangsungnya pembukaan konseling, proses konseling, hingga sesi konseling berakhir.

#### 3. Pendekatan masalah

Tahap ini merupakan tahap dimana seorang konselor menumbuhkan motivasi kepada konseli agar bebas dan terbuka dalam menceritakan permasalahan yang sedang dihadapinya.

#### 4. Pengungkapan

Konselor melakukan pengungkapan guna memperoleh kejelasan tentang isi permasalahan konseli secara mendalam yang diikuti dengan kesepakatan bersama untuk menentukan permasalahan inti maupun permasalahan sampingan agar menambah pemahaman konseli sehingga ia mampu melakukan perubahan atas perilakunya.

#### 5. Diagnostik

Diagnostik merupakan langkah penetapan latar belakang untuk menggali akar permasalahan yang dihadapi konseli.

#### 6. Prognosa

Prognosa yaitu langkah penyusunan rencana pemberian bantuan dari konselor kepada konseli untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi konseli.

#### 7. Treatment

Berdasarkan kesepakatan bersama antara konselor dan konseli yang dibuat untuk menangani permasalahan konseli, konselor memberikan motivasi kepada konseli agar ia mampu melakukan sebuah tindakan penyelesaian masalah dengan mengembangkan kemampuan dirinya secara optimal.

#### 8. Evaluasi dan tindak lanjut

Langkah ini digunakan untuk mengetahui tingkat keberhasilan serta efektivitas layanan konseling yang diberikan. Bersumber pada hasil yang sudah dicapai oleh konseli, konselor memastikan ketepatan dalam pemberian tindak lanjut, yang bisa berupa menerapkan sebuah teknik atau cara lain untuk melengkapi kekurangan layanan yang diberikan sebelumnya.

Beberapa hasil kajian literatur mengenai efektifitas layanan konseling individu teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa pada penelitian ini disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 1.2 Hasil Kajian**

Kode	Hasil Penelitian
J1	Penelitian Novitasari dkk (2018) menyimpulkan bahwa penerapan teknik kontrak perilaku terbukti efektif untuk mengurangi perilaku membolos pada kelima siswa yang diberikan perlakuan. Hal ini dapat dilihat dari perbandingan hasil pre test sebesar 65.88% yang termasuk dalam kategori rendah dan hasil post test setelah diberikan perlakuan sebesar 39.28% yang termasuk dalam kategori sedang. Hasil presentase ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan perilaku membolos pada siswa setelah diberikan teknik kontrak perilaku, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik ini efektif untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa di SMK Pondok Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro.
J2	Perilaku membolos pada siswa mampu diatasi dengan menerapkan layanan konseling individu teknik kontrak perilaku dengan melakukan perjanjian maupun persetujuan dari kedua belah pihak, yakni konselor dan konseli (Fauziyah, 2021).
J3	Terbukti adanya perubahan pengurangan perilaku membolos yang signifikan yang dilihat dari hasil post-test peserta didik setelah diberikan perlakuan kontrak perilaku. Teknik kontrak perilaku bisa digunakan untuk membentuk perilaku baru, mengurangi perilaku maladaptif seperti membolos pada siswa, serta mampu diterapkan guna meningkatkan perilaku adaptif yang diinginkan seperti meningkatkan motivasi belajar sehingga perilaku membolos siswa dapat berkurang (Busmayaril & Havilla, 2018).

J4	Terjadi signifikansi peningkatan kedisiplinan belajar siswa terhadap perilaku membolos dengan memberikan perlakuan latihan kognitif sebagai langkah pengembalian pikiran irrasional ke pikiran positif siswa, sehingga teknik kontrak perilaku ini efektif untuk digunakan guna mengurangi perilaku membolos siswa (Rayani et al., 2021).	(Alwahbi, 2020)
J5	Adanya signifikansi hasil angket pretest dan posttest setelah diberlakukan <i>treatment</i> yang menunjukkan bahwa layanan konseling individual teknik kontrak perilaku efektif dan terbukti mampu menurunkan perilaku membolos siswa (Rismayanti & Nuryanto, 2020).	J11
J6	Hasil analisis diperoleh data penurunan kebiasaan membolos siswa dari rata-rata lima kali menjadi dua kali dalam sebulan, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku efektif diterapkan guna menurunkan kebiasaan membolos pada siswa (Sutardi & Sulusyawati, 2019).	J12
J7	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kedisiplinan siswa yang terlihat dari nilai posttest yang lebih tinggi daripada nilai pretest setelah siswa diberikan perlakuan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik kontrak perilaku efektif dalam membantu siswa meningkatkan disiplinannya (Wijaksono, 2019).	Hasil penelitian (Purnama et al., 2019) menyebutkan bahwa 1) Perilaku membolos cukup tinggi sebelum diberikan layanan konseling individu dengan menggunakan teknik kontrak perilaku; 2) Terjadi penurunan skor dari pretest ke posttest, yang berarti bahwa pelayanan konseling individu dengan menggunakan teknik kontrak perilaku berhasil mengurangi perilaku membolos siswa di sekolah.
J8	Pemberian layanan konseling individu teknik kontrak perilaku menyebabkan perubahan positif pada siswa yang ditandai dengan daftar kehadiran siswa melalui absensi sekolah (Hanafi, 2017).	Fokus kajian dalam penelitian ini mencakup 12 artikel yang tertera pada tabel diatas. Adapun pemaparan hasil penelitian ini mencakup efektifitas layanan konseling individu teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa, keberhasilan layanan konseling individu teknik kontrak perilaku, langkah awal identifikasi perilaku membolos pada siswa yang nantinya akan diberikan layanan konseling individu teknik kontrak perilaku, serta tahapan pelaksanaan teknik kontrak perilaku.
J9	Layanan konseling individu dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dapat diterapkan untuk meurunkan perilaku tidak disiplin siswa, seperti datang tidak tepat waktu atau terlambat, membolos saat jam pelajaran, tanpa keterangan tidak masuk, sering membuat gaduh di kelas, dan tidak memakai atribut sekolah (Putri, 2021).	Pada 12 artikel yang telah dikaji oleh peneliti terkait efektifitas layanan konseling individu teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa didapatkan hasil bahwa ke-12 fokus kajian penelitian, yakni J1, J2, J3, J4, J5, J6, J7, J8, J9, J10, J11, J12 mengemukakan hasil penelitian bahwa layanan konseling individu teknik kontrak perilaku efektif untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa.
J10	Mengungkapkan bahwa teknik kontrak perilaku merupakan teknik yang efisien dan telah terbukti efektif dalam menangani permasalahan siswa. Teknik ini dapat digunakan pada siswa dengan karakteristik dan kemampuan belajar yang berbeda-beda, mampu meningkatkan berbagai perilaku adaptif di bidang akademik maupun sosial, serta penggunaannya didukung dalam berbagai <i>setting</i> , baik diterapkan di sekolah negeri, sekolah swasta, maupun di rumah	Langkah awal identifikasi perilaku membolos pada siswa sebagai langkah awal guru bimbingan konseling mengetahui subyek mana yang akan diberikan layanan konseling individu teknik kontrak perilaku dikaji pada fokus kajian J1, J4, J6, J7, J8, J12. 1. Pada J1, Pertemuan pertama yang dilakukan untuk mencari tahu, mengidentifikasi serta memperoleh hasil data siswa yang sering mengalami perilaku membolos yakni dengan menyebarkan angket guna mengukur tinggi dan rendahnya tingkat perilaku membolos pada siswa yang nantinya akan diberikan layanan. 2. Pada J4, Indikator perilaku membolos siswa berdasarkan persentasenya diperoleh dari hasil data guru serta rekapitulasi absensi

kelas, dan juga catatan tertentu dari guru bimbingan konseling.

3. Pada J6, Dokumentasi awal yang dipakai pada pengukuran frekuensi perilaku membolos siswa adalah hasil rekapitulasi absensi siswa selama dua bulan terakhir, wawancara awal, serta rekomendasi dari guru bimbingan konseling.
4. Pada J7, Analisis awal yang digunakan peneliti untuk merumuskan keefektifan layanan konseling kontrak perilaku yang akan diterapkan pada siswa dengan frekuensi membolos yang tinggi ialah melalui hasil angket yang telah disebar, informasi dari guru BK, yang diperkuat dengan buku catatan kasus siswa.
5. Pada J8, Perilaku membolos pada ketiga siswa diidentifikasi dari hasil rekapitulasi absensi siswa, yang didukung oleh hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling, serta catatan di buku saku bimbingan konseling siswa. Informasi pendukung guna memastikan bahwa ketiga siswa tersebut kerap membolos diperoleh dari pernyataan wali kelas serta teman satu kelas dari siswa tersebut.
6. Pada J12, Data awal didapatkan dari wawancara pendahuluan yang dilakukan dengan guru bimbingan konseling dan guru mata pelajaran. Hal ini terlihat dari siswa yang mengumpulkan pekerjaan rumah tidak tepat waktu pada jam pelajaran Geografi, saat Ujian Tengah Semester sebagian besar siswa menunda belajarnya karena menganggap itu hanya ujian biasa.

Berdasarkan artikel-artikel yang telah dikaji oleh peneliti, terdapat tahapan pelaksanaan konseling kontrak perilaku yang dibahas dalam artikel J1, J3, J5, J6, J7, J8, J9.

1. Pada J1, Pertemuan pertama dilakukan untuk mencari tahu serta memperoleh hasil data siswa yang sering mengalami perilaku membolos yakni dengan menyebarkan angket guna mengukur tinggi dan rendahnya tingkat perilaku membolos. Pertemuan kedua yakni pemberian strategi kontrak perilaku kepada kelima siswa yang memiliki tingkat perilaku membolos yang tinggi dibandingkan dengan siswa lainnya, yang kemudian dilanjutkan pertemuan ketiga yaitu menggunakan wawancara langsung terhadap siswa sebagai cara untuk mengetahui alasan siswa membolos serta

mengukur apakah teknik kontrak perilaku yang dilakukan telah mampu menurunkan perilaku membolos siswa atau belum. Pertemuan keempat dilakukan lagi penyebaran angket guna mengetahui ada atau tidaknya penurunan terhadap tingginya perilaku membolos pada kelima siswa yang telah diberikan perlakuan teknik kontrak perilaku.

2. Pada J3, Treatment yang diberikan kepada delapan peserta didik yang sering membolos yaitu melalui dua kelas, yakni kelas eksperimen (teknik kontrak perilaku) dan kelas kontrol (self control) yang dilaksanakan sesuai dengan kesepakatan kedua belah pihak pada jam-jam tertentu yang ditentukan. Pertemuan dilakukan sebanyak 6 kali, yang mana topik masalahnya didasari oleh aspek-aspek tingkah laku membolos. Pelaksanaannya terdiri atas lima tahap (tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran) yang kemudian dilanjutkan tahap evaluasi dan tindak lanjut.
3. Pada J5, Treatment yang diberikan kepada lima siswa yang memiliki frekuensi membolos berkategori sedang meliputi empat tahap yakni tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap pengakhiran), setelah itu dilanjutkan dengan evaluasi serta terminasi atau tindak lanjut.
4. Pada J6, Pemberian layanan ini terdiri dari dua siklus. Pada siklus pertama, telah terjadi pengurangan frekuensi perilaku membolos pada keenam siswa yang terlihat dari hasil rekapitulasi absensi setelah diberikan perlakuan teknik kontrak perilaku. Sedangkan pada siklus kedua, guru bimbingan konseling memberikan tindakan lanjutan serta perbaikan-perbaikan terkait kekurangan pelaksanaan pada siklus pertama.
5. Pada J7, Treatment yang diberikan kepada keenam peserta didik dilakukan masing-masing sebanyak enam kali pertemuan yang mencakup dua kelas, yakni kelas eksperimen (pemberian layanan konseling teknik kontrak perilaku) dan kelas kontrol (penerapan layanan konseling dengan teknik self control), dan meliputi enam tahapan (tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap pemberian

teknik self control, tahap pengakhiran, serta evaluasi dan tindak lanjut).

7. Pada J8, Setelah dilakukan pemanggilan pada ketiga siswa dengan frekuensi membolos paling tinggi, sesi konseling individu dengan teknik kontrak perilaku dilakukan sebanyak tujuh kali pertemuan, dengan tahapan sebagai berikut; Pada pertemuan pertama, dilakukan pembinaan hubungan atau *rapport*. Setelah itu dilanjutkan pada pertemuan kedua dimana dilakukan need assesment dari guru bimbingan konseling kepada siswa agar guru bimbingan konseling mengetahui gambaran alasan perilaku membolos pada siswa. Pertemuan ketiga, dilakukan perumusan *goal setting* atau capaian tujuan yang diinginkan, disertai dengan kesepakatan pemberian *reward* dan *punishment*. Dilanjutkan pada pertemuan keempat, kelima, dan keenam diberikan *reinforcement* atau penguatan untuk meningkatkan motivasi siswa dalam mengubah perilaku membolosnya serta pemberian materi terkait dengan resiko perilaku membolos, sembari guru bimbingan konseling memantau perubahan perilaku siswa. Terakhir, pada pertemuan ketujuh, evaluasi dan terminasi dilakukan guru bimbingan konseling guna mengetahui tingkat capaian sasaran konseling yang telah dilakukan.
8. Pada J9, Teknik kontrak perilaku dikembangkan dari jawaban survey yang telah diisi oleh siswa, yang mana jawaban tersebut digunakan sebagai sarana menegosiasikan tanggung jawab pada kontrak perilaku yang dibuat.

Sedangkan fokus hasil keberhasilan layanan dijabarkan dalam beberapa kajian artikel pada J2, J3, J6, J10, J11 sebagai berikut.

1. Pada J2, Keberhasilan teknik ini terjadi karena adanya dukungan dari beberapa pihak, baik dari siswa yang bersangkutan, guru BK yang mengemban tugas menangani masalah siswa tersebut, serta wali kelas maupun guru mapel yang bertugas untuk memastikan apakah peserta didik bisa belajar dengan nyaman ataupun tidak.
2. Pada J3, Gambaran mengenai keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini terlihat dari kemampuan memahami, merasakan, dan

bertindak sesuai mengikuti kegiatan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Pada J6, Siklus kedua menyatakan hasil bahwa keenam siswa mengalami penurunan frekuensi membolos menjadi nol, sedangkan masih terdapat satu siswa yang frekuensi membolosnya satu kali. Artinya, pada siklus kedua ini, secara keseluruhan keenam siswa yang sering membolos telah mengalami perubahan penurunan frekuensi membolos yang signifikan.
4. Pada J10, Keberhasilan layanan pada teknik kontrak perilaku ini dipengaruhi oleh adanya survey jawaban kelas yang diberikan guru sebagai sarana menegosiasikan tanggungjawab yang ditunjukkan dalam kontrak. Selain itu, reward yang diberikan guru. Para siswa yang terlibat dalam kontrak mengungkapkan tingkat kepuasan dan kebahagiaan yang tinggi mengenai kontrak perilaku sebagai hasil dari kebebasan untuk menegosiasikan tugas, penghargaan, dan kriteria untuk menerima penghargaan.
5. Pada J11, Anagbogu dalam (Anyamene et al., 2017) menganjurkan bahwa guru bimbingan konseling harus menggunakan teknik konseling individu untuk membantu siswa dalam memperbaiki masalah perilakunya. Dia menegaskan bahwa konseling adalah proses pembelajaran yang dirancang untuk meningkatkan perilaku adaptif dan untuk memusnahkan perilaku maladaptif. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen pada teknik konseling individu membantu untuk mengubah perilaku siswa membolos. Ihedioha dan Odoemelum dalam (Anyamene et al., 2017) juga mengevaluasi efek kontrak perilaku yang diterapkan bersamaan dengan teknik modeling di sekolah dasar, dan mereka menyimpulkan bahwa kedua teknik ini berfungsi untuk membantu memodifikasi perilaku membolos pada siswa di sekolah dasar tersebut.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil artikel yang telah dikaji oleh peneliti, diketahui bahwa layanan konseling individu dengan teknik kontrak perilaku efektif digunakan untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa saat pembelajaran online. Sebagaimana hal serupa juga

disampaikan Ovilia Priska Putri dan Titin Indah Pratiwi dalam penelitiannya yang mengemukakan keefektifan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa (Dewi, 2016). Penelitian dari Anyamene dkk (2017) turut serta mengemukakan bahwa perubahan perilaku pada peserta individu biasanya terjadi ketika teknik konseling individu digunakan.

Terdapat efek dari teknik konseling individu yang mampu mengurangi angka membolos siswa yang masih tinggi setelah satu bulan hingga tiga bulan masa tindak lanjut (Anyamene et al., 2017). Hal ini menyiratkan bahwa ada harapan besar bahwa semua gejala yang menunjukkan perilaku membolos di sekolah dapat diubah menggunakan teknik konseling individu. Dengan demikian, mereka yang memiliki masalah membolos dapat diterapkan teknik konseling individual, salah satunya dengan menggunakan teknik kontrak perilaku untuk mengubah perilaku mereka yang tidak diinginkan menjadi sesuai dengan yang diharapkan.

Konseling individual melalui teknik kontrak perilaku ini menggunakan pendekatan *behavioristic* yang menyatakan bahwa perilaku manusia yang disebabkan oleh faktor lingkungan dapat diubah, sehingga teknik ini dinilai cocok diterapkan guna mengatasi perilaku membolos siswa (Fauziyah, 2021). Pada teknik ini, *reward* memungkinkan diberikan guru BK kepada konseli jika ia bisa berkomitmen dengan sungguh-sungguh, serta *punishment* diberikan jika siswa tidak bisa melakukan komitmennya sesuai perjanjian yang tertulis. Para peneliti menyatakan umumnya teknik ini berfokus pada penggunaan *reward* sebagai hasil dari kemampuan penyelesaian tugas siswa (Alwahbi, 2020). Oleh karena itu, siswa yang belum mampu mengubah perilaku membolosnya dan masih sering membolos akan diberikan hukuman, serta siswa yang telah mampu mengubah perilaku membolosnya akan diberikan *reward*.

Teknik kontrak perilaku bisa diterapkan guna membentuk perilaku baru, mengurangi tingkah laku maladaptif tertentu yang harus diubah, maupun meningkatkan tingkah laku adaptif yang diharapkan (Busmayaril & Havilla, 2018). Hal ini sejalan dengan hasil temuan Erford Bradley, T (2017) yakni teknik kontrak perilaku bisa meningkatkan perilaku baru yang sesuai harapan dengan mengajarkan perilaku baru, serta mengurangi perilaku yang tidak sesuai keinginan.

Diharapkan dengan teknik kontrak perilaku, perilaku buruk siswa seperti kebiasaan membolos dapat berkurang sehingga perilaku yang lebih positif dapat dimunculkan. Rayani et al (2021) turut serta menyampaikan gagasannya terkait kemampuan teknik kontrak perilaku yang bisa menambah pengetahuan melalui latihan-latihan kognitif dengan bertujuan mengembalikan pikiran yang negatif menjadi positif, objektif, rasional sehingga perilaku

membolos siswa dapat menurun. Salah satu langkah yang bisa diterapkan adalah melalui analisis ABC, yakni *Antendence* atau penyebab perilaku membolos, *Behavior* sebagai perilaku yang hendak dimodifikasi, serta *Consequense* atas perilaku maladaptif membolos (Marisa et al., 2020).

Isi dari kontrak perilaku yang disepakati bersifat bebas, terbuka, dan sesuai kesepakatan bersama antara guru bimbingan dan konseling dengan siswa, dimana kesepakatan tersebut dibuat secara tertulis maupun secara lisan antara siswa dengan guru bimbingan dan konseling dikarenakan teknik ini lebih memfokuskan konseli untuk lebih mampu bertanggungjawab atas dirinya. Pada kontrak tersebut, siswa berjanji untuk melaksanakan semua perilaku yang tertera, bahkan memungkinkan guru bimbingan dan konseling untuk memberikan penguatan berupa *reward* apabila siswa berhasil melakukan perilaku sesuai dengan kontrak yang disetujui. Perjanjian antara guru BK dengan siswa pada kontrak perilaku tersebut harus senantiasa disampaikan berulang-ulang kepada siswa yang bersangkutan sehingga ia akan senantiasa ingat dan perubahan perilaku yang disepakati dapat diwujudkan (Novitasari et al, 2018).

Beberapa kelebihan dari teknik ini ialah teknik penerapannya cukup mudah, waktu yang dibutuhkan untuk mengubah tingkah laku siswa cukup singkat sehingga lebih efisien digunakan. Selain itu, teknik kontrak perilaku dapat dilakukan bukan hanya melalui layanan konseling individual, namun juga bisa diterapkan melalui layanan konseling kelompok. Kontrak perilaku juga dinilai efisien dan fleksibel jika digunakan pada saat-saat tertentu dimana konseli merasa membutuhkan penanganan segera (Marisa et al, 2020). Sebaliknya, jika konselor kurang cakap dalam menjelaskan isi dari kontrak, pemberian konsekuensi pelanggaran, maupun pemberian penguatan positif atas perilaku, maka teknik ini kurang mampu berfungsi secara optimal

Pada proses penanganannya, kesepakatan yang tertulis di perjanjian kontrak perilaku yang telah dibuat ini dapat berubah dan mengikuti kesepakatan baru yang dibuat antara konselor dan konseli (Fauziyah, 2021). Clarke & Scurry (2020) juga menyatakan hal serupa bahwa konselor dan konseli bisa menyesuaikan kontrak lama dengan yang baru sesuai keadaan konseli dengan memulai lagi dari awal kontrak yang baru dan mengubah isi dari kontrak yang lama. Kontrak ini dimodifikasi secara individual untuk setiap siswa apabila diperlukan. Terdapat hal penting yang harus diterapkan untuk memantapkan perilaku yakni kemauan siswa atau konseli dalam melakukan sesuatu yang telah disepakati dan ditulis pada perjanjian dengan memprioritaskan inti dari permasalahan siswa agar masalah tersebut tidak melebar dan memunculkan masalah yang lain (Marisa et al, 2020).

Penelitian Alwahbi (2020) juga menyebutkan para siswa yang terlibat dalam kontrak perilaku menyatakan tingkat kepuasan yang tinggi mengenai layanan kontrak perilaku sebagai hasil dari kebebasan untuk menegosiasikan tugas, dan pemberian kriteria-kriteria tertentu dalam menerima *reward* sebagai bentuk imbalan atas perubahan perilaku. Begitu pula dengan orang tua dan guru juga menyatakan kepuasan dengan efektivitas intervensi dan kemudahan implementasi layanan kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa (Alwahbi, 2020).

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian studi kepustakaan ini dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan konseling individu dengan teknik kontrak perilaku efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa pada saat pembelajaran online. Teknik kontrak perilaku mampu membantu siswa dalam mengubah perilakunya yang maladaptif menjadi perilaku adaptif serta guna memotivasi adanya transformasi perilaku maka dibutuhkan kondisi yang mengikat guna mencapai perubahan perilaku yang dikehendaki.

### Saran

Saran yang diberikan peneliti bagi penelitian selanjutnya yakni:

- a. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi, bahan rujukan, serta sumber informasi guna melengkapi penelitian yang sejenis.
- b. Diharapkan penelitian selanjutnya mampu menyempurnakan kekurangan dari penelitian ini sehingga memperoleh hasil penelitian yang lebih baik lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Jundi, Azzam & Sakka, S. (2017). Critical Appraisal of Clinical Research. *JOURNAL OF CLINICAL AND DIAGNOSTIC RESEARCH*, 11(5). <https://doi.org/10.7860/jcdr/2017/26047.9942>
- Alwahbi, A. (2020). The use of contingency contracting in educational settings: A review of the literature. *Educational Research and Reviews*, 15(6), 327–335.
- Anyamene, A. P., Anyachebelu, F. E., & Ngozi, A. (2017). Effects of individualized counselling technique on remedying truancy among junior secondary school students. *Journal of Guidance*, 1(1), 15–19.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Awalina, W., & Purwoko, B. (2018). Studi Kepustakaan Penerapan Konseling Expressive Writing Dalam Lingkup Pendidikan. *Jurnal BK Unesa*, 8(2), 1–9.
- Busmayaril, B., & Havilla, A. (2018). Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavioral Contract Sebagai Layanan pada Peserta Didik yang Memiliki Perilaku Membolos. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 5(2), 131–140.
- Clarke, M., & Scurry, T. (2020). The role of the psychological contract in shaping graduate experiences: a study of public sector talent management programmes in the UK and Australia. *The International Journal of Human Resource Management*, 31(8), 965–991.
- Dewi, O. P. (2016). Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Behaviour Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos pada Siswa Di SMK Kawung 2 Surabaya. *Jurnal BK UNEsA*, 6(3).
- Erford Bradley, T. (2017). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Pustaka Belajar.
- Fauziyah, N. V. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Behavior Contract Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa: Literature Review. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 5(1), 17–21.
- Hanafi, A. (2017). *PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS DI KELAS VIII SMP NEGERI 9 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018*. UIN Raden Intan Lampung.
- Komalasari, G. Wahyuni, E. & K. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. PT Indeks.
- Latipun. (2008). *Psikologi Konseling*. UPTUMM.
- Marisa, C., Yekti, W. B., & Karneli, Y. (2020). Konseling behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos sekolah di tingkat menengah kejuruan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 330–338.
- Novitasari, Z., Aliriad, H., & Khotimah, K. (2018). Keefektifan Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa SMK Pondok Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 7(2), 31–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jih.v7i2.195>
- Purnama, A. S., Mursidi, A., & Trisnawati, K. A. (2019). Behavioral Counseling Effectiveness Behavior Contract Technique to Decrease Behavior Academic Procrastination of Students. *International Journal for Educational and Vocational Studies*, 1(7), 760–764. <https://doi.org/https://doi.org/10.29103/ijevs.v1i7.1771>
- Putri, I. S. (2021). *EKSPERIMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK BEHAVIORAL CONTRACT UNTUK MENGURANGI PERILAKU TIDAK DISIPLIN PESERTA DIDIK SMA N 1 PUNGGURT. P 2020/2021*. UIN Raden Intan Lampung.
- Rayani, D., Gunawan, I. M., & Erdiansyah, F. (2021). *PENGARUH TEKNIK KONSELING*

BEHAVIORAL TERHADAP PERILAKU MEMBOLOS SISWA KELAS X SMK NURUL ISLAM SEKARBELA. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1).

- Rismayanti, R., & Nuryanto, I. L. (2020). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PADA SISWA KELAS VIII DI SMP PGRI KASIHAN TAHUN AJARAN 2019/2020. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 38–44.
- SUTARDI, D., & SULUSYAWATI, H. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Kebiasaan Membolos Siswa Kelas Xi Sma Negeri 8 Kota Bengkulu. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 31–41.
- Tutiona, M. Y., Munir, A., & Ratu, B. (2016). Upaya mengurangi perilaku membolos melalui konseling individual dengan teknik behavior contract pada siswa SMP Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling Dan Psikoedukasi*, 1(1), 69–78.
- WIJAKSONO, B. E. (2019). *EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIOUR CONTRACT DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI SMP PGRI 06 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2018/2019*. UIN Raden Intan Lampung.
- Yuliyani, R., Rezeki, S., & Tama, B. J. (2021). Analisis Opini Guru Dan Siswa Di Jakarta Terhadap Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pandemi Covid-19. *SINASIS (Seminar Nasional Sains)*, 2(1).
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media.

