

Efektivitas Penerapan Teknik *Behavioral Contract* Dalam Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa SMP

Yosefina Rosari Essen, Kristinus Sembiring, Dhiu Margaretha

Universitas Katolik Widya Mandira Kupang
inaesen3@gmail.com

Article History

accepted 1/2/2026

approved 1/3/2026

published 31/3/2026

Abstract

The frequent occurrence of truancy among students indicates the need for effective intervention, one of which is through the application of behavioral contract techniques in group counseling. This study aims to determine the effectiveness of applying behavioral contract techniques in group counseling to reduce truancy among students in Class VIII A of UPTD SMPN 10 Kupang in the 2025/2026 academic year. This study used a quantitative descriptive method with a pre-experimental design (one group-pretest-posttest design) on 30 students, with data collection using a truancy behavior questionnaire and intervention guidelines as treatment instruments. The analysis results showed a *thitung* value of 20.733, while the *ttabel* value at a 5% significance level was 2.364, so that $thitung > ttabel$, which indicates a significant reduction in truancy behavior. Thus, the application of behavioral contract techniques in group counseling has proven effective in reducing truancy among students in class VIII A of UPTD SMPN 10 Kupang in the 2025/2026 academic year.

Keywords: *Effectiveness of behavioral contract techniques, Group counseling, Truancy behavior*

Abstrak

Perilaku membolos yang masih sering terjadi pada siswa menunjukkan perlunya intervensi efektif, salah satunya melalui penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku membolos siswa Kelas VIII A UPTD SMPN 10 Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pre-experimental design (one group-pretest-posttest design) pada 30 siswa, dengan pengumpulan data menggunakan angket perilaku membolos dan pedoman intervensi sebagai instrumen perlakuan. Hasil analisis menunjukkan nilai *thitung* sebesar 20,733 sedangkan nilai *ttabel* pada taraf signifikan 5% sebesar 2,364, sehingga $thitung > ttabel$, yang menandakan adanya pengurangan perilaku membolos secara signifikan. Dengan demikian, penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok terbukti efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII A UPTD SMPN 10 Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

Kata kunci: *Efektivitas penerapan teknik behavioral contract, Konseling kelompok, Perilaku membolos*



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu usaha sadar, sengaja, dan terencana yang diselenggarakan di sekolah melalui proses pembelajaran. Proses pembelajaran yang dijalani oleh peserta didik akan mendatangkan perubahan atau perkembangan perilaku manusia kearah yang lebih baik. Hal ini dijelaskan dalam Undang-Undang No 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional, bab 2 pasal 3 bahwa pendidikan berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Pendidikan dibagi menjadi tiga jenis yaitu pendidikan informal, formal dan nonformal. Salah satu dari tiga jenis pendidikan ini adalah pendidikan formal. Sekolah yaitu pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan anak usia dini, pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.

Purnamasari & Muis (2018) menyatakan bahwa sekolah merupakan tempat pembelajaran untuk siswa agar mengembangkan diri, menghasilkan keterampilan serta pendidikan. Dalam pertumbuhan siswa pasti akan melibatkan berbagai masalah, termasuk Masalah sosial dan pribadi seringkali memengaruhi perilaku siswa di sekolah. Siswa diajari untuk mematuhi aturan tata tertib yang berlaku, yang diwajibkan bagi seluruh peserta didik dengan tujuan menanamkan kedisiplinan (Depdiknas, 2008). Meski demikian, beberapa siswa masih mengabaikan peraturan tersebut. Salah satu aturan yang paling sering dilanggar adalah membolos. Perilaku membolos umumnya didefinisikan sebagai ketidakhadiran peserta didik di sekolah tanpa alasan yang jelas atau dengan alasan yang tidak tepat, sehingga dapat menghambat proses pembelajaran dan perkembangan akademik siswa (Slameto, 2010 ; Arifin, 2012). Setyowati (2016) menjelaskan bahwa membolos adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh peserta didik dalam bentuk pelanggaran tata tertib sekolah atau meninggalkan sekolah pada jam pelajaran tertentu, meninggalkan pelajaran dari awal sampai akhir untuk menghindari pelajaran efektif tanpa ada keterangan yang dapat diterima oleh pihak sekolah atau dengan keterangan palsu.

Masalah perilaku membolos yang berulang kali terjadi dikhawatirkan akan menimbulkan berbagai konsekuensi negatif bagi peserta didik, seperti tertinggal dalam pelajaran, risiko tidak naik kelas, atau bahkan dikeluarkan dari sekolah, yang pada akhirnya merugikan diri mereka sendiri (Hidayat, 2016 ; Santrock, 2011). (Salah satu teknik efektif untuk mengurangi perilaku membolos adalah pendekatan behavioral, khususnya teknik behavioral contract. Teknik ini menekankan pada penegasan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi oleh siswa (Miltenberger, 2011). Oleh karena itu, bantuan dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) sangat diperlukan. Salah satu upaya konkret yang dapat dilakukan oleh guru BK adalah menerapkan berbagai teknik untuk mengurangi perilaku membolos, dan teknik behavioral contract merupakan salah satu pilihan utama yang dapat diaplikasikan.

Menurut Latipun dalam (Umar, 2014) "Teknik *behavioral contract* adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli". Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan dari pada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil.

Menurut Komalasari dalam (Wibowo, 2013) "Ada beberapa prinsip dasar kontrak, yaitu kontrak disertai dengan penguatan, reinforcement diberikan dengan segera, kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara

konseli dan konselor, kontrak harus fair, kontrak harus jelas (target tingkah laku, frekuensi, lamanya kontrak), kontrak dilaksanakan secara terintegrasi dengan program sekolah". Melihat banyaknya pengaruh buruk dari perilaku siswa disekolah, sehingga dibutuhkan upaya dari guru BK salah satunya yaitu memberikan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok menurut Sukardi dalam (Safithry, 2019) yaitu layanan bimbingan dan konseling dimana memberikan siswa kesempatan agar membicarakan serta menyelesaikan masalah mereka dalam pengaturan kelompok. Konseling kelompok, menurut Martono dalam (Gunawan et al., 2020) adalah proses interpersonal yang dinamis yang menekankan pemikiran dan perilaku sadar serta memiliki tujuan terapeutik dengan tujuan membantu peserta didik meningkatkan kemampuan sosialisasi, terkhusus kapasitas komunikasi dan perilaku yang dapat diterima. Konseling kelompok memiliki dua tujuan: satu bersifat kuratif, atau dimaksudkan untuk membantu orang mengatasi masalah yang sedang mereka hadapi, dan yang kedua bersifat preventif, atau dimaksudkan untuk membantu orang menghindari masalah sejak awal.

Dalam hal ini teknik behavioral contract melalui layanan bimbingan konseling kelompok dipandang tepat untuk mengurangi perilaku membolos pada peserta didik. Karena hal ini diperkuat oleh berapa hasil penelitian yaitu penelitian Dewi & Setiawati (2016) yang memaparkan bahwa teknik behavioral contract dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling UPTD SMP Negeri 10 Kupang pada Rabu, 18 Juli 2025, diketahui terdapat beberapa siswa yang membolos. Contoh perilaku membolos yang bisa diamati oleh peneliti dan guru bimbingan konseling terdapat beberapa siswa yang membolos karena siswa menganggap mata pelajaran tidak menarik, minat siswa terhadap mata pelajaran rendah, takut terhadap guru. Ini cenderung terjadi pada siswa kelas VIII A.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa Kelas VIII A UPTD SMPN 10 Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026? Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku membolos siswa Kelas VIII A UPTD SMPN 10 Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan *pre-experimental design (one group-pretest-posttest design)*. Sugiyono (2019:147) mengatakan bahwa penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

Penelitian ini dilaksanakan di UPTD SMP Negeri 10 Kupang. Penelitian ini dilaksanakan selama 6 bulan, dimulai dari bulan Juli sampai November 2025. Populasi dan sampel penelitian berjumlah 30 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket perilaku membolos dan pedoman intervensi sebagai instrumen perlakuan. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji t. Arikunto (2010) menjelaskan bahwa uji t digunakan untuk membandingkan rata-rata dua kelompok data, baik untuk sampel yang sama sebelum dan sesudah perlakuan (paired sample) maupun untuk sampel berbeda (independent sample), dengan tujuan mengetahui apakah perbedaan yang muncul bersifat signifikan atau kebetulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan temuan penelitian terkait efektivitas teknik behavioral contract dalam konseling kelompok terhadap perilaku membolos siswa, melalui perbandingan data pretest dan posttest. Analisis difokuskan pada perubahan frekuensi membolos siswa sebelum dan sesudah intervensi serta implikasinya terhadap pengendalian perilaku tersebut.

Hasil *Pretest*

Data hasil *Pretest* diperoleh dari pengisian angket perilaku membolos

Tabel 1 Data hasil pretest perilaku membolos

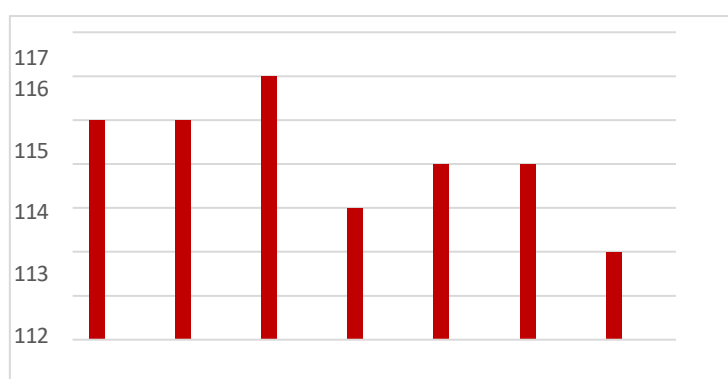
No	Nama	Skor	Kategori
1	M.K	115	Sangat Tinggi
2	J.M.L.P	97	Tinggi
3	P.F.N	58	Rendah
4	G.A.S	55	Rendah
5	J.O	115	Sangat Tinggi
6	P.Z.N	76	Sedang
7	S.K.P	63	Sedang
8	H.N.O	72	Sedang
9	Y.B.K	60	Sedang
10	V.R	75	Sedang
11	M.A.C.K	91	Tinggi
12	Y.S	90	Tinggi
13	N.L.B	41	Rendah
14	A.C.K	89	Tinggi
15	G.N.U.H	116	Sangat Tinggi
16	S.N	70	Sedang
17	M.Y.N	113	Sangat Tinggi
18	Y.O.B	114	Sangat Tinggi
19	Y.G.N	104	Tinggi
20	T.R.L	114	Sangat Tinggi
21	M.S.A	95	Tinggi
22	D.L	61	Sedang
23	T.A.K	112	Sangat Tinggi
24	F.G.S	63	Sedang
25	H.N.A	75	Sedang
26	F.A	48	Rendah

27	M.O	70	Sedang
28	E.I	85	Sedang
29	N.L.S	83	Sedang
30	Y.R	59	Rendah

Berdasarkan pedoman kategorisasi pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 7 responden kategori sangat tinggi, 6 responden kategori tinggi, 12 responden kategori sedang, 5 responden kategori rendah. Ketujuh responden yang termasuk kategori sangat tinggi inilah yang menjadi responden penelitian, untuk kepentingan pendalaman data, peneliti menetapkan 7 responden dengan kategori sangat tinggi sebagai subjek penelitian utama. (ihat tabel 2)

Tabel 2 Skor Data *Pretest* perilaku membolos

No	Nama	Total
1	M.K	115
2	J.O	115
3	G.N.U.H	116
4	M.Y.N	113
5	Y.O.B	114
6	T.R.L	114
7	T.A.K	112



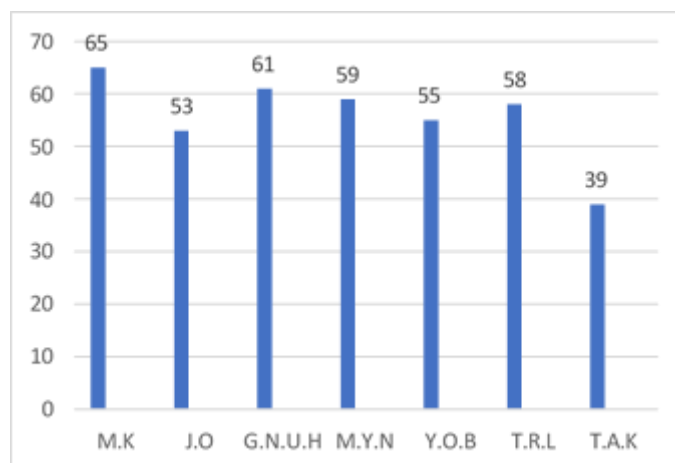
Grafik 1 hasil *posttest* perilaku membolos

Posttest

Hasil *posttest* dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3 Data Hasil *Posttest* Perilaku Membolos

No	Nama	Jk	Total
1	M.K	L	65
2	J.O	P	53
3	G.N.U.H	L	61
4	M.Y.N	P	59
5	Y.O.B	L	55
6	T.R.L	L	58
7	T.A.K	P	39

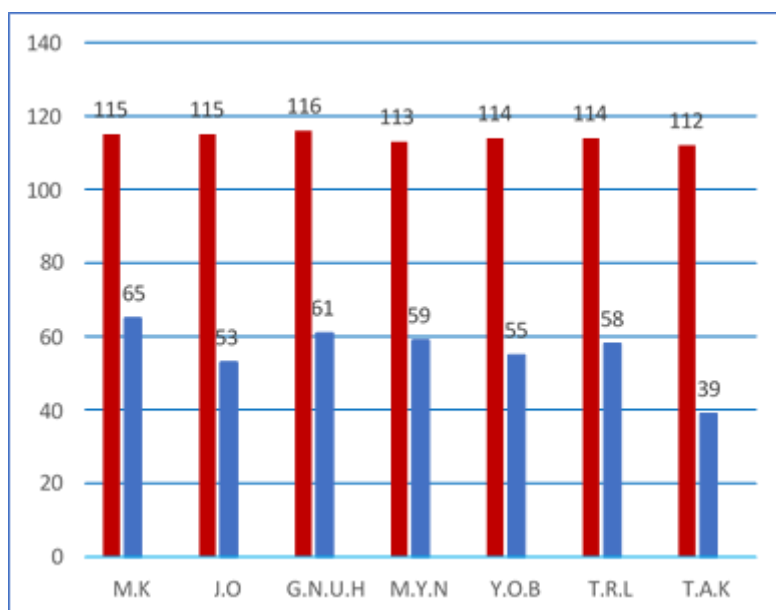


Grafik 2 hasil posttest perilaku membolos

Selanjutnya gambaran perbedaan perilaku membolos siswa berdasarkan tingkat hasil pretest dan posttest dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4 Data Perbedaan Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Perilaku Membolos

No	Nama	Skor hasil <i>Pretest</i>	Kategori	Skor hasil <i>Posttest</i>	Kategori
1	M.K	115	Sangat tinggi	65	Sedang
2	J.O	115	Sangat tinggi	53	Rendah
3	G.N.U.H	116	Sangat tinggi	61	Sedang
4	M.Y.N	113	Sangat tinggi	59	Rendah
5	Y.O.B	114	Sangat tinggi	55	Rendah
6	T.R.L	114	Sangat tinggi	58	Rendah
7	T.A.K	112	Sangat tinggi	39	Rendah



Grafik 3 Perbedaan hasil pretest dan posttest perilaku membolos

Uji Hipotesis

Tabel 5 Hasil Uji t

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		T	Df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	PRE-TEST	27	25.357	9.584	3.548	50.452	20.733	30	0.003
	- POST-TEST								
								7	

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai signifikansi uji t sebesar $0.003 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini berarti ada perbedaan rata-rata perilaku membolos sebelum dan sesudah perlakuan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIIIA UPTD SMPN 10 Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat diketahui bahwa nilai *thitung* 20,733 > *ttabel* 2,364 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini berarti ada perbedaan rata-rata perilaku membolos antara hasil Pretest dan Posttest yang artinya efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* dalam konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIIIA UPTD SMPN 10 Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

Berdasarkan hasil analisis data yang menunjukkan bahwa ada perbedaan skor antara pretest dan posttest perilaku membolos siswa yang menunjukkan bahwa teknik behavioral contract efektif menurunkan perilaku membolos siswa dari kategori sangat tinggi menjadi rendah, terbukti dari perbedaan skor yang signifikan setelah intervensi diberikan.

Hasil analisis menunjukkan nilai *thitung* sebesar 20,733 sedangkan nilai *ttabel* pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,364 dengan demikian nilai *thitung* > *ttabel*. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *behavioral contract* dalam konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII A UPTD SMPN 10 kupang tahun pelajaran 2025/2026.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu Sari (2024) yang menyatakan bahwa penerapan teknik behavioral contract dalam konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa. Teknik behavioral contract adalah pembuatan kontrak yang mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor. Dengan adanya teknik *behavioral contract* dapat membantu konseli untuk mengubah atau mempertahankan perilaku, seperti dengan menciptakan perilaku baru, menghapus perilaku yang tidak diinginkan, dan memperkuat perilaku yang positif.

Temuan ini sejalan dengan Kazdin (2013), yang menyatakan bahwa intervensi berbasis modifikasi perilaku melalui kontrak perilaku mampu meningkatkan kepatuhan dan tanggung jawab individu, serta dengan Cooper et al. (2020) yang menekankan bahwa penguatan perilaku positif dan penegasan ekspektasi melalui kontrak perilaku terbukti efektif dalam mengubah perilaku problematik secara terukur. Dengan demikian, penerapan teknik behavioral contract dalam konteks konseling kelompok dapat dipahami sebagai penerapan prinsip-prinsip modifikasi perilaku yang terstruktur dan berbasis bukti.

Salah satu teknik yang dapat dipakai dalam layanan konseling kelompok adalah teknik *behavioral contract* yaitu teknik dapat membantu untuk mengurangi perilaku membolos siswa. Komalasari (2011) menyatakan bahwa teknik *behavioral contract* merupakan mengatur kondisi konseli untuk menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan perjanjian konselor dan konseli. Dalam hal ini konseli harus bisa mengubah perilaku mereka untuk mengurangi perilaku membolos melalui teknik *behavioral contract*.

Teknik *Behavioral Contract* merupakan salah satu dari teknik konseling *behavioral* yang digunakan untuk menghapus perilaku maladaptif dan membentuk perilaku adaptif baru. Kontrak tersebut merupakan intervensi sekolah untuk mengubah perilaku siswa dan memonitornya menggunakan perjanjian sederhana. Perjanjian tersebut dibuat secara lisan maupun tertulis antara guru dan siswa dengan syarat perjanjian yang jelas dan terbuka (Majeika et al., 2020).

Teknik ini dipilih dengan pertimbangan bahwa “Salah satu kekuatan kontrak perilaku adalah ia menuntut orang-orang untuk konsisten” (Erford, 2016). Oleh sebab itu, melalui penggunaan teknik ini perilaku dapat dipelajari dan dapat diubah dengan memberikan penguatan segera setelah perilaku yang diharapkan muncul atau memberikan hukuman segera jika konseli tidak menunjukkan perilaku yang telah disepakati sebelumnya. Dengan menggunakan teknik ini diharapkan dapat melatih kemandirian berperilaku serta menyadari tanggung jawabnya sebagai pelajar, sehingga siswa tidak membolos lagi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi hasil penelitian yang telah dipaparkan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerapan teknik *behavioral contract* dalam konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *behavioral contract* dalam konseling kelompok dapat menjadi strategi efektif bagi guru BK untuk menekan perilaku membolos. Penelitian selanjutnya disarankan memperluas subjek penelitian, menggali faktor penyebab membolos lebih mendalam, membandingkan teknik intervensi lainnya, serta menguji keberlanjutan efek intervensi dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2020). *Applied Behavior Analysis* (3rd ed.). In Hoboken, NJ: Pearson.
- Depdiknas. (2008). *Pedoman Tata Tertib Sekolah*.
- Dewi, O. P., & Setiawati, D. (2016). Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Behaviour Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos pada Siswa Di SMK Kawung 2 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 6(3), 1–7.
- Erford, B. T. (2016). *Teknik yang Harus Diketahui Oleh Konselor*. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunawan, I. M., Hartati, A., & Mulachela, F. S. (2020). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Siswa di SMKN 4 Mataram. *Jurnal Paedagogy*, 7(4), 385–392.
- Hidayat, R. (2016). *Psikologi Pendidikan: Teori dan Aplikasi*. Prenadamedia Group.
- Kazdin, A. E. (2013). *Behavior Modification in Applied Settings* (7th ed.). In Belmont, CA: Wadsworth.
- Komalasari, G. (2011). *Teori dan teknik konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Majeika, C. E., Wilkinson, S., & Kumm, S. (2020). Supporting student behavior through

- behavioral contracting. *Teaching Exceptional Children*, 53(2), 132– 139.
- Miltenberger, R. G. (2011). Behavior Modification: Principles and Procedures (5th ed.). In Belmont, CA: Wadsworth.
- Purnamasari, W., & Muis, T. (2018). Studi Kasus Tentang Perilaku Membolos Siswa Di SMA Negeri 1 Plumpang Tuban. *Jurnal Bk Unesa*, 9(1), 23–30.
- Safithry, E. A. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 33-41.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational Psychology*. McGraw-Hill.
- Sari, D. N. (2024). Efektivitas konseling kelompok teknik behavior contract dalam mengatasi perilaku bolos kelas 9. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 5(2).
- Setyowati, D. (2016). Studi Tentang Perilaku Membolos Pada Siswa SMA Swasta Di Surabaya. *Jurnal: BK UNESA*, 3(1), 454-461.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Umar, D. N. (2014). *Implementasi Teknik Behavioral Dengan Prosedur Contract Untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Siswa Dalam Mengerjakan Tugas Pekerjaan Rumah (PR) Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Pawiyatan Surabaya*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Wibowo, W. (2013). *Upaya Mengatasi Perilaku Membolos Sekolah Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Behavioral Teknik Kontrak Perilaku (Penanganan Kasus Pada SMP Negeri 4 Rembang)*. Universitas Negeri Semarang.