

## KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

Ahmad Ghulam Ath Thariq<sup>1</sup>, Ulfa Danni Rosada<sup>2</sup>

Bimbingan dan konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta  
[ahmad1800001181@webmail.uad.ac.id](mailto:ahmad1800001181@webmail.uad.ac.id)

### Info Artikel

Sejarah Artikel;

Accepted:

.....

Published:

.....

### Abstract

This research is motivated by the low discipline of student learning, one of which is a lack of focus during lessons caused by a lack of interest in the lesson and the teacher. The aim of the study was to determine the effectiveness of the behavior contract technique group counseling to improve the learning discipline of class VIII students of SMP Negeri 1 Temayang. This study uses a quantitative approach using a one group pretest-posttest design. The research subjects were 6 students. data collection method using the scale of learning discipline. Data analysis technique using paired sample t-test. Based on the results of data processing, the average pretest score was 52.83 while the average posttest score was 74.67. This proves that there is an increase in the learning discipline score so that it can be concluded that group counseling with the behavior contract technique is effective for increasing the learning discipline of class VIII students of SMP Negeri 1 Temayang

**Keywords:** *group counseling, behavioral contracts, disciplined learning*

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kedisiplinan belajar siswa, salah satunya seperti kurangnya fokus saat pelajaran yang disebabkan oleh lemahnya minat pada pelajaran dan guru. Tujuan penelitian guna mengetahui keefektifan konseling kelompok teknik *behavior contract* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 6 siswa. metode pengumpulan data menggunakan skala kedisiplinan belajar. Teknik analisis data menggunakan paired sample uji t-test. Berdasarkan hasil pengolahan data rata-rata skor *pretest* sebesar 52,83 sedangkan rata-rata skor *posttest* sebesar 74,67. Hal tersebut membuktikan bahwa terdapat kenaikan skor kedisiplinan belajar sehingga dapat disimpulkan konseling kelompok teknik *behavior contract* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang

**Kata kunci:** konseling kelompok, kontrak perilaku, kedisiplinan belajar

## PENDAHULUAN

Pendidikan mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap kualitas suatu bangsa. Suatu bangsa akan gagal jika tidak mendapatkan pendidikan yang memadai, tetapi juga akan berhasil jika mendapatkan pendidikan yang memadai. Hal itu tertuang didalam UU No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang berbunyi: “Pendidikan nasional bertujuan membentuk watak dan peradaban selama hidupnya yang sangat penting untuk dikembangkan agar menjadi manusia yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan menjadi manusia yang bertanggung jawab”.

Sekolah merupakan pendidikan formal yang dapat membantu siswa untuk mengembangkan potensi kemampuannya. Dalam pengembangan kemampuannya siswa harus mempunyai perilaku yang positif salah satunya kedisiplinan belajar. Disiplin yaitu bisa mencakup dalam hal pengajaran, bimbingan ataupun sebuah dorongan yang dilakukan oleh orang dewasa, yang bertujuan untuk menolong anak belajar untuk hidup sebagai makhluk sosial dan untuk mencapai pertumbuhan serta perkembangan mereka yang optimal. (Ihsani et al., 2018)

Menurut (Wirantasa, 2017) melatih seseorang untuk mengikuti aturan adalah disiplin. Disiplin juga dapat diartikan

sebagai peraturan yang berlaku untuk menciptakan kondisi yang tertib dan teratur (Widikusyanto et al., 2016)

Disiplin mempunyai arti sesuatu yang khas dan sering terjadi di mata masyarakat dan sekolah. Hal itu seringkali membuat resah karena sebuah perilaku disiplin awal sukses besar. Disiplin belajar dapat dikatakan sebagai ketaatan dan kepatuhan seseorang terhadap peraturan tertulis maupun tidak tertulis dalam proses perubahan perilaku yang menetap akibat pengalaman, pengamatan, membaca, menirukan, mencoba sesuatu, mendengarkan dan mengikuti berbagai peraturan sekolah. Gunarsa dalam (Sugiarto & Yulianti, 2019)

Kedisiplinan belajar penting dalam lingkup sekolah karena ketika tidak terdapat kedisiplinan didalam sekolah, maka sekolah tidak akan dikelola dan diatur sebaik mungkin. Hal tersebut juga akan mempengaruhi tingkah laku yang positif, cara positif untuk mengungkapkan perasaan, cara bermain yang positif dan nilai kekeluargaan.

Berdasarkan kondisi yang nyata kedisiplinan belajar yang terjadi pada siswa kelas VIII mereka kurang memperhatikan perlunya disiplin yang masih sangat rendah. Walaupun terdapat juga siswa yang sudah disiplin dalam mengumpulkan sebagai pembelajaran PR

tepat waktu, tidak ramai saat jam pelajaran, mengumpulkan tugas dan memperhatikan ketika proses belajar mengajar. Oleh karena itu sangat dibutuhkan peran guru BK untuk membantu mengatasi masalah negatif yang menghambat proses belajar siswa.

Layanan konseling kelompok salah satu cara yang digunakan oleh guru BK untuk membantu siswa dalam menyelesaikan seperti perilaku kurang disiplin disekolah. Menurut Tohirin dalam jurnal (Anggraini & W. Doddy Hendro, 2021) konseling kelompok merupakan upaya dari konseling dalam membantu pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh anggota kelompok melalui konseling kelompok supaya tercapainya perkembangan.

Dalam menyelesaikan permasalahan tentang kurangnya kedisiplinan belajar siswa guru BK dapat memakai beberapa teknik konseling salah satunya adalah *Reinforcement*. Teknik *reinforcement* sendiri juga bisa lebih dispesifikan lagi yaitu teknik *Behavioral Contract* guna untuk membantu siswa dalam mengatasi permasalahan dalam belajar yaitu kedisiplinan dalam belajar. Rosjiman dalam jurnal (Dewi & Pratiwi, 2018) mendefinisikan bahwa kontrak perilaku merupakan perjanjian tertulis antara dua orang atau lebih, di mana salah satu atau

keduanya setuju untuk terlibat dalam perilaku yang diinginkan, dikenal sebagai teknik kontrak perilaku.

Behavior contract juga melibatkan pengadministrasian konsekuensi positif dan bisa saja negative itu tergantung pada apakah perilaku target terjadi atau tidak terjadi. Selain itu *behavior contract* juga menentukan detail setiap target, yang mana termasuk perilaku itu sendiri, bagaimana pelaksanaannya, kapan harus diselesaikan, dan siapa saja yang terlibat menegosiasi persyaratan sehingga kontraknya dapat diterima masing-masing individu sehingga melibatkan penerapan konsekuensi positif dan kemungkinan negatif yang bergantung pada apakah perilaku target terjadi atau tidak.

Hal ini diperkuat pada penelitian (Hanafi, 2017) mengenai “Pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos dikelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa layanan Perilaku membolos pada siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung dapat dikurangi melalui konseling individu dengan metode kontrak perilaku. Peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian di kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang.

Penelitian ini mengenai peningkatan kedisiplinan belajar menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Behavior Contract* sehingga penulis mengambil judul “Keefektifan konseling kelompok dengan teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang”.

## METODE PENELITIAN

Sugiyono mendefinisikan bahwa metode penelitian kuantitatif dapat dikatakan karena menyajikan angka-angka serta analisis yang menggunakan statistic guna uji validitas dan reliabilitas instrumen penyajian data untuk menentukan sampel (Imron, 2019). Penelitian ini dapat digunakan peneliti yang mana sesuai dengan masalah yaitu mengenai keefektifan konseling kelompok teknik *behavior contract* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang.

Desain penelitian disini salah satu cara untuk mengumpulkan data penelitian agar hasil penelitian dapat divalidasi. Konfigurasi pemeriksaan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental* dengan jenis *one group pretest-posttest*. Arikunto mengklaim bahwa *pre-experimental design* disebut sebagai eksperimen semu karena sering

disebut eksperimen padahal tidak. Kemudian dilakukannya pengukuran ulang dengan jenis *posttest* guna untuk mengetahui dan melihat ada tidaknya perubahan atau apakah subjek dipengaruhi setelah menerima perlakuan. Gambaran desain penelitian tersebut dapat dilihat pada gambar dibawah ini.

## 01 x 02

Gambar Pola *Pretest-posttest design*

Keterangan:

O1: Pengukuran awal *pretest* menggunakan *pretest* dengan menyebarkan angket kedisiplinan belajar. *Pretest* ini guna untuk mengetahui kedisiplinan belajar siswa yang rendah sebelum diberikannya perlakuan

X: Sebuah *treatment* atau sebuah perlakuan dengan menggunakan teknik *behavior contract* kepada siswa yang mempunyai kedisiplinan belajar yang rendah

O2 : Berbeda dengan *pretest*. Kali ini pemberian *posttest* guna untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar yang telah diberikan *treatment* dan setelah itu kedisiplinan belajar menjadi meningkat ataupun tidak.

Selanjutnya tempat penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Temayang beralamatkan Jl. Raya Temayang, Km 25, Temayang, Kecamatan Temayang, Kabupaten Bojonegoro, Provinsi Jawa

Timur. Untuk waktu penelitian akan dimulai pada bulan Juli – November 2022.

Populasi yang digunakan yaitu kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang, maka jumlah populasi kelas VIII-A = 32 Orang dan VIII-B= 32 orang. Sedangkan untuk sampel terdapat 6 siswa yang menjadi sampel dimana mempunyai sikap disiplin yang rendah dengan menggunakan sampling purposive penentuan subjek dengan beberapa hal dalam pikiran, seperti siswa yang memiliki karakteristik kedisiplinan yang rendah diantaranya, mampu memperhatikan pelajaran berlangsung, mengikuti pelajaran sampai selesai, mentaati tata tertib, tepat waktu, menyelesaikan tugas dalam waktu yang ditentukan, menjaga fasilitas sekolah serta patuh terhadap tata tertib sekolah.

Instrumen dalam pengumpulan data yaitu dengan menggunakan skala kedisiplinan belajar. Skala kedisiplinan belajar disusun untuk mengukur seberapa besar tingkat kedisiplinan belajar pada diri siswa. Alternatif jawaban dari skala kedisiplinan belajar ini menggunakan skala likert.

**Tabel 1 Bobot Penilaian Skala Likert**

Jenis Pertanyaan	Alternatif Jawaban			
	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Penelitian disiplin belajar ini menggunakan rentang skor dari 1 sampai dengan 4, tergantung dari banyaknya item. 54 sebelum validasi dan jika sesudah validasi item yang valid sekitar 24 item. Dalam menghitung validitas penelitian ini menggunakan bantuan SPSS versi 26, penulis menggunakan rumus korelasi product moment. Setelah itu, kita bisa menentukan apakah itu benar atau tidak.. Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka butir skala dinyatakan valid. Berdasarkan hasil tersebut dari total item semula yang berjumlah 54 item pernyataan diperoleh 24 item yang valid dan itu mengartikan bahwasanya 30 item yang gugur. Item yang valid tersebut diantaranya 1, 3, 4, 5, 8, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 24, 33, 34, 36, 39, 40, 43, 44, 46, 48, 49, 52, 54.

Uji reliabilitas ini dihubungkan dengan tingkat fokus dan temuan informasi. Ketika dua atau lebih peneliti bekerja pada objek yang sama dan menghasilkan data yang sama, data tersebut dapat dianggap dapat diandalkan. Memanfaatkan SPSS versi 26.

Dalam penelitian ini teknik analisis data menggunakan paired sample uji t-test. Dimana uji paired t-test merupakan uji beda parametris pada dua data yang saling berpasangan. Uji paired t-test disini dipilih karena cocok pada penelitian untuk membandingkan hasil kedisiplinan belajar

sebelum pemberian layanan konseling dan sesudah diberikan layanan untuk konseling kelompok siswa di bawah teknik kontrak perilaku kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang.

Salah satu pendekatan untuk menguji hipotesis adalah uji t berpasangan, juga dikenal sebagai uji t berpasangan. Ketika seseorang menerima dua perlakuan yang berbeda atau tidak sama, meskipun keduanya menggunakan orang yang sama, peneliti tetap menerima dua jenis data sampel sebelumnya dan setelah perlakuan yang merupakan masalah yang biasanya muncul berpasangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan pretest terhadap siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang bertujuan untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar siswa. Data pretest diambil menggunakan skala kedisiplinan belajar yang mana memiliki 24 item pernyataan. Hasil pretest kemudian dikategorikan berdasarkan skor ideal yaitu sebagai berikut:

Jumlah butir = 24

Minimal ideal =  $24 \times 1 = 24$

Maksimal ideal =  $24 \times 4 = 96$

Mean ideal ( $M_i$ ) =  $\frac{1}{2} (\text{Maks } i + \text{Min } i)$

$$= \frac{1}{2} (96 + 24)$$

$$= \frac{1}{2} (120)$$

$$= 60$$

$$\begin{aligned} \text{SD ideal (SD}_i) &= \frac{1}{6} (\text{Maks} - \text{Min ideal}) \\ &= \frac{1}{6} (96 - 24) \\ &= \frac{1}{6} (72) \\ &= 12 \end{aligned}$$

Kategori skor keterbukaan diri berdasarkan skor ideal yaitu sebagai berikut:

Tinggi =  $X > (M + SD)$

$$= X > (60 + 12)$$

$$= X > 72$$

Sedang =  $(M - SD) \leq X \leq (M + SD)$

$$= (60 - 12) \leq X \leq (60 + 12)$$

$$= 48 \leq X \leq 72$$

Rendah =  $X < (M - SD)$

$$= X < (60 - 12)$$

$$= X < 48$$

**Tabel 2 Kategori Kedisiplinan Belajar**

Interval	Kategori
72 sd 94	Tinggi
48 sd 72	Rendah
24 sd 48	Sedang

Sebelum memberikan layanan teknik behavior contract peneliti menyebar instrumen terlebih dahulu yang sudah diuji validitas dan reliabilitas sebagai pretest yang disebarkan ke 31 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang. Hasil pretest kedisiplinan belajar siswa sebagai berikut.

**Tabel 3 Pretest Kedisiplinan Belajar**

No	Nama	Skor	Kategori
1	ADS	87	Tinggi
2	AZA	92	Tinggi
3	ASA	74	Tinggi
4	ASM	70	Tinggi
5	BU	42	Rendah

6	BCA	76	Tinggi
7	CFP	71	Tinggi
8	DI	65	Sedang
9	DAK	86	Tinggi
10	DMC	83	Tinggi
11	FKS	80	Tinggi
12	GDA	82	Tinggi
13	ITN	91	Tinggi
14	IJ	88	Tinggi
15	KDR	93	Tinggi
16	LDS	61	Sedang
17	MZF	47	Rendah
18	MH	88	Tinggi
19	MAE	88	Tinggi
20	MAA	79	Tinggi
21	MAN	47	Rendah
22	MA	81	Tinggi
23	MSA	82	Tinggi
24	NPC	82	Tinggi
25	RW	55	Sedang
26	RCR	93	Tinggi
27	SR	87	Tinggi
28	SDA	80	Tinggi
29	SA	90	Tinggi
30	VA	80	Tinggi
31	WCP	94	Tinggi
Rata-rata		77,87	

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat diketahui bahwasannya skor terendah sikap kedisiplinan belajar adalah 42 sedangkan skor tertinggi adalah 94 dan untuk skor rata-rata keseluruhan siswa adalah 77,87. Berdasarkan hasil pretest diatas juga ditetapkan subjek penelitian sebanyak 6 siswa yang memiliki kedisiplinan belajar yang rendah yaitu siswa BU, DI, LDS, MZF, MAN dan RW.

Pelaksanaan penelitian ini dilanjutkan dengan pemberian treatment kepada 6 siswa yang terpilih dari hasil

pretest. Treatment yang diberikan kepada 6 siswa tersebut adalah dengan pemberian treatment teknik kontrak perilaku selama 5 kali pertemuan yaitu dimulai pertemuan pertama pada tanggal 28 September, 1, 3, 5, 7 Oktober 2022. Berikut adalah rincian pelaksanaan layanan:

Pada pertemuan pertama ini dilaksanakan pada tanggal 28 September 2022 diruang BK memulai dengan mengucapkan salam, berdoa bersama, memperkenalkan diri masing-masing agar konselor bisa mengenal dan terjalin keakraban. Peneliti mulai dapat membangun hubungan baik dengan seluruh anggota kelompok dengan menyampaikan asas-asas dari layanan konseling kelompok, menyampaikan norma-norma yang nantinya akan disepakati secara bersama-sama, menyampaikan tugas, menentukan tujuan yang ingin dicapai dan menyepakati waktu untuk pertemuan yang akan datang. Pada sesi akhir peneliti meminta konseli untuk membuat kontrak perilaku terkait dengan kedisiplinan dalam belajar.

Pada pertemuan kedua ini dilaksanakan pada tanggal 1 Oktober 2022 diruang BK. pertemuan kedua ini yang mana bertujuan untuk mengidentifikasi serta menganalisis mengenai penyebab kedisiplinan belajar yang rendah dengan melakukan sebuah asesmen. Asesmen

disini mencakup perasaan maupun pikiran dari konseli dengan menggunakan analisis ABC. Analisis ABC diperjelas yaitu A (pencetus perilaku), B (permasalahan perilaku), C (akibat perilaku). Setelah melakukan analisis, peneliti memerlukan penentuan data awal tingkah laku yang akan diubah. Pada sesi akhir sebagai peneliti meyakinkan konseli tentang kontrak yang telah dibuat dan mengingatkan kontrak perilaku tentang peningkatan kedisiplinan belajar.

Pertemuan ketiga ini dilaksanakan pada tanggal 3 Oktober 2022. Pertemuan ini bertujuan untuk menanyakan kemajuan yang telah dicapai setiap anggota dalam pelaksanaan kontrak yang dibuat di pertemuan sebelumnya. Pertemuan ini peneliti menanyakan hambatan atau permasalahan pelaksanaan kontrak, mengevaluasi hasil pelaksanaan kontrak, serta memberikan penguatan lain untuk melanjutkan pelaksanaan kontrak.

Pertemuan keempat ini dilaksanakan di ruang BK pada tanggal 5 Oktober 2022 yang bertujuan untuk memberikan penguatan tentang kedisiplinan belajar pada siswa. Peneliti setidaknya harus bisa meminimalisir penyebab kedisiplinan belajar yang rendah. Mencari penyebab kedisiplinan siswa rendah dengan cara apapun agar disiplin yang rendah tersebut dapat

terminimalisir. Selain mencari penyebab siswa mempunyai disiplin belajar yang rendah, peneliti juga memberi penguatan yang baik kepada konseli agar pelaksanaan kontrak perilaku yang dilakukan berjalan dengan lancar seperti yang diharapkan. Penguatan ini yang mana berguna untuk memberi dorongan kepada siswa agar meningkatkan kedisiplinan belajarnya. Pada akhir pertemuan ke empat ini peneliti kembali melanjutkan tentang kontrak yang sudah terlaksana.

Pertemuan kelima ini dilaksanakan di ruang BK pada tanggal 7 Oktober 2022 yang bertujuan untuk mengatasi hambatan dan pemberian solusi terkait kedisiplinan belajar pada siswa, dan mengevaluasi kembali kegiatan konseling kelompok dari awal hingga akhir pertemuan serta memberikan sebuah reward setelah siswa mencapai kontrak yang telah dibuat. Reward berupa buku, alat tulis dan makanan berupa coklat. Hasil kontrak dari 6 orang siswa semua mampu meningkatkan kedisiplinan belajarnya. Setelah beberapa pertemuan terlaksana peneliti mengakhiri konseling kelompok tersebut dengan mengucapkan rasa terima kasih peneliti terhadap para anggota kelompok karena bersedia mengikuti layanan dari awal hingga akhir. Peneliti juga menyampaikan agar siswa selalu

menjalankan apa yang telah dikontrakkan walaupun kontrak sudah tidak berlaku lagi.

Pelaksana penelitian selanjutnya *posttest* yaitu berupa pengisian skala kedisiplinan belajar pada 6 orang siswa yang terpilih. *Posttest* dilaksanakan pada tanggal 7 Oktober 2022 yang bertempat di ruang bimbingan konseling SMP Negeri 1 Temayang. Pemberian *posttest* ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan belajar pada siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *behavior contract*. Dibawah ini adalah hasil *posttest*

**Tabel 4 Posttest kedisiplinan belajar**

No	Subjek	Posttest	Kategori
1	BU	76	Tinggi
2	DI	73	Tinggi
3	LDS	74	Tinggi
4	MZ	73	Tinggi
5	MA	72	Tinggi
6	RW	80	Tinggi
Jumlah		448	Tinggi
Rata-rata		74,67	

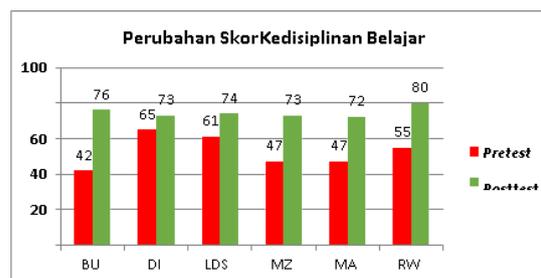
Instrumen skala kedisiplinan belajar terdiri dari 24 item pernyataan. Pilihan jawaban pada skala kedisiplinan menggunakan skala satu sampai empat antara lain selalu, sering, kadang-kadang dan tidak pernah. Berikut adalah data *pretest* dan *posttest* skala kedisiplinan belajar 6 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang.

**Tabel 5 Perbandingan Skor *Pretest-posttest* Kedisiplinan belajar**

No	Nama	Skor dan kategori				Gain
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		
1	BU	42	Rendah	76	Tinggi	34
2	DI	65	Sedang	73	Tinggi	8
3	LDS	61	Sedang	74	Tinggi	13
4	MZ	47	Rendah	73	Tinggi	26
5	MA	47	Rendah	72	Tinggi	25
6	RW	55	Sedang	80	Tinggi	25
Total	N = 6	317		448		131
Mean		52,83		74,67		21,83

Berdasarkan data tersebut bahwa terdapat adanya peningkatan kedisiplinan belajar dari yang awalnya berkategori rendah dan sedang menjadi kategori tinggi. Sebelum diberikannya layanan skor rata-rata kedisiplinan belajar siswa yaitu 52,83 dan setekah diberikannya layanan skor rata-rata kedisiplinan belajar meningkat menjadi 74,67.

Hal tersebut mengartikan bahwasannya kenaikan skor kedisiplinan belajar siswa yaitu kategori rendah menjadi tinggi . Berikut perubahan skor kedisiplinan belajar pada subjek.



**Gambar Diagram Perubahan Skor Kedisiplinan Belajar**

Berdasarkan diagram tersebut menunjukkan bahwasanya mengalami peningkatan kedisiplinan belajar siswa setelah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *behavior contract*. Hal

ini bisa dilihat pada diagram batang yang berwarna hijau (*posttest*). Maka berdasarkan diagram tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwasanya terdapat peningkatan kedisiplinan belajar siswa setelah dilaksanakannya layanan konseling kelompok teknik *behavior contract*. Pada tahap berikutnya ialah pengujian hipotesis. Uji hipotesis dapat dilihat pada penjelasan berikut.

1. Ho = konseling kelompok teknik behavior contract tidak efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang
2. Ha = konseling kelompok teknik behavior contract efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji t jenis paired sample t-test yang diolah dengan bantuan SPSS versi 26. Uji-t dilakukan setelah melakukan uji normalitas terlebih dahulu yang mana untuk melihat apakah data berdistribusi normal ataupun tidak normal. Pengambilan keputusan uji normalitas data ditentukan sebagai berikut.

- a. Jika sig > 0,05 maka data berdistribusi normal.
- b. Jika sig < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

Hasil uji normalitas dengan menggunakan SPSS versi 26

**Tabel 6 Hasil Uji Normalitas Kedisiplinan Belajar Siswa**

Test of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.242	6	.200 <sup>*</sup>	.932	6	.596
POSTTEST	.256	6	.200 <sup>*</sup>	.851	6	.162

<sup>\*</sup> . This is a lower bound of the true significance  
a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut dapat diketahui bahwa nilai sig. pretest sebesar 0,596 dan sig. posttest sebesar 0,162. Data tersebut menunjukkan bahwasannya hasil nilai sig. pretest dan nilai sig. posttest lebih besar (>) dari 0,05 sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Dengan data tersebut selanjutnya dilakukan uji-t, hasil uji-t sebagai berikut.

**Tabel 7 Hasil Uji Paired Sample T-test**

Paired Samples Test									
		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	PRETEST - POSTTEST	-21.833	9.538	3.894	-31.842	-11.824	5.607	.002	

perbandingan menunjukkan bahwa nilai Sig.2-tailed) yaitu “nilai alpha( $\alpha$ ) = (0,05), artinya berdasarkan pengambilan keputusan bahwa jika nilai Sig.(0,002)2-tailed) nilai alpha (0,05), maka Ho ditolak dan Ha diterima, menunjukkan adanya perbedaan skor antara *pretest* dan *posttest*.

Hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata disiplin belajar siswa sebelum menerima layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku adalah 52,83, namun skor ini meningkat sebesar 21,83

menjadi 74,67 setelah menerima layanan. layanan konseling kelompok efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa” merupakan hipotesis penelitian.

Setelah dilaksanakannya layanan konseling kelompok teknik behavior contract terdapat uji efektivitas konseling kelompok teknik *behavior contract* diperoleh dengan membandingkan hasil dan *pretest- posttest* kedisiplinan belajar. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa skor meningkat dari *pretest* rendah ke *posttest* tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah siswa yang menerima layanan meningkat.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Zaitun Jannah, 2018) yang Hasil uji sampel berpasangan yang digunakan untuk menguji data diperoleh thitung sebesar -12,220 jika dibandingkan dengan ttabel = 1,895 > thitung = -12,220 sebelum dan sesudah perlakuan berbeda secara signifikan. Berdasarkan temuan tersebut, metode kontrak perilaku mengurangi perilaku mencontek siswa di MAN 4 Aceh Besar secara efektif.

Hal tersebut juga menunjukkan bahwasannya terdapat keunggulan teknik *behavior contract* yaitu siswa dapat belajar negosiasi dalam pembuatan kontrak perilaku, hasil masukan dari negosiasi dapat menentukan potensi siswa untuk menerima dukungan dalam mencapai

tujuannya dan siswa memperoleh pengetahuan melalui keterlibatan dalam negosiasi kontrak perilaku dan adanya kontrak perilaku buatan siswa yang memungkinkan guru untuk melakukan instruksi individual.

#### Hucshjabcja

Ada pula penelitian menurut (Anandayu, 2019) yang menunjukkan peningkatan kedisiplinan siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Wonogiri 2019/2020 pada kelompok eksperimen setelah mengikuti layanan konseling kelompok behavior dengan koefisien Asymp. Sig (2- tailed) sebesar  $0,009 < 0,050$  dan terdapat peningkatan mean rank 2,50 dari 5,50 dan *posttest* sebesar 8,00. Hal itu menandakan bahwasanya layanan konseling kelompok teknik behavior dapat meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Wonogiri tahun 2019/2020.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang mana menjelaskan bahwasanya dengan pembelajaran disiplin siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dalam konseling kelompok. Selain itu, penelitian ini menunjukkan keefektifan penggunaan teknik kontrak perilaku dalam konseling kelompok untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa menggunakan konseling kelompok teknik kontrak perilaku (*behavior contract*) kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang dapat diambil kesimpulan bahwasanya penerapan konseling kelompok teknik *behavior contract* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa pada kelas VIII SMP Negeri 1 Temayang.

Hal ini ditunjukkan dari skor rata-rata kedisiplinan belajar siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik *behavior contract* sebesar 52,83 dan mengalami kenaikan sebesar 21,83 poin menjadi 74,67 setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *behavior contract*. Sehingga hipotesis penelitian berbunyi “layanan konseling kelompok teknik *behavior contract* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa”.

## DAFTAR PUSTAKA

Anandayu, A. (2019). *Meningkatkan Kedisiplinan Melalui Konseling Kelompok Behavioral Untuk Siswa Kelas VIII SMP*. 5(2), 97–103.

Anggraini, L. J., & W. Doddy Hendro. (2021). Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(1), 21–30.

<https://doi.org/10.24036/XXXXXXXX>  
XXX-X

- Dewi, O. P., & Pratiwi, T. I. (2018). Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di SMK Kawung 2 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 8(1).
- Hanafi, A. (2017). *Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Di Kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*.
- Ihsani, N., Kurniah, N., & Suprpti, A. (2018). Hubungan Metode Pembiasaan Dalam Pembelajaran Dengan Disiplin Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(1), 50–55.
- Imron, I. (2019). Analisa Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Menggunakan Metode Kuantitatif Pada CV. Meubele Berkah Tangerang. *Indonesian Journal on Software Engineering (IJSE)*, 5(1), 19–28.
- <https://doi.org/10.31294/ijse.v5i1.586>  
1
- Sugiarto, A. P., & Yulianti, P. D. (2019). Kelas X Smk Larenda Brebes. *Mimbar Ilmu: Jurnal Program Studi*

*Bimbingan Konseling*, 24(2), 232–238.

Widikusyanto, M. J., Nafiuddin, Isqodrin, N., Wibowo, H. A., & Marwan, J. (2016). Jurnal Sains Manajemen Volume.2 No.2 Juni 2016. *Jurnal Sains Manajemen*, 2(2), 69–83.

Wirantasa. (2017). Pengaruh Kedisiplinan Siswa Terhadap Prestasi. *Jurnal Formatif*, 7(1), 83–95.

Zaitun Jannah. (2018). *Efektifitas Teknik Behavioral Contract Dalam Mengurangi Perilaku Menyontek Siswa Di MAN 4 Aceh Besar*. h. 26.