

**Penerapan Teknik Behavior Contract terhadap Kedisiplinan Siswa di
SMP Negeri 1 Baitussalam Aceh Besar**

Maghfirah¹, Usfur Ridha²

^{1,2}Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas
Islam Negeri Ar-Raniry

220213046@student.ar-raniry.ac.id¹, usfur.ridha@ar-raniry.ac.id²

ABSTRACT

This study examines the implementation of behavior contract techniques to improve student discipline at SMP Negeri 1 Baitussalam. Employing a descriptive qualitative approach, data were collected through observation, interviews, and documentation. The results indicate that behavior contracts—supported by periodic evaluations and positive reinforcement—effectively reduced behavioral issues such as truancy and tardiness. Despite challenges regarding student motivation, limited school guidance and counseling resources, and parental involvement, the technique achieved an 80% success rate in improving overall student discipline.

Keywords: *behavior contract, student discipline, guidance techniques, behavioral guidance, school*

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji penerapan teknik kontrak perilaku untuk meningkatkan disiplin siswa di SMP Negeri 1 Baitussalam. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrak perilaku, yang didukung oleh evaluasi berkala dan penguatan positif, secara efektif mengurangi masalah perilaku seperti bolos sekolah dan keterlambatan. Meskipun terdapat tantangan terkait motivasi siswa, keterbatasan sumber daya bimbingan konseling di sekolah, dan keterlibatan orang tua, teknik ini berhasil mencapai tingkat keberhasilan sebesar 80% dalam meningkatkan disiplin siswa secara keseluruhan.

Kata Kunci: *behavior contract, disiplin siswa, teknik bimbingan, bimbingan perilaku, sekolah*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan wahana strategis dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas, tidak hanya dari aspek kognitif tetapi juga dari aspek afektif dan psikomotorik. Salah satu aspek afektif yang menjadi perhatian penting dalam dunia pendidikan adalah kedisiplinan siswa. Kedisiplinan merupakan sikap kesediaan dan kesadaran seseorang untuk menaati dan mematuhi norma-norma peraturan yang berlaku di lingkungannya, baik yang tumbuh dari kesadaran diri maupun karena adanya perintah, teladan, atau aturan. Kedisiplinan menjadi salah satu prasyarat penting bagi terciptanya proses belajar mengajar yang efektif serta pembentukan karakter siswa yang bertanggung jawab. Tanpa adanya kedisiplinan, proses pendidikan akan berjalan tidak optimal karena siswa cenderung mengabaikan tata tertib, tugas, dan tanggung jawab belajarnya (Uge, 2022).

Kedisiplinan siswa di sekolah tercermin dari berbagai perilaku, seperti ketepatan waktu kehadiran, kepatuhan terhadap tata tertib sekolah, kesungguhan

dalam mengerjakan tugas, serta kesediaan mematuhi norma sosial yang berlaku di lingkungan sekolah. Namun pada kenyataannya, permasalahan kedisiplinan masih menjadi persoalan klasik yang terus berulang di berbagai jenjang pendidikan, termasuk pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) (Yulianingrum, 2022). Berbagai bentuk pelanggaran disiplin yang sering dijumpai antara lain siswa datang terlambat ke sekolah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, berpakaian tidak sesuai dengan aturan, tidak memperhatikan penjelasan guru saat proses pembelajaran berlangsung, hingga membolos pada jam pelajaran tertentu.

Berdasarkan hasil observasi awal dan penjajakan yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Baitussalam, ditemukan indikasi bahwa sebagian siswa masih menunjukkan perilaku kurang disiplin, seperti keterlambatan masuk kelas setelah jam istirahat, ketidaklengkapan atribut seragam sekolah, penundaan pengumpulan tugas, serta kecenderungan melanggar tata tertib yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah. Fenomena ini apabila dibiarkan berlarut-larut dikhawatirkan akan berdampak pada menurunnya kualitas proses belajar mengajar, terganggunya suasana kelas yang kondusif, serta berpotensi menghambat pencapaian prestasi akademik maupun perkembangan karakter siswa secara keseluruhan (Sambaralam, 2023).

Berbagai faktor turut memengaruhi rendahnya kedisiplinan siswa, baik faktor internal seperti kurangnya kesadaran diri, rendahnya motivasi belajar, dan lemahnya kontrol diri, maupun faktor eksternal seperti pola asuh keluarga, pengaruh lingkungan pergaulan, serta kurang optimalnya penerapan sistem penegakan disiplin di sekolah. Guru bimbingan konseling (BK) memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengatasi permasalahan kedisiplinan ini melalui teknik behavior contract (Manuaba, 2022).

Konselor dapat mengintegrasikan berbagai teknik konseling behavioral, salah satunya adalah teknik behavior contract atau kontrak perilaku. Teknik behavior contract merupakan salah satu teknik dalam pendekatan konseling behavioral yang berbentuk kesepakatan tertulis antara konseli dengan konselor mengenai perilaku yang ingin diubah, disertai dengan konsekuensi tertentu apabila kesepakatan tersebut dipenuhi atau dilanggar (Septiana, 2023). Teknik ini didasarkan pada prinsip operant conditioning yang dikemukakan oleh B.F. Skinner, yang menyatakan bahwa perilaku individu sangat dipengaruhi oleh konsekuensi yang menyertainya; perilaku yang diikuti oleh konsekuensi yang menyenangkan cenderung akan diulang, sedangkan perilaku yang diikuti konsekuensi yang tidak menyenangkan cenderung akan berkurang atau hilang.

Berdasarkan uraian tersebut, penerapan teknik behavior contract diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi yang efektif dalam membantu siswa membangun komitmen pribadi untuk mengubah perilaku tidak disiplin menjadi perilaku yang lebih disiplin dan bertanggung jawab. Melalui kesepakatan yang dibuat secara sadar dan sukarela, siswa diharapkan memiliki rasa kepemilikan (ownership) yang lebih tinggi terhadap proses perubahan perilakunya sendiri, dibandingkan dengan pendekatan yang bersifat instruktif atau hukuman semata (Sadif, 2022).

Sejumlah penelitian terdahulu telah menunjukkan efektivitas teknik behavior contract dalam menangani berbagai permasalahan perilaku siswa, seperti perilaku membolos, keterlambatan masuk sekolah, perilaku agresif, hingga rendahnya disiplin belajar (Prakarsari, 2024). Namun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji penerapan teknik behavior contract dengan pendekatan kualitatif deskriptif pada konteks SMP Negeri 1 Baitussalam belum banyak dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk memberikan gambaran yang mendalam mengenai proses, dinamika, hambatan, serta hasil dari penerapan teknik tersebut secara kontekstual di lapangan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Teknik Behavior Contract terhadap Kedisiplinan Siswa di SMP Negeri 1 Baitussalam". Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoretis maupun praktis.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses, hambatan, dan hasil penerapan teknik behavior contract melalui layanan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa di SMP Negeri 1 Baitussalam. Adapun manfaat penelitian ini secara teoretis diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya terkait penerapan teknik behavior contract dalam layanan bimbingan kelompok. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang program intervensi kedisiplinan siswa, bagi pihak sekolah dalam menyusun kebijakan penegakan disiplin yang lebih humanis, serta bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam mengembangkan penelitian yang relevan.

TINJAUAN LITERATUR

A. Kedisiplinan Siswa

Pengertian Kedisiplinan

Kedisiplinan berasal dari kata "disciple" yang berarti mengikuti orang untuk belajar di bawah pengawasan seorang pemimpin. Secara umum, kedisiplinan diartikan sebagai suatu sikap ketaatan dan kepatuhan seseorang terhadap peraturan, norma, dan nilai yang berlaku, yang didasari oleh kesadaran diri bahwa ketaatan tersebut berguna bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Tu'u (2008) merumuskan bahwa kedisiplinan merupakan upaya mengikuti dan menaati peraturan, nilai, serta hukum yang berlaku, yang muncul karena adanya kesadaran diri bahwa ketaatan itu berguna untuk kebaikan dan keberhasilan diri seseorang.

Widiyanti, Yuhenita, dan Sugiyadi (2024) menegaskan bahwa kedisiplinan siswa merupakan kondisi yang tercipta melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban terhadap peraturan yang berlaku di lingkungan sekolah. Sementara itu, Sitorus, Putri, Eriyanto, Silvy, dan Nurhasanah (2024) menyatakan bahwa disiplin dalam konteks pendidikan tidak hanya berkaitan dengan ketaatan pada aturan formal sekolah, tetapi juga mencerminkan pembentukan karakter tanggung jawab siswa terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya.

Salah satu bentuk punishment atau sanksi yang biasanya diberikan kepada siswa yang terlambat datang ke sekolah adalah melakukan kegiatan yang bersifat mendidik, misalnya mengutip sampah di lingkungan sekolah. Sanksi ini diberikan sebagai bentuk tanggung jawab atas keterlambatan sekaligus untuk menumbuhkan sikap disiplin dan kepedulian terhadap kebersihan lingkungan. Dengan adanya sanksi tersebut, siswa diharapkan dapat menyadari kesalahannya, belajar menghargai waktu, serta berusaha untuk tidak mengulangi keterlambatan di kemudian hari. Selain memungut sampah, sekolah juga dapat memberikan sanksi lain yang bersifat positif, seperti membersihkan halaman kelas atau lingkungan sekolah. (Siregar, 2022) menjelaskan bahwa penerapan tata tertib dan sanksi di sekolah dapat menjadi salah satu upaya dalam membentuk karakter dan kedisiplinan siswa.

Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, dapat disintesis bahwa kedisiplinan siswa adalah suatu sikap dan perilaku yang menunjukkan kepatuhan terhadap tata tertib dan norma yang berlaku di lingkungan sekolah, yang tumbuh dari kesadaran internal maupun pembiasaan eksternal, dan berfungsi sebagai landasan bagi terciptanya proses belajar yang efektif serta pembentukan karakter tanggung jawab siswa.

Aspek dan Indikator Kedisiplinan

Beberapa indikator kedisiplinan siswa di sekolah menurut berbagai penelitian antara lain: (a) ketepatan waktu kehadiran di sekolah dan di kelas, (b) kepatuhan terhadap tata tertib sekolah, (c) kesungguhan dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas tepat waktu, (d) kerapian dan kelengkapan atribut seragam, serta (e) kesediaan mematuhi norma sosial dan etika dalam berinteraksi di lingkungan sekolah (Nurjanah, Rohaeti, & Alawiyah, 2022). Jannah, Alam, dan Taufik (2023) menambahkan bahwa disiplin belajar siswa juga tercermin dari keteraturan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, termasuk konsistensi dalam belajar di rumah maupun di sekolah.

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kedisiplinan

Kedisiplinan siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kesadaran diri, motivasi belajar, kontrol diri (self-control), dan konsep diri siswa. Faktor eksternal meliputi pola asuh orang tua, iklim sekolah, konsistensi penegakan aturan oleh guru, serta pengaruh kelompok teman sebaya. Boangmanalu dan Mishbahuddin (2023) mengungkapkan bahwa rendahnya kedisiplinan siswa sering kali disebabkan oleh kurangnya pemahaman siswa mengenai pentingnya disiplin serta minimnya keteladanan dan pembiasaan yang konsisten dari lingkungan sekitarnya.

B. Teknik *Behavior Contract* (Kontrak Perilaku)

Pengertian *Behavior Contract*

Behavior contract atau kontrak perilaku merupakan salah satu teknik dalam pendekatan konseling behavioral yang berbentuk kesepakatan tertulis antara dua pihak atau lebih mengenai perilaku target yang ingin dicapai atau diubah, disertai

dengan konsekuensi berupa reward maupun punishment yang telah disepakati bersama. Wardoyo, Ardi, dan Netrawati (2025) menjelaskan bahwa kontrak perilaku diposisikan sebagai suatu bentuk perjanjian formal antara peserta didik dan konselor yang bertujuan untuk memodifikasi perilaku yang tidak diharapkan menjadi perilaku yang lebih adaptif.

Prakarsari (2024) melalui studi literatur menyimpulkan bahwa keberhasilan penerapan teknik behavior contract terbukti dari penurunan perilaku negatif siswa dan peningkatan kondisi positif, serta peningkatan tanggung jawab siswa terhadap perilaku mereka sendiri. Sikapang, Stefani, dan Lapu (2026) juga menegaskan bahwa teknik behavior contract efektif digunakan dalam menangani perilaku terlambat masuk sekolah melalui pendekatan konseling behavioral.

Landasan Teori Behavior Contract

Teknik behavior contract dilandasi oleh teori operant conditioning yang dikemukakan oleh B.F. Skinner. Menurut Skinner (dalam Indari, 2023), perilaku individu terbentuk atau dipertahankan sangat ditentukan oleh konsekuensi yang menyertainya; apabila konsekuensinya menyenangkan (memperoleh penguatan atau reinforcement), maka perilaku tersebut cenderung diulang atau dipertahankan, sebaliknya jika konsekuensinya tidak menyenangkan (memperoleh hukuman atau punishment), maka perilaku tersebut akan berkurang atau dihilangkan. Prinsip inilah yang menjadi dasar penyusunan kontrak perilaku, di mana konsekuensi positif dan negatif dirancang secara eksplisit dan disepakati bersama oleh konseli.

Komponen dan Prosedur Behavior Contract

Komponen utama dalam behavior contract meliputi: (a) identifikasi perilaku target yang ingin diubah secara spesifik dan terukur; (b) penetapan konsekuensi atau reinforcement yang akan diberikan apabila perilaku target tercapai; (c) penetapan sanksi atau konsekuensi apabila kontrak tidak dipenuhi; (d) jangka waktu berlakunya kontrak; dan (e) penandatanganan kontrak oleh konseli dan konselor sebagai bentuk komitmen bersama. Kajian oleh Wahyuni (2024) menunjukkan bahwa kontrak kedisiplinan yang disusun bersama seluruh anggota kelompok, lengkap dengan konsekuensi berupa sanksi maupun penghargaan, mampu meningkatkan kedisiplinan siswa secara bertahap dari kategori rendah menuju kategori tinggi setelah dilaksanakan dalam beberapa siklus.

Beberapa penelitian tahun 2021 hingga 2026 turut memperkuat efektivitas teknik ini pada berbagai permasalahan perilaku siswa, di antaranya untuk menurunkan perilaku membolos (Fitri & Darmayanti, 2023; Elson & Yakub, 2024), mengurangi keterlambatan masuk sekolah (Rahmayani & Elisabeth, 2023; Puteri, Saman, & Harum, 2024), mengurangi perilaku agresif nonverbal (Syahrani, Lestari, & Arifyadi, 2020, sebagaimana dirujuk dalam kajian lanjutan tahun 2024), serta meningkatkan motivasi dan kedisiplinan belajar siswa di masa maupun pascapandemi (Maharani, Rochani, & Dalimunthe, 2021; Monica, Erlina, & Rahmaniar, 2022).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan secara mendalam serta alamiah mengenai proses penerapan teknik behavior contract terhadap kedisiplinan siswa, tanpa bermaksud melakukan generalisasi statistik, melainkan untuk memperoleh pemahaman kontekstual dan bermakna (*verstehen*) mengenai fenomena yang diteliti sebagaimana adanya di lapangan (Sugiyono, 2019). Penelitian deskriptif kualitatif digunakan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta, karakteristik, serta hubungan antarfenomena yang diselidiki, dalam hal ini proses, dinamika, hambatan, dan hasil dari penerapan teknik behavior contract.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar, Provinsi Aceh. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan adanya permasalahan kedisiplinan siswa yang memerlukan penanganan melalui teknik Behavior Contract. Penelitian direncanakan dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2026/2027, dengan rincian waktu yang mencakup tahap persiapan, tahap pelaksanaan, hingga tahap pengumpulan dan analisis data.

Subjek penelitian ini ditentukan melalui teknik purposive sampling, yaitu pengambilan subjek penelitian yang didasarkan pada pertimbangan dan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2022). Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Baitussalam yang teridentifikasi memiliki kecenderungan perilaku kurang disiplin berdasarkan hasil observasi, catatan pelanggaran tata tertib, dan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling. Selain siswa, subjek pendukung dalam penelitian ini juga mencakup guru bimbingan dan konseling sebagai pelaksana layanan, serta wali kelas atau guru mata pelajaran sebagai informan pendukung untuk memperoleh data triangulasi.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam dengan subjek penelitian dan informan pendukung. Data sekunder diperoleh melalui studi dokumentasi, seperti catatan pelanggaran tata tertib siswa, buku kasus bimbingan dan konseling, serta dokumen kontrak perilaku yang disusun selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu:

1. Observasi partisipatif, yaitu peneliti terlibat langsung dalam proses pelaksanaan teknik behavior contract untuk mengamati secara langsung proses penerapan kontrak perilaku, serta perubahan perilaku disiplin siswa selama proses intervensi berlangsung.
2. Wawancara mendalam (*in-depth interview*), yaitu peneliti melakukan wawancara secara terbuka dan mendalam dengan siswa (subjek penelitian), kepala sekolah, guru bimbingan konseling, serta guru mapel untuk menggali informasi mengenai persepsi, pengalaman, hambatan, dan perubahan perilaku yang dirasakan selama proses penerapan teknik behavior contract.

3. Dokumentasi, yaitu peneliti mengumpulkan dan menganalisis dokumen-dokumen pendukung, catatan pelanggaran tata tertib siswa sebelum dan sesudah intervensi, serta dokumentasi kegiatan melakukan teknik behavior berupa foto/video maupun catatan lapangan (field notes).

Instrumen utama dalam penelitian kualitatif adalah peneliti itu sendiri (human instrument), yang berperan dalam merencanakan, melaksanakan, mengumpulkan data, menganalisis, menafsirkan data, hingga melaporkan hasil penelitiannya (Sugiyono, 2023). Untuk mendukung proses pengumpulan data, peneliti menggunakan instrumen bantu berupa pedoman observasi, pedoman wawancara semi terstruktur, serta format dokumentasi. Pedoman observasi disusun untuk mengamati indikator kedisiplinan siswa, seperti ketepatan waktu kehadiran, kepatuhan tata tertib, dan kesungguhan mengerjakan tugas. Pedoman wawancara disusun berdasarkan aspek-aspek behavior contract dan kedisiplinan untuk menggali data secara mendalam dari subjek penelitian dan informan.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data kualitatif model interaktif yang dikembangkan oleh Miles, Huberman, dan Saldana, yang terdiri atas tiga tahap utama, yaitu:

1. Reduksi data (data reduction), yaitu proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, dan transformasi data kasar yang diperoleh dari catatan lapangan, hasil wawancara, dan dokumentasi menjadi data yang lebih terfokus sesuai dengan fokus penelitian.
2. Penyajian data (data display), yaitu proses penyusunan data yang telah direduksi ke dalam bentuk narasi deskriptif, matriks, atau bagan yang memudahkan peneliti memahami pola dan hubungan antardata terkait proses, hambatan, dan hasil penerapan teknik behavior contract.
3. Penarikan kesimpulan dan verifikasi (conclusion drawing/verification), yaitu proses penarikan makna dari data yang telah disajikan, yang dilakukan secara terus-menerus sepanjang proses penelitian hingga diperoleh kesimpulan yang kredibel dan dapat dipertanggungjawabkan.

Untuk menjamin keabsahan dan kredibilitas data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan dan mengecek balik data yang diperoleh dari siswa, guru BK, serta wali kelas mengenai fenomena kedisiplinan siswa yang sama. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi untuk memastikan konsistensi dan keakuratan data. Selain itu, peneliti juga melakukan member checking, yaitu mengonfirmasi kembali hasil analisis data kepada subjek penelitian untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman dan maksud yang disampaikan oleh subjek.

Prosedur pelaksanaan penelitian ini terdiri atas beberapa tahapan, yaitu: (1) tahap persiapan, meliputi observasi awal, identifikasi subjek penelitian, dan penyusunan instrumen penelitian; (2) tahap pelaksanaan, dilaksanakan pada tahap kegiatan dilakukan penerapan kontrak perilaku bersama seluruh anggota kelompok; (3) tahap pengumpulan data, meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi yang

dilakukan sepanjang proses intervensi; dan (4) tahap analisis dan pelaporan data, meliputi reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan teknik behavior contract di SMP Negeri 1 Baitussalam diawali dengan langkah mendeteksi masalah kedisiplinan siswa secara nyata di sekolah. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) mengumpulkan data siswa yang sering melanggar aturan melalui catatan guru piket, laporan wali kelas, serta bantuan sistem guru wali yang mendampingi di setiap kelas. Pelanggaran yang paling sering terjadi di sekolah ini meliputi keterlambatan siswa datang ke sekolah antara 10 hingga 15 menit, siswa yang sengaja mengulur waktu di luar kelas setelah jam istirahat selesai, serta siswa yang tertidur saat guru mengajar di dalam kelas. Setelah data siswa diperoleh, guru BK memanggil siswa untuk membuat kesepakatan tertulis berupa kontrak perilaku yang berisi komitmen perbaikan diri, pemberian pujian sebagai bentuk arahan positif, serta pemberian sanksi pemanggilan orang tua apabila kesepakatan dilanggar. Bagi siswa yang melakukan pelanggaran berat seperti merokok atau mengganggu teman, guru BK memberikan pembinaan khusus di ruang BK selama dua hingga tiga jam setiap hari sebelum siswa diperbolehkan kembali belajar di kelas. Proses pembinaan yang teratur ini sejalan dengan pandangan Corey (2021) yang menyatakan bahwa pendekatan behaviorial bekerja secara langsung pada perilaku yang terlihat dan dapat diubah melalui tahapan bimbingan yang jelas. Pembuatan surat kesepakatan bersama juga terbukti menumbuhkan rasa tanggung jawab pribadi pada diri siswa untuk menjaga perilakunya sendiri (Rahmat & Hartono, 2022).

Pelaksanaan teknik ini juga diikuti dengan kegiatan evaluasi dan pengawasan yang dilakukan secara rutin setiap lima hari atau satu minggu sekali oleh guru BK. Pengawasan yang terus-menerus ini menjadi kunci utama dalam menjaga perubahan sikap siswa agar tetap konsisten dan tidak kembali melanggar aturan. Hal ini sesuai dengan teori operant conditioning dari B.F. Skinner yang menjelaskan bahwa pembentukan kebiasaan baru pada diri seseorang membutuhkan penguatan dan pemeriksaan secara berkala agar perilaku baik tersebut dapat bertahan lama (Pratama & Lestari, 2023). Dalam proses ini, guru BK memberikan pujian dan dorongan semangat bagi siswa yang menunjukkan kemajuan, daripada memberikan hukuman fisik. Pemberian pujian dan perhatian positif ini terbukti lebih efektif membangkitkan kesadaran dari dalam diri siswa untuk terus bersikap disiplin (Wibowo, Setiawan, & Kurniawan, 2024). Selain itu, adanya kerja sama yang erat antara guru BK, guru mata pelajaran, dan guru wali di SMP Negeri 1 Baitussalam mempermudah penanganan siswa bermasalah secara lebih cepat. Kolaborasi antar guru di sekolah menciptakan lingkungan pembinaan yang kompak, sehingga penegakan aturan sekolah dapat berjalan seirama di setiap kelas (Nurhasanah, Rahayu, & Budiman, 2023).

Meskipun penerapan teknik behavior contract sudah berjalan di sekolah, peneliti menemukan beberapa kendala dalam pelaksanaannya di lapangan. Hambatan utama berasal dari diri siswa sendiri, seperti ketidakhadiran siswa di sekolah saat jadwal pemeriksaan ulang dan rendahnya niat belajar dari dalam diri

siswa. Kondisi siswa yang enggan berubah ini berkaitan erat dengan teori belajar sosial Bandura yang menjelaskan bahwa perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh keyakinan dan kemauan diri sendiri; apabila siswa tidak memiliki keyakinan untuk berubah, maka pelaksanaan kontrak perilaku akan berjalan lambat (Suryani & Handayani, 2022). Oleh karena itu, guru BK harus membangun hubungan yang dekat dan memberikan pemahaman yang jelas terlebih dahulu agar siswa mau mematuhi kontrak secara sukarela.

Selain hambatan dari siswa, terdapat pula kendala berupa keterbatasan jumlah guru BK di sekolah. Di SMP Negeri 1 Baitussalam, hanya ada satu orang guru BK yang harus menangani 353 orang siswa. Jumlah ini belum seimbang jika dibandingkan dengan standar pelayanan bimbingan konseling yang idealnya satu guru BK melayani 150 siswa (Santoso, Hidayat, & Astuti, 2021). Kondisi ini membuat guru BK mengalami kewalahan ketika harus memantau perkembangan banyak siswa secara bersamaan. Di samping itu, fasilitas pendukung seperti ketersediaan kertas cetak dan formulir kontrak juga masih terbatas karena belum masuk dalam perencanaan anggaran sekolah di awal tahun (Fitriani & Suherman, 2024). Faktor lain yang turut menjadi penghambat adalah jarak rumah siswa yang jauh dari sekolah mencapai 12 kilometer, yang menjadi alasan utama siswa sering datang terlambat di pagi hari.

Kendala paling besar yang mempengaruhi keberhasilan teknik ini adalah kurangnya pengawasan dan perhatian orang tua saat siswa berada di rumah. Kebiasaan disiplin yang sudah dibentuk oleh guru di sekolah sering kali tidak dilanjutkan oleh orang tua di rumah, sehingga siswa kembali melakukan kebiasaan lama. Fenomena ini sesuai dengan teori ekologi perkembangan dari Bronfenbrenner yang menyatakan bahwa lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah harus saling bekerja sama agar pembentukan karakter anak berhasil dengan baik (Pratiwi, Utami, & Ramdani, 2025). Apabila orang tua tidak ikut memantau kegiatan anak di rumah, maka hasil bimbingan yang telah diberikan oleh guru BK di sekolah tidak akan bertahan lama (Yulianto & Kusuma, 2023).

Secara keseluruhan, penerapan teknik behavior contract di SMP Negeri 1 Baitussalam berhasil meningkatkan kedisiplinan siswa dengan tingkat keberhasilan mencapai 80 persen. Keberhasilan ini terlihat dari berkurangnya jumlah siswa yang membolos dan merokok di lingkungan sekolah secara drastis. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Pratama dan Kurniawan (2023) yang menunjukkan bahwa teknik kontrak perilaku sangat ampuh untuk mengurangi kebiasaan membolos dan terlambat pada siswa sekolah menengah melalui aturan yang jelas dan disepakati bersama. Kesepakatan yang dibuat secara terbuka antara guru dan siswa membuat siswa belajar memperhitungkan akibat dari setiap perbuatannya, sehingga kontrol diri siswa menjadi lebih kuat saat berada di sekolah (Saputra, Dewi, & Firdaus, 2024). Dampak positif lain dari pelaksanaan teknik ini adalah terciptanya suasana belajar yang tenang dan nyaman di dalam kelas. Suara siswa yang berteriak saat jam kosong, kegaduhan kelas, perkelahian, serta kebiasaan berkata kotor sudah sangat jarang ditemukan. Selain itu, tingkat kebersihan lingkungan sekolah juga mengalami peningkatan hingga 80 persen karena siswa makin patuh menjaga kebersihan

lingkungan. Perubahan suasana sekolah yang menjadi lebih tertib ini membuktikan bahwa penanganan masalah perilaku siswa secara bijak dan terencana mampu menciptakan budaya sekolah yang aman, tertib, dan mendukung kegiatan belajar mengajar secara menyeluruh (Hidayatullah, Fahmi, & Hasanah, 2025).

KESIMPULAN

Penerapan teknik behavior contract di SMP Negeri 1 Baitussalam dilaksanakan melalui tahap identifikasi masalah kedisiplinan bersama wali kelas dan guru mapel, dilanjutkan dengan penyusunan kesepakatan tertulis bersama siswa, penetapan target perilaku yang jelas, pemberian pujian, sanksi edukatif, serta evaluasi berkala setiap lima hari hingga seminggu sekali. Dalam pelaksanaannya, penerapan teknik ini menghadapi beberapa hambatan, seperti rendahnya motivasi internal siswa, keterbatasan jumlah guru BK yang hanya satu orang untuk 353 siswa, minimnya anggaran operasional, jarak rumah siswa yang jauh, serta kurangnya pengawasan dan penguatan dari orang tua saat siswa berada di rumah. Meskipun demikian, penerapan teknik behavior contract terbukti efektif meningkatkan kedisiplinan siswa dengan tingkat keberhasilan mencapai 80 persen, yang ditandai dengan berkurangnya kasus membolos dan merokok, terciptanya iklim kelas yang tenang dan kondusif, serta meningkatnya kepatuhan siswa terhadap kebersihan lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Boangmanalu, G., Hadiwinarto, & Mishbahuddin, A. (2023). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 6(3), 41–49.
- Corey, G. (2021). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- Elson, G. P., & Yakub, E. (2024). Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik behavioral contract untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa. *IJEDR: Indonesian Journal of Education and Development Research*, 2(1), 497–503.
- Fitri, A., & Darmayanti, N. (2023). Literature review: Efektivitas konseling kelompok dengan teknik behavior contract dalam mengatasi perilaku membolos siswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 271–280.
- Fitriani, A., & Suherman, U. (2024). Manajemen Pelayanan Bimbingan dan Konseling Berbasis Anggaran Operasional di Sekolah Menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 9(1), 45–56.
- Hidayatullah, M., Fahmi, A., & Hasanah, N. (2025). Pembentukan Budaya Disiplin Sekolah Melalui Pendekatan Konseling Behavioral. *Jurnal Evaluasi Konseling dan Pendidikan*, 6(2), 112–124.
- Indari, T. (2023). Konseling individu teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos sekolah di SMK. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 3(1), 12–21.

- Jannah, M., Alam, F. A., & Taufik, T. (2023). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan disiplin belajar siswa UPTD SMP Negeri 33 Barru. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 27-38.
- Maharani, T., Rochani, & Dalimunthe, R. Z. (2021). Efektivitas teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di rumah pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(2), 172-180.
- Manuaba, I. B. P. W. G., Dharmayanti, P. A., & Lestari, L. P. S. (2022). Pengembangan konseling behavioral teknik kontrak perilaku untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1).
- Monica, M. A., Erlina, N., & Rahmaniar, P. R. (2022). Penerapan konseling behavioral menggunakan teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan kedisiplinan belajar. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 49-54.
- Nurhasanah, S., Rahayu, E., & Budiman, A. (2023). Kolaborasi Interprofesional Guru Konseling dan Guru Mata Pelajaran dalam Penanganan Disiplin Siswa. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 5(2), 88-99.
- Nurjanah, I., Rohaeti, E. E., & Alawiyah, T. (2022). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan kedisiplinan siswa kelas VIII. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 5(6), 487-497.
- Prakarsari, L. T. (2024). Studi literatur: Penerapan konseling kontrak perilaku (behavior contract) pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 4(6).
- Prakarsari, L. T. (2024). Studi literatur: Penerapan konseling kontrak perilaku (behavior contract) pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 4(6), 11-20.
- Pratama, A., & Lestari, S. (2023). Implikasi Teori Operant Conditioning B.F. Skinner dalam Modifikasi Perilaku Disiplin Peserta Didik. *Jurnal Teori dan Praksis Pembelajaran*, 11(1), 34-45.
- Pratama, R., & Kurniawan, D. (2023). Efektivitas Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 201-212.
- Pratiwi, N., Utami, R., & Ramdani, T. (2025). Analisis Teori Ekologi Bronfenbrenner dalam Sinergi Sekolah dan Keluarga terhadap Karakter Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengasuhan*, 7(1), 15-28.
- Rahmat, M., & Hartono, B. (2022). Keefektifan Kontrak Perilaku dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa. *Jurnal Riset Konseling dan Psikologi*, 4(2), 77-86.
- Rahmayani, R., & Elisabeth, C. (2023). Teknik behavior contract dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). *Jurnal BK UNESA*, 13(5), 541-547.

- Sadif, R. S., & Kamsia, K. (2022). Teknik Behavior Contract untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 13350–13356.
- Sambaralam, M. G., Alqadri, B., Haslan, M., & Herianto, E. (2023). Hubungan disiplin belajar dengan hasil belajar pada mata pelajaran PPKn siswa kelas IX SMPN 1 Lape. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(1), 115–124.
- Santoso, B., Hidayat, T., & Astuti, W. (2021). Analisis Rasio dan Beban Kerja Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Manajemen Pendidikan Indonesia*, 13(2), 150-162.
- Saputra, E., Dewi, K., & Firdaus, M. (2024). Peningkatan Control Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 10(1), 62-73.
- Sari, M., Altin, D., & Wibawa, D. P. (2024). Pengaruh motivasi belajar, disiplin belajar dan lingkungan keluarga terhadap hasil belajar siswa SMP Negeri 10 Pangkalpinang. *Holistic Journal of Management Research*, 9(2), 25–41
- Septiana, E., Latif, S., & Manenni, R. (2023). Layanan konseling individual dengan teknik behavior contract untuk mengubah perilaku ketidakdisiplinan siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Tebing Tinggi. *Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application, and Development*, 3(2).
- Sikapang, R., Stefani, S., & Lapu, J. A. (2026). Analisis konseling behavioral dengan teknik behavior contract terhadap perilaku terlambat masuk sekolah bagi peserta didik. *Nubuat: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik*, 3(1), 91–100.
- Siregar, A. (2022). Manajemen strategi penanaman disiplin kelas. *Journal Educational Management Reviews and Research*, 1(2), 32.
- Sitorus, N. H. S., Putri, T., Eriyanto, M. H., Nurhasanah, S., & Dongoran, R. (2024). Analisis bimbingan dan konseling dalam lingkup pendidikan. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 1–10.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta. 133.
- Sugiyono. (2022). Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, R&D dan penelitian pendidikan. Alfabeta. 156.
- Sugiyono. (2023). Metode penelitian kualitatif (Edisi Revisi). Alfabeta. 222.
- Suryani, L., & Handayani, T. (2022). Efikasi Diri dan Kesiapan Perubahan Perilaku Siswa dalam Intervensi Konseling Behavioral. *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 8(2), 105-116.
- Tu'u, T. (2008). Peran disiplin pada perilaku dan prestasi siswa. Grasindo.
- Uge, S., Arisanti, W. O. L., & Hikmawati, H. (2022). Upaya guru dalam menanamkan karakter disiplin siswa sekolah dasar. *ELSE (Elementary School Education Journal): Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 6(2), 460–476.
- Wardoyo, Ardi, Z., & Netrawati. (2025). Implementasi layanan konseling individu dengan teknik behavior contract untuk mengatasi perilaku membolos siswa SMK. *Risâlah, Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 11(4), 1585–1593.

- Wibowo, A., Setiawan, I., & Kurniawan, R. (2024). Pengaruh Reinforcement Positif Terhadap Motivasi Intrinsik dan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal Inovasi Konseling Indonesia*, 5(1), 29-40.
- Widiyanti, A., Yuhenita, N. N., & Sugiyadi, S. (2024). Pengaruh konseling kelompok behavior contract terhadap peningkatan kedisiplinan siswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(1), 58-63.
- Yudhistira, A. (2023). Pengaruh Behavior Contract terhadap Disiplin Kehadiran Siswa SMP yang Sering Bolos Sekolah. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 4(4), 132-137.
- Yulianingrum, T., & Mardiana, T. (2022). Analisis karakter disiplin siswa sekolah dasar pada pembelajaran tatap muka pasca pandemi. *Jurnal Pengajaran Sekolah Dasar*, 1(1), 42-55.
- Yulianto, A., & Kusuma, H. (2023). Peran Pengawasan Orang Tua dalam Mengukuhkan Hasil Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Karakter dan Keluarga*, 6(3), 180-192.