

TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGURANGI PERILAKU TERLAMBAT DATANG KE SEKOLAH PADA PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK)

Rosnadia Rahmayani

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: rosnadiarahmayani.19029@mhs.unesa.ac.id

Dr. Elisabeth Christiana, S.Pd, M.Pd.

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: elisabethchristiana@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teknik behavior contract dalam konseling kelompok dapat mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Penelitian ini merupakan jenis penelitian pre eksperimental metode one group pre-test post-test. Teknik pengumpulan data menggunakan angket perilaku terlambat datang ke sekolah. Populasi dari penelitian ini adalah peserta didik kelas XI Teknik Pemesinan B di salah satu SMK di Kab. Pasuruan. Sample penelitian dipilih secara purposive sampling. Sampel yang diambil sebanyak 5 peserta didik dengan cara diperoleh dari hasil pre-test dengan skor kategori tinggi. Data dari hasil uji statistik *wilcoxon* dengan bantuan SPSS 26, diperoleh hasil Asymp. Sig sebesar 0,041. Karena $0,041 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, yaitu teknik behavior contract dalam konseling kelompok dapat mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

Kata kunci: konseling kelompok, teknik behavior contract, terlambat datang ke sekolah.

Abstract

This study examines the effectiveness of the behavior contract technique in group counseling that can reduce the behavior of late arrivals to school among Vocational High School students. This research is a pre-experimental research with one group pre-test and post-test methods. The data collection technique uses a behavior questionnaire late to school. The population of this study was students of class XI Mechanical Engineering B at one of the Vocational High Schools in Pasuruan district. The research sample was selected by purposive sampling. Samples were taken from five students from the pre-test results with high category scores. Data from the Wilcoxon statistical test results using SPSS 26 and the Asymp results were obtained. Sig of 0.041. Because $0.041 < 0.05$, it can be concluded that the hypothesis is accepted, namely, the behavior contract technique in group counseling can reduce the behavior of coming late to school in Vocational High School students.

Keywords: group counseling, behavior contract technique, coming late to school.

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lembaga formal yang menjadi tujuan utama manusia dalam menuntut ilmu. Sekolah menjadi tempat bagi manusia untuk mengasah potensi dalam dirinya, baik kepribadian, kecerdasan, dan keterampilan. Dimana nantinya potensi ini dapat berguna di dalam kehidupan sehari-harinya. Dalam pelaksanaannya, sekolah pastinya mempunyai tata tertib yang wajib ditaati oleh stakeholder sekolah. Peserta didik merupakan bagian dari stakeholder sekolah yang harus menaati tata tertib yang berlaku. Tata tertib ini umumnya mencakup beberapa aspek yaitu: (1) tugas; (2) hak dan kewajiban; (3) larangan; dan (4) sanksi (Irwansa & Maf'ul,

2018). Dengan patuhnya seseorang akan tata tertib, membuat segala kegiatan yang ada di suatu lingkungan dapat berjalan dengan baik. Peserta didik yang mematuhi aturan sekolah dapat menunjang kesuksesan belajarnya. Selain itu, hal tersebut juga dapat membentuk sikap dan kepribadian yang disiplin dan bertanggungjawab.

Setiap sekolah tentunya memiliki tata tertib yang berbeda, misalnya mengenai aturan jam masuk sekolah, aturan seragam sekolah, etika dan kesopanan, dan sebagainya. Meskipun berbeda, tetapi tujuan dari tata tertib di setiap sekolah selalu sama, yaitu peserta didik dapat mengetahui tugas, kewajiban, dan haknya supaya segala kegiatan di yang ada sekolah dapat terlaksana dengan baik

dan lancar. Namun, tidak semua peserta didik dapat mematuhi tata tertib yang ada di sekolahnya.

Salah satu pelanggaran tata tertib yang sering terjadi di sekolah adalah terlambat datang ke sekolah. Terlambat dapat diartikan sebagai suatu tindakan yang tidak dapat dilakukan sebelum waktunya atau tepat pada waktunya (Astuti & Lestari, 2020). Keadaan ini merupakan bentuk ke-tidak-mampuan seseorang hadir di suatu lokasi dan jam yang sudah disepakati sebelumnya. Salah satu indikator dari terlambat datang ke sekolah menurut Prayitno dan Erman Amti adalah tiba di sekolah setelah jam pelajaran dimulai (Prayitno & Amti, 2015).

Apabila suatu sekolah mengatakan aturan waktu masuk sekolah jam 07.00 pagi, maka peserta didik dikatakan terlambat jika datang melebihi jam tersebut. Keterlambatan ini dapat menjadi masalah di jam pelajaran pertama, karena peserta didik ketinggalan pelajaran yang telah diterangkan oleh guru sebelum peserta didik tersebut datang. Terdapat berbagai macam penyebab mereka terlambat datang ke sekolah, baik karena tidak disengaja maupun disengaja. Kejadian tidak disengaja atau insidental dapat berupa ban motor bocor di perjalanan atau bangun kesiangan, sedangkan kejadian disengaja dapat berupa sengaja mengulur waktu karena tidak menyukai pelajaran atau guru di saat jam pertama.

Keterlambatan datang ke sekolah tidak hanya berdampak negatif pada diri individu, namun juga lingkungan. Biasanya mereka akan mengajak teman yang lain untuk 'menemani'nya terlambat. Selain itu ketika peserta didik yang terlambat baru masuk kelas, peserta didik lain yang sedang fokus mendengarkan guru fokusnya menjadi teralihkan. Terkadang mereka menyoraki atau menertawakan peserta didik yang terlambat tersebut.

Salah satu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Kab. Pasuruan memiliki peraturan jam masuk sekolah pukul 07.00 WIB. Dikatakan terlambat dan masuk ke dalam catatan keterlambatan ketika peserta didik datang lebih 10 menit dari waktu yang telah ditentukan. Di sekolah tersebut, dibuat peraturan dengan skala keterlambatan yaitu (1) kategori ringan, 1 – 5 kali terlambat akan mendapat sanksi ringan yang diberikan oleh guru piket; (2) kategori sedang, 6 – 10 kali terlambat mendapat sanksi yang lebih berat dan surat peringatan; dan (3) kategori berat, lebih dari 10 kali terlambat akan mendapat surat panggilan orang tua.

Hasil dokumentasi catatan keterlambatan peserta didik pada semester ganjil tahun ajaran 2022/2023 sekolah menengah kejuruan di Kab. Pasuruan, dari 7 kelas dengan total kurang lebih 150 peserta didik, 80% pernah mengalami terlambat datang ke sekolah. Setiap harinya ditemukan lebih dari 10 peserta didik yang telambat datang ke sekolah. Sebagaimana data yang telah didapatkan, 32% peserta didik sekolah menengah kejuruan di Kab. Pasuruan teridentifikasi terlambat datang ke sekolah dengan kategori

berat, 23% kategori sedang, 25% kategori ringan, dan sisanya 20% tidak pernah terlambat.

Selain hasil dari dokumentasi, dilakukan wawancara kepada salah satu peserta didik yang terlambat datang ke sekolah dengan kategori berat, yaitu terlambat lebih dari 10 kali. Peserta didik tersebut beralasan bahwa sering terlambat datang ke sekolah dikarenakan bangun tidur yang lebih siang. Ia sering bangun kesiangan karena saat malam hari peserta didik tersebut melakukan aktivitas yang kurang penting, seperti bermain game atau nongkrong dengan teman-temannya. Sehingga seringkali ia tidur larut malam bahkan pagi hari. Guru BK sudah mengingatkan untuk mengurangi kegiatan tersebut, namun peserta didik tetap melakukannya dengan alasan jika tidak ikut nongkrong maka ia akan dijauhi teman-temannya. Ditambah lagi dengan kebiasaan dari peserta didik tersebut yang setiap berangkat sekolah menyempatkan diri untuk merokok terlebih dahulu dengan teman-temannya. Guru piket selalu memberikan sanksi berupa hukuman kepada peserta didik yang terlambat datang ke sekolah berupa push up, lari keliling lapangan sekolah, atau membersihkan lingkungan sekolah. Namun hukuman ini seringkali dianggap remeh oleh peserta didik. Sehingga mereka kembali mengulangi terlambat ke sekolah tanpa ada penyesalan.

Berdasarkan penyebab dari permasalahan tersebut, dapat diketahui bahwa peserta didik kurang terampil dalam mengatur atau memanajemen waktu. Manajemen waktu adalah proses untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu untuk menggunakan waktu secara efektif (Purwanto, 2008). Manajemen waktu merupakan proses mengatur atau mengelola diri sendiri. Kemampuan yang diperlukan untuk mengatur diri sendiri yakni kemampuan merencanakan, mendelegasikan, mengatur dan mengontrol (Yunita et al., 2022). Peserta didik seringkali menggunakan waktu untuk melakukan kegiatan yang kurang penting dan mengabaikan hal yang seharusnya menjadi prioritas atau tanggungjawabnya.

Hal ini tentu menjadi masalah karena peserta didik justru mendapat dukungan dari teman-temannya atas perilakunya yang kurang baik. Kemudian kurangnya dukungan dari keluarga akan pentingnya pendidikan, mengakibatkan menurunnya motivasi belajar pada anak. Peserta didik tersebut menjadi sering tidak mengerjakan tugas, malas untuk mengikuti pelajaran, dan melakukan pelanggaran di sekolah. Yang mana hal ini dapat menghambatnya dalam meraih prestasi belajar.

Hal ini sesuai dengan hakikat manusia dalam pendekatan konseling perilaku, yaitu manusia bersifat mekanistik atau merespon kepada lingkungan dengan kontrol yang terbatas, hidup dalam alam deterministik dan sedikit berperan aktif dalam menentukan martabatnya (Corey, 2013). Secara garis besar, manusia berperilaku

berdasarkan pengalaman belajar dari lingkungannya. Dalam kasus ini, peserta didik bertindak berdasarkan pengaruh dari lingkungan pertemanannya. Di mana teman-temannya justru mendukung peserta didik tersebut untuk melakukan kegiatan yang tidak perlu, sehingga ia menjadi sering terlambat datang ke sekolah.

Pendapat Suwanto, konseling perilaku adalah suatu teknik atau strategi dalam kegiatan konseling yang berdasarkan teori belajar, fokusnya pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalah yang dimilikinya (Suasta & Gunawan, 2021). Dalam konsep konseling perilaku, perilaku manusia merupakan hasil belajar yang dapat diganti dengan memanipulasi dan menciptakan kondisi-kondisi belajar. Dimana proses konseling merupakan suatu proses atau pengalaman belajar untuk membentuk konseli mengubah perilakunya sehingga dapat memecahkan masalahnya (Sanyata, 2012).

Sesuai dengan pandangan tersebut, layanan konseling kelompok dengan pendekatan konseling perilaku dapat membantu mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik. Salah satu teknik yang dapat digunakan adalah teknik behavior contract. Behavior Contract merupakan kesepakatan tertulis antara dua orang individu atau lebih, dimana salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target (Erford, 2017). Dengan menggunakan konseling perilaku teknik behavior contract, peserta didik dapat belajar mengubah perilakunya yang kurang sesuai, meningkatkan kontrol diri, dan belajar untuk berkomitmen dalam mempertahankan atau memperkuat perilaku yang diinginkan. Sehingga ia dapat lebih bertanggungjawab dan memikirkan dampak kedepannya dari apa yang ia perbuat.

Alasan penggunaan konseling kelompok karena fungsi konseling itu sendiri adalah kuratif atau penyembuhan. Kemudian dalam konseling perilaku sendiri lebih menekankan pada belajar sosial, dimana kegiatan belajar melalui pengalaman langsung, dapat pula diperoleh melalui pengamatan perilaku orang lain (Natawijaya, 2009). Dengan konseling ber-setting kelompok, peserta didik dapat belajar atau meniru perilaku yang baik berdasarkan pengalaman yang diberikan oleh peserta didik lain di dalam kelompok. Sehingga dengan penerapan dari teknik behavior contract dalam konseling kelompok ini, diharapkan peserta didik dapat mengurangi perilaku maladaptifnya.

Berdasarkan pemaparan di atas, digunakannya topik terlambat datang ke sekolah untuk menjadi fokus utama. Maka dari itu dilakukanlah penelitian mengenai “Teknik Behavior Contract dalam Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah pada Peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)”.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis eksperimen. Desain penelitian menggunakan *pre-experimental design* jenis *one group pretest-posttest*. Desain penelitian ini memberikan tes sebelum dan setelah diberikan treatment. Dengan menggunakan desain penelitian ini, dapat dilakukan perbandingan dengan akurat keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas XI Teknik Pemesinan B pada salah satu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Kabupaten Pasuruan. Pengambilan sample menggunakan *purposive sampling*, dan didapatkan 5 peserta didik sebagai subjek penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data primer, penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner dengan variabel terlambat datang ke sekolah. Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan memberikan data pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara sistematis kepada responden.

Teknik pengumpulan data ini untuk mengukur sejauh mana tingkat perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik, sebelum diberi perlakuan menggunakan teknik behavior contract dalam konseling kelompok. Kemudian juga dilakukan saat setelah diberi perlakuan, yaitu untuk mengukur bagaimana pengaruh keberhasilan dalam menggunakan teknik behavior contract dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik sekolah menengah kejuruan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data pengukuran awal didapat melalui angket perilaku terlambat datang ke sekolah yang telah diuji validitas dan reliabilitas kemudian diberikan kepada kelas XI TPm B sehingga dijadikan acuan (*pretest*). Kuesioner atau angket yang disebar pada penelitian awal ini dilakukan untuk mendapat subjek penelitian. Dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2023 di ruang kelas XI TPm B. Dari hasil *pre-test* dapat diketahui 5 peserta didik dengan kategori tinggi, 15 peserta didik dengan kategori sedang, dan 3 peserta didik dengan kategori rendah. Sehingga peserta didik dengan kategori tinggi yaitu sebanyak 5 orang akan menjadi subjek penelitian dan mendapat perlakuan teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok.

Kegiatan konseling dilaksanakan sebanyak empat pertemuan dalam waktu kurang lebih selama tiga minggu. Pada pertemuan yang pertama kalinya, kegiatan yang

dilakukan adalah rapport atau menjalin hubungan baik dan pendekatan masalah. Di pertemuan ini, konselor dan subjek penelitian berkenalan agar terjalin hubungan baik dan mulai memberikan gambaran permasalahan yang akan dibahas dalam kegiatan konseling. Kemudian pada pertemuan kedua yaitu pengungkapan masalah dan diagnostik. Di pertemuan ini subjek penelitian belajar untuk menganalisis perilaku bermasalahnya berdasarkan penyebab, dampak, frekuensi, dan durasi menggunakan analisis ABC. Pada pertemuan ketiga, subjek penelitian belajar merumuskan perilaku baru dan pembuatan kontrak perilaku. Dan di pertemuan terakhir, konselor dan subjek penelitian melakukan evaluasi akan keberhasilan kontrak perilaku dan kegiatan konseling yang sudah dilakukan.

Setelah melaksanakan serangkaian kegiatan konseling, peserta didik kembali mengisi angket sebagai post-test. Setelah mendapatkan hasil pretest dan posttest, dilakukan perbandingan antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan konseling kelompok dengan teknik behavior contract. Berikut adalah tabel perbandingan antara *pretest* dan *posttest* 5 subjek penelitian:

Tabel 1.1 Perbandingan skor *pretest* dan *posttest*

No	Nama	Skor <i>Pretest</i>	Skor <i>Posttest</i>	Keterangan
1	BS	58	36	MENURUN
2	RZ	54	34	MENURUN
3	NA	59	37	MENURUN
4	ZF	56	36	MENURUN
5	VW	56	31	MENURUN

Berdasarkan kedua data tersebut, kemudian hasil data dianalisis menggunakan analisis statistik non parametrik menggunakan uji wilcoxon. Berikut hasil analisis uji *wilcoxon* :

Tabel 1.2 Hasil analisis Uji Wilcoxon

Test Statistics ^a	
	Post test – pre test
Z	-2.041 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.041
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks	

Dari statistik di atas, dapat diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,041. Nilai 0,041 lebih kecil dari nilai 0,05 sehingga hipotesis diterima. Sehingga akan ditarik kesimpulan terdapat penurunan perilaku terlambat datang ke sekolah setelah diberikan teknik behavior contract dalam konseling kelompok.

Pembahasan

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pre eksperimental metode one group pre-test post-test, yaitu

dengan memberikan tes di awal dan di akhir berupa angket yang dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok kontrol. Pada penelitian ini menggunakan konseling kelompok teknik behavior contract dengan melibatkan peserta didik kelas XI TPm B di salah satu SMK di Kab. Pasuruan. Dipilihnya kelas tersebut atas dasar saran dari pihak sekolah karena banyak peserta didik di kelas XI TPm B yang sering terlambat datang ke sekolah.

Sebelum dilakukannya pre-test, angket diuji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Angket uji coba disebar kepada 46 peserta didik. Pengujian validitas dan reliabilitas angket menggunakan bantuan software SPSS 26. Hasil dari uji validitas didapatkan 20 butir pernyataan valid dari 30 butir pernyataan awal. Sedangkan uji reliabilitas didapatkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,902, sehingga angket dinyatakan reliabel (Cronbach's Alpha > 0,60). Setelah dinyatakan valid dan reliabel, angket disebar kepada populasi penelitian yaitu kelas XI TPm B. Data hasil pre-test menunjukkan 5 peserta didik dengan kategori tinggi, 15 peserta didik dengan kategori sedang, dan 3 peserta didik dengan kategori rendah. Peserta didik dengan kategori tinggi sebanyak 5 orang akan menjadi subjek penelitian, dan nantinya akan mendapat perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik behavior contract.

Sebelum mengidentifikasi permasalahan terlambat datang ke sekolah dari anggota kelompok, konselor terlebih dahulu memaparkan pengertian dari terlambat. Perilaku terlambat adalah datang tidak pada waktunya (Wilmore, 1959). Menurut Insiroh (Mardiono, 2021), terlambat datang ke sekolah yakni ketika individu tidak tepat waktu pada saat jam yang ditentukan masuk sekolah. Maka, terlambat datang ke sekolah dapat diartikan sebagai keadaan ketika peserta didik hadir di sekolah melebihi waktu yang telah ditentukan.

Konselor mengajak diskusi kepada masing-masing kelompok mengenai masalah atau kasus terlambat ke sekolah yang terjadi di lokasi penelitian. Dari hasil diskusi, didapatkan informasi bahwa sekolah memberi aturan jam masuk sekolah pada pukul 07.00 WIB. Peserta didik yang hadir melebihi jam tersebut dikatakan terlambat. Namun, peserta didik yang masuk ke dalam catatan keterlambatan dan mendapat hukuman adalah peserta didik yang hadir lebih dari 10 menit setelah jam masuk sekolah. Hukuman didapat oleh peserta didik dapat berbeda-beda tergantung guru piket, misalkan membersihkan lingkungan sekolah, push up, lari mengelilingi lapangan upacara, dan sebagainya. Namun, hukuman-hukuman tersebut seringkali dianggap remeh oleh peserta didik sehingga mereka kembali mengulangi perilaku terlambat ke sekolahnya.

Masing-masing anggota kelompok mengungkapkan penyebab mengapa mereka terlambat datang ke sekolah, dan kelima anggota kelompok mengatakan bangun

kesiangan. Berbagai macam penyebab mereka bangun kesiangan, yaitu karena harus bekerja di malam hari, pergi nongkrong bersama teman-teman, bermain game, ataupun begadang hanya untuk membuka social media. Kegiatan tersebut hampir dilakukan setiap hari sehingga mereka tidur larut malam dan bangun kesiangan. Terdapat anggota kelompok yang harus menjemput temannya terlebih dahulu sebelum berangkat ke sekolah. Selain itu, berdasarkan pengamatan konselor terdapat anggota kelompok yang menyempatkan diri merokok terlebih dahulu sebelum masuk ke lingkungan sekolah. Dampak dari terlambat yang didapatkan anggota kelompok adalah mendapat hukuman, prestasi belajar menurun, dan mendapat citra buruk dari guru.

Berkaitan dengan situasi di lokasi penelitian, indikator terlambat datang ke sekolah dipengaruhi oleh kurangnya keterampilan peserta didik dalam manajemen atau mengelola waktu. Peserta didik seringkali mendahulukan kegiatan yang kurang penting di atas kegiatan yang lebih penting. Apabila tidak segera diatasi, hal ini tentunya dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik di sekolah. Manajemen waktu yang baik merupakan motivasi dan penggerak bagi individu untuk belajar, sehingga ketika belajar individu akan tidak mudah bosan dan lebih bersemangat dengan materi pelajaran yang dipelajari, dan sekaligus hal ini tentunya dapat meningkatkan prestasi belajar (Yunita et al., 2022). Akibat dari kurangnya keterampilan manajemen waktu membuat mereka kesulitan dalam mengatur hal yang seharusnya menjadi prioritas, dan kurang bertanggungjawab atas tindakan yang diperbuatnya. Strategi penggunaan waktu yang tepat adalah menggunakan alokasi waktu sebaik mungkin dengan menetapkan nilai, tujuan, sasaran serta prioritas, dan kemudian menghabiskan alokasi waktu sebanyak mungkin untuk melakukan aktivitas prioritas yang mengarah pada pencapaian tujuan tersebut, dan yang sesuai dengan nilai-nilai itu (Richards dalam Winingsih et al., 2022).

Setelah melakukan identifikasi masalah, selanjutnya anggota kelompok merumuskan perilaku baru atau mengurangi perilaku yang kurang sesuai dan menyepakati perubahan perilaku tersebut. Dari kelima anggota kelompok terdapat satu orang yaitu subjek NA yang mengatakan ia tidak bisa mengurangi jam bekerjanya karena itu sudah menjadi kewajiban, namun ia mau mengurangi jam nongkrong setelah pulang bekerja. Sehingga subjek NA dapat beristirahat di rumah lebih lama dan tidak bangun kesiangan. Sedangkan anggota kelompok lain, mereka menyepakati adanya rumusan perubahan perilaku yang dibuat.

Setelah pemberian perlakuan berupa teknik behavior contract dalam bentuk konseling kelompok didapatkan hasil bahwa peserta didik mengalami penurunan frekuensi dan durasi terlambat datang ke sekolah. Namun, terdapat

peserta didik yang masih terlambat. Subjek RZ menjelaskan bahwa ia sudah bangun lebih pagi dan dapat mengurangi durasi bermain gamenya di malam hari, namun ia tetap terlambat ke sekolah karena harus menjemput temannya terlebih dahulu. Subjek NA terlambat satu kali dengan alasan bangun kesiangan akibat pulang kerja yang terlalu pagi sehingga waktu istirahatnya kurang. Subjek ZF terlambat satu kali karena pada hari tersebut terdapat kendala transportasi yaitu tidak ada yang mengantar, sehingga ia harus jalan kaki. Subjek VW terlambat satu kali dengan alasan harus menjemput teman terlebih dahulu. Secara keseluruhan, sudah terdapat peningkatan perubahan perilaku pada subjek penelitian. Mereka mulai belajar mengelola waktu dan mengurangi kegiatan yang kurang perlu. Sehingga dampaknya mereka dapat mengurangi penyebab perilaku terlambat datang ke sekolah.

Pada penelitian ini, terdapat tugas rumah berupa self monitoring. Peserta didik belajar untuk mengatur waktu dan mengontrol diri terhadap kesehariannya di rumah. Hasil perilaku dapat berbeda karena dipengaruhi oleh faktor lingkungan masing-masing. Ada peserta didik yang memang berkomitmen sehingga ia benar-benar menyelesaikan kegiatan dengan baik, namun ada juga yang masih mendapat pengaruh kurang baik dari lingkungan sekitarnya sehingga ia kurang maksimal dalam melaksanakan komitmennya. Sebagai contoh subjek RZ yang sudah berhasil bangun lebih pagi namun ia harus menjemput dan menunggu temannya terlebih dahulu, kemudian subjek NA dan VW yang kurang mendapat pengawasan dari orangtua karena tidak tinggal di satu rumah. Ditambah juga dengan kebiasaan peserta didik sebelum masuk ke sekolah harus saling menunggu teman untuk masuk bersama. Meskipun telah berkomitmen dengan behavior contract, namun peserta didik terkadang lupa dan mencari kesempatan untuk kembali mengulang perilaku kurang sesuainya. Meskipun pelaksanaannya terlihat sederhana, namun behavior contract membutuhkan waktu yang tidak sedikit dan hasil tergantung pada kemampuan individu yang melakukan (Malichah, 2016).

Menurut Latipun (dalam Malichah, 2016) dalam bukunya mengatakan bahwa behavior contract adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Menurut Komalasari (Lestari, 2019) behavior contract adalah kontrak untuk mengatur keadaan sehingga konseli menunjukkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak yang telah disepakati antara konseli dan konselor. Dalam pelaksanaannya, peserta didik belajar untuk mengganti perilaku yang kurang sesuai, merumuskan perilaku baru, menyepakati perubahan perilaku, dan memberi penguatan kepada perilaku baru yang terbentuk. Fokus dari teknik ini adalah pada perilaku peserta didik, sehingga dengan menggunakan teknik behavior contract

peserta didik dapat mempertahankan perilaku target dan berkomitmen atas tindakan yang diperbuatnya.

Penelitian lain yang relevan dengan penelitian ini adalah Lestari (2019) yakni tentang konseling kelompok dengan teknik behavioral contract untuk mengatasi perilaku terlambat masuk ke sekolah bagi peserta didik kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung. Penelitian dilakukan dengan memberikan perlakuan sebanyak dua siklus dengan total enam kali pertemuan. Penelitian ini berjenis kualitatif dengan pendekatan *action research* yang dijelaskan secara deskriptif. Berdasarkan hasil dari observasi menunjukkan adanya penurunan frekuensi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik. Dengan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik behavior contract efektif dalam menurunkan perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik.

Peneliti lain Oska (2022) terkait penelitian yang sesuai yaitu dari metode penelitian yang digunakan adalah pre eksperimental one group pretest-posttest. Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji wilcoxon non parametrik sebagai uji hipotesis. Hasil dari analisis data menunjukkan bahwa setelah diberi perlakuan terdapat penurunan skor. Maka dapat diinterpretasikan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik behavior contract berpengaruh terhadap penurunan perilaku terlambat ke sekolah.

Perlakuan yang diberikan pada penelitian ini adalah berupa konseling kelompok sebagai layanan yang membantu peserta didik dalam pemecahan masalah yang dialaminya. Hasen, Warner, & Smith mengatakan bahwa layanan konseling kelompok merupakan cara sangat baik dalam menangani konflik antarpribadi maupun membantu individu dalam pengembangan kemampuan pribadi mereka (Prayitno & Amti, 2015). Kemudian menurut Nursalim dan Hariastuti (2007) tujuan dari konseling kelompok dalam setting sekolah adalah untuk menolong peserta didik dalam adaptasi sosial di lingkungan yang baru, sebab saat ini motivasi dari teman sepekan atau sebaya merupakan suatu yang amat penting yang dapat memotivasi mereka melakukan aktivitas yang bermanfaat.

Dalam proses pelaksanaan penelitian terdapat kendala saat peserta didik ada yang tidak datang di hari yang telah disepakati untuk konseling, sehingga harus mengganti atau reschedule jadwal konseling. Secara keseluruhan penelitian ini berjalan dengan sangat baik dan lancar atas dukungan dari banyak pihak dan kesediaan subjek penelitian. Sekolah yang menjadi lokasi penelitian sangat terbuka dan menerima dengan baik atas dilakukannya penelitian mengenai terlambat datang ke sekolah. Sehingga dengan adanya penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau alternatif strategi yang dapat digunakan apabila terjadi masalah yang serupa.

Selain kendala, penelitian ini tentunya juga memiliki keterbatasan, maka diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang ingin menerapkan teknik behavior contract dalam konseling kelompok dapat lebih meninjau dan melengkapi bagian-bagian yang masih menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Sehingga nantinya hasil penelitian selanjutnya dapat lebih baik lagi.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini dilakukan di salah satu SMK di Kab. Pasuruan untuk menguji penurunan perilaku terlambat datang ke sekolah dengan memberikan perlakuan konseling kelompok menggunakan teknik behavior contract. Subjek penelitian sebanyak lima orang yang didapat dari hasil pre-test akan diberi perlakuan konseling kelompok sebanyak 4 pertemuan. Setelah diberi perlakuan, hasil dari post-test mengatakan subjek penelitian mengalami penurunan skor dan dapat mengurangi perilaku bermasalahnya. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa teknik behavior contract dalam konseling kelompok dapat mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik sekolah menengah kejuruan.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti memberi saran yaitu:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam memberikan perlakuan berupa teknik kontrak perilaku atau behavior contract kepada peserta didik yang sering terlambat datang ke sekolah.

2. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan peneliti lain dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan acuan untuk melakukan penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanu, M. (2022). Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik Behavioral Contract Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Peserta Didik Di Sma Al-Azhar 3 Bandar Lampung.
- Astuti, A. D., & Lestari, S. D. (2020). Teknik Self Management untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 54.
- Astuti, B. (2012). Modul Konseling Individu. Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNY.
- Christiana, E. (2022). Penerapan Konseling Individu Teknik Self-Management untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik.

- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*.
- Erford, B. T. (2017). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Pustaka Pelajar Yogyakarta.
- Faharuddin, B., & Khusumadewi, A. (2017). Penerapan Konseling Kelompok Cognitive Restructuring Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Terlambat Masuk Sekolah SMP Negeri 1 Campurdarat Tulungagung. *BK Unesa*, 7, 1–7.
- Fauzi, N. (2020). Penerapan Konseling Kelompok CBT (Cognitive Behaviour Therapy) melalui Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Perilaku Terlambat Sekolah.
- Husna, A., & Suryana, B. (2017). *Metodologi Penelitian dan Statistik*.
- Irwansa, A., & Maf'ul, M. A. (2018). Analisis pelaksanaan tata tertib sekolah pada siswa di smk negeri 1 makassar. *Open Journal System*, 2, 1–13.
- Ketut, D. (2016). *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*.
- Lestari, I. (2019). Implementasi Konseling Kelompok dengan Teknik Behavioral Contract untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Masuk ke Sekolah Bagi Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 6 Bandar Lampung (PTBK).
- Lubis, N. L., & Hasnida. (2016). *Konseling Kelompok. Kencana*.
- Malichah, A. (2016). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Behaviour Contract terhadap Pengurangan Perilaku Membolos Siswa Kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017.
- Mardiono, T. (2021). Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Pada Peserta Didik Kelas Vii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.
- MIRA, I. (2021). Pelaksanaan Konseling Kelompok Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas X Di Sma Negeri 8 Bandar Lampung (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Natawijaya, R. (2009). *Konsep Dasar Konseling Kelompok*. Rizqi Press Bandung.
- Nur, I. (2021). Penerapan Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Kurang Disiplin Siswa di SMP Negeri 21 Makassar.
- Nurlaeli, S. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Ke Sekolah.
- Prayitno, & Amti, E. (2015). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Penerbit Rineka Cipta.
- Sanjaya. (2020). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Behavioral Contract untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik di Kelas VII B SMPN 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.
- Sanyata, S. (2012). Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling Abstrak Pendahuluan Teori dan Pendekatan Behavioristik. 14, 1–11.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Suasta, I. W., & Gunawan, I. G. D. (2021). Penerapan Metode Konseling Behavioral Dalam Mengelola Dan Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Pada SMKN 5 Palangka Raya SMKN 5 Palangka Raya , 23 IAHN Tampung Penyang Palangka Raya. *Prosiding Webinar Nasional IAHN-TP Palangkaraya*, No. 6 Tahun 2021, 6, 111–120.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- TANIA, O. V. (2022). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Perilaku Terlambat Ke Sekolah Di Smk Persada Bandar Lampung (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Umaria, S. R., Yuline, Y., & Purwanti, P. (2019). Analisis perilaku terlambat pada peserta didik SMP Negeri 2 Sungai Raya. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*.
- Winingsih, E., Naqiyah, N., Warsito, H., & Setiawati, D. (2022). Pengembangan Model Psikoedukasi Berbasis Self Management untuk Meningkatkan Keterampilan Pengelolaan Waktu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 41–46.
- Yunita, D. R., Rakhmawati, D., & Mujiono. (2022). Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Manajemen Waktu Pada Siswa SMA N 1 Kembang. 4(20), 2137–2142.