

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN  
TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MENGURANGI PERILAKU  
MEMBOLOS PADA SISWA KELAS VIII DI SMP PGRI KASIHAN  
TAHUN AJARAN 2019/2020**

**Rima Rismayanti<sup>1</sup>, Iis Lathifah Nuryanto<sup>2</sup>**

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Yogyakarta  
E-mail: [rimarismayanti766@gmail.com](mailto:rimarismayanti766@gmail.com)

---

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran masalah Perilaku Membolos siswa serta mengetahui apakah Layanan Konseling Individual menggunakan Teknik Behavior Contract efektif mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII SMP PGRI Kasihan. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP PGRI Kasihan tahun pelajaran 2019/2020 yang berjumlah 60 siswa yang terbagi dalam 3 kelas. Sampel dalam penelitian diambil sebanyak 5 siswa yang memiliki tingkat membolos sedang dengan menggunakan teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan angket. Teknik analisis data dengan menggunakan statistik dengan rumus uji t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis terbukti Layanan Konseling Individual menggunakan Teknik Behavior Contract efektif untuk mengurangi Perilaku Membolos siswa kelas VIII di SMP PGRI Kasihan tahun ajaran 2019/2020. Dari hasil uji t-test diperoleh nilai  $t = 3.651$  dengan nilai  $p = 0,02 < 0,05$  berarti pemberian Layanan Konseling Individual menggunakan Teknik Behavior Contract efektif untuk mengurangi Perilaku Membolos siswa. Implikasi dari penelitian ini diharapkan guru bimbingan dan konseling lebih peka dan aktif dalam memberikan program maupun layanannya. Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan layanan konseling individual dengan teknik-teknik layanan yang lebih bervariasi dan inovatif lainnya, sehingga dapat meningkatkan wawasan dan pemahaman siswa tentang resiko membolos.

**Kata kunci:** konseling individual, behavior contract, perilaku membolos

---

**Abstract**

*The purpose of this research was to obtain an overview of the problem of truant behavior among students and to find out whether the Individual Counseling Service using the Behavior Contract Technique was effective in reducing truancy behavior of VIII class students of SMP PGRI Kasihan. The population of this research was 60 students of VIII class at SMP PGRI Kasihan in the 2019/2020 academic year, which were divided into 3 classes. The sample in the research was taken as many as 5 students who have a moderate level of truancy using a purposive sampling technique. The method of collecting data in this study using a questionnaire. The data analysis technique used statistics with the t-test formula. The results showed that the hypothesis was proven that the Individual Counseling Service using the Behavior Contract Technique was effective in reducing truancy behavior of VIII class students at SMP PGRI Kasihan in the 2019/2020 school year. From the results of the t-test, the score of  $t = 3.651$  with  $p\text{-score} = 0.02 < 0.05$  means that the provision of Individual Counseling Services using the Behavior Contract Technique is effective in reducing student truancy behavior. This research implies that guidance and counseling teachers are expected to be more sensitive and active in providing programs and services. Guidance and counseling teachers can use individual counseling services with more varied and innovative service techniques, to increase students' insight and understanding of the risks of truancy.*

**Keywords:** individual counseling, behavior contract, truancy behavior

---

**Info Artikel**

Diterima Agustus 2020, disetujui September 2020, diterbitkan Desember 2020

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Yogyakarta



## PENDAHULUAN

Pendidikan di Era generasi Z saat ini menjadi kebutuhan manusia selain makanan dan pakaian, karena manusia merupakan makhluk yang mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi dan selalu berpikir bagaimana kehidupannya bisa maju dari hari-hari sebelumnya. Pendidikan bisa didapatkan dimana saja baik itu pendidikan formal maupun pendidikan non formal. Sebagian besar orang lebih memilih anaknya mendapatkan pendidikan formal seperti sekolah yang memiliki beragam pilihan baik yang berstatus negeri maupun swasta. Sekolah merupakan salah satu fasilitas yang menjadi sarana utama penunjang pendidikan. Yang dimana terdapat kegiatan aktivitas belajar seperti dilakukan oleh siswa dan mengajar yang dilakukan oleh pengajar atau guru biasanya disebut kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar terjadi proses transfer ilmu dari guru kepada siswa. Belajar mengajar di sekolah tidak terlepas dari komponen-komponen yang terlibat didalamnya. Komponen utama dalam belajar mengajar yaitu guru dan siswa. Salah satu komponen tidak ada maka kegiatan belajar mengajar tidak berjalan dengan baik. Saat ini banyak ditemukan salah satu dari kedua komponen inti dalam belajar mengajar tidak hadir dalam kegiatan belajar mengajar. Ketidakhadiran salah satu komponen belajar mengajar didominasi oleh siswa baik disengaja maupun adanya alasan lain. Masalah kesengajaan siswa untuk tidak hadir di sekolah serta tidak mengikuti pelajaran sering dikenal dengan istilah membolos.

Perilaku membolos yang dilakukan oleh siswa sekarang banyak ditemukan di desa-desa maupun di kota-kota besar. Banyak siswa yang sengaja keluar saat jam pelajaran terlihat di kantin bersembunyi menghindari pelajaran. Selain itu siswa yang sengaja tidak hadir ke sekolah biasanya berangkat dari rumah tetapi dengan tujuan lain seperti nongkrong di mall atau sekedar bermain dengan teman yang sama-sama membolos.

Fenomena membolos juga terjadi di SMP PGRI Kasihan Kabupaten Bantul. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari guru Bimbingan dan Konseling serta hasil observasi saya di sekolah tersebut selama Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), perilaku membolos yang dilakukan oleh siswa terjadi hampir setiap hari. Kelas VII C memiliki prosentase membolos paling tinggi dalam satu hari mencapai 40%, kelas VII B 35%, dan kelas VII A 25%. Biasanya siswa tidak masuk sekolah tanpa keterangan, ada juga siswa yang berangkat dari rumah untuk ke sekolah tetapi tidak sampai di sekolah, ada juga yang meninggalkan kelas maupun sekolah saat jam mata pelajaran berlangsung.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru pembimbing yaitu dengan memberikan layanan konseling Individual. Menurut Akhmad Sudrajat (2009: 12) Layanan Konseling Individual yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya.

Menurut Akhmad Sudrajat (2009: 12) Layanan Konseling Individual yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya. Serta teknik yang akan digunakan dalam upaya mengurangi perilaku membolos siswa adalah teknik Behavior Contract. Menurut Latipun (2008: 145) kontrak perilaku (Behavior 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. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Layanan Konseling Individual dengan Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos pada Siswa Kelas VIII Di SMP PGRI Kasihan Tahun ajaran 2019/2020".



Menurut Lusia (2013: 13) Membolos merupakan sebuah perilaku tidak masuk sekolah ataupun meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa sepengetahuan pihak sekolah dan tanpa izin yang jelas, dan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Menurut Tutiono (2016: 70) Perilaku membolos secara umum dapat diartikan sebagai perilaku siswa yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak tepat atau ketidakhadiran siswa tanpa alasan yang jelas.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh siswa dalam bentuk pelanggaran tata tertib sekolah yaitu tidak masuk sekolah, meninggalkan sekolah sebelum kegiatan belajar mengajar selesai, menghindari jam mata pelajaran tertentu tanpa sepengetahuan pihak sekolah maupun orang tua dan tanpa izin yang jelas untuk melakukan tujuan tertentu.

Menurut Latipun (2006: 2) konseling merupakan salah satu upaya untuk membantu mengatasi konflik, hambatan, dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan kita, sekaligus sebagai upaya peningkatan kesehatan mental. Konseling merupakan satu diantara bentuk upaya bantuan yang secara khusus dirancang untuk mengatasi persoalan-persoalan yang kita hadapi.

Menurut Nurihsan (2007: 10) konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakini sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.

Menurut Latipun (2008: 145) kontrak perilaku 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.

Sedangkan Menurut Lufti Fauzan (2009 : 27) kontrak perilaku (behavior contract) merupakan perjanjian dua orang ataupun lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini, populasi yang menjadi sasaran adalah seluruh siswa kelas VIII SMP PGRI Kasihan. Adapun jumlah populasi penelitian ini sebanyak 60 siswa yang terdiri dari siswa kelas VIII A, VIII B, dan VIII C. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling purposive. Pada penelitian ini peneliti mengambil sampel 5 siswa kelas VIII yang merupakan siswa memiliki masalah membolos berdasarkan hasil konsultasi dengan guru pembimbing.

Metode eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre experimental design dengan metode One – Group Pretest-Posttest Design. Dalam penelitian ini akan digunakan teknik pengumpulan data yaitu angket, wawancara guru bimbingan dan konseling dan dokumentasi. Metode angket dipilih dalam penelitian ini karena memiliki beberapa kelebihan atau keuntungan berdasarkan pendapat Suharsimi Arikunto (2010: 195). Keuntungan menggunakan metode angket atau kuesioner, yaitu tidak memerlukan hadirnya peneliti, dapat dibagikan secara serentak kepada banyak responden, dapat dijawab oleh responden menurut kecepatannya masing-masing, dan menurut waktu senggang responden.

Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket langsung dan tertutup, karena responden langsung menjawab tentang keadaan dirinya sendiri dan



jawaban sudah disediakan dalam bentuk Rating scale (skala bertingkat). Rancangan desain penelitian ini meliputi pre test, pemberian layanan (treatment), post test. Rencana pemberian layanan dilaksanakan secara online.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Data

**Tabel 1.**  
**Kategori Skor Pre-Test Perilaku Membolos Siswa**

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi
66 - 88	Tinggi	0
44 - 66	Sedang	5
22 - 44	Rendah	0
<b>Jumlah</b>		<b>5</b>

Berdasarkan table 1 di atas menunjukkan bahwa frekuensi membolos siswa sebelum diberikan treatment, terdapat 5 siswa yang berada pada kategori sedang. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat membolos siswa kelas VIII di SMP PGRI Kasihan tahun ajaran 2019/2020 sebelum diberikan treatment termasuk sedang.

**Tabel 2.**  
**Kategori Skor Post-Test Perilaku Membolos Siswa**

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi
66 - 88	Tinggi	0
44 - 66	Sedang	2
22 - 44	Rendah	3
<b>Jumlah</b>		<b>5</b>

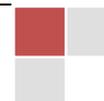
Berdasarkan table 2 di atas menunjukkan bahwa perilaku membolos siswa setelah diberikan *treatment* terdapat 2 siswa berada pada kategori sedang dan 3 siswa pada kategori rendah.

### Analisis Data

Perhitungan uji *paired t-test* dalam penelitian ini menggunakan program komputer yaitu SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.0 for windows. Dari hasil perhitungan data pengujian hipotesis tersebut dirangkum dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 3.**  
**Mean Pre Test Dan Post Test**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TEST	6.2000	5	.83666
	POST TEST	4.2000	5	.83666



Pada tabel3 diatas menunjukkan bahwa adanya perbedaan rerata antara *pre test* dan *post test*. Rerata *pre test* sebelum diberikan *treatment* sebesar 6,200 sedangkan rerata *post test* setelah diberikan *treatment* sebesar 4,200 Selisih antara *pre test* dan *post test* sebesar 2,000.

**Tabel 4.**  
**Hasil Uji Paired T-test**

	Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PRE TEST - POST TEST	2.00000	1.22474	.54772	.47928	3.52072	3.651	4	.022

Berdasarkan hasil analisis uji t diperoleh nilai  $t = 3.651$  dengan nilai  $p = 0,02 < 0,05$  berarti penggunaan layanan konseling individual dengan teknik *Behavior Contract* dapat mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII di SMP PGRI Kasihan tahun ajaran 2019/2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hipotesis terbukti atau terdapat pengaruh layanan konseling individual dengan dengan tehnik *Behavior Contract* terhadap perilaku membolos siswa kelas VIII SMP PGRI Kashian Tahun Pelajaran 2019/2020. Dari hasil uji Anava yang dilakukan diperoleh nilai  $t = 3.651$  dengan nilai  $p = 0,02 < 0,05$  berarti pemberian layanan konseling individual dengan dengan tehnik *Behavior Contract* berpengaruh terhadap penurunan perilaku membolos siswa.

Dilihat dari perubahan sikap dan perilaku siswa pada setiap pelaksanaan pemberian layanan juga dilihat dari hasil sebelum diberikannya *treatment* yang memiliki skor *pre test* sebesar 6,200 dan setelah diberikan *treatment* memiliki skor *post test* sebesar 4,200. Selisih antara angket perilaku membolos siswa sebelum dan sesudah mendapatkan *treatment* sebesar 2,000. Selisih hasil skor antara *pre test* dan *post test* terbilang cukup baik. Namun, selisih skor masih bisa lebih tinggi lagi apabila kondisi sekitar lebih kondusif serta lebih baik lagi dalam melaksanakan pemberian layanan konseling individual dengan dengan tehnik *Behavior Contract*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari analisis data dalam penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan bahwa selisih angket (kuesioner) kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment* sebesar 2,000 dan hasil uji t yang dilakukan diperoleh nilai  $t = 3.651$  dengan nilai  $p = 0,02 < 0,05$  berarti pemberian layanan konseling individual dengan tehnik *behavior contract* efektif untuk mengurangi perilaku membolos siswa. Maka dari itu layanan konseling individual dengan tehnik *behavior contract* terbukti dan signifikan untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII di SMP PGRI Kasihan tahun ajaran 2019/2020.



## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan. 2007. Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Amir Hidayat. 2017. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok menggunakan pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management Dalam mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII SMP PGRI Kasihan Tahun pelajaran 2016/2017. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Koseling Universitas PGRI Yogyakarta.
- Anonim. 2016. Pengertian-konseling-individual-menurut-para-ahli. (online), (<http://sc.syekhnrjati.ac.id/esscamp/risetmhs/BAB21414363062.pdf>, diunduh pada tanggal 18 Maret 2020).
- \_\_\_\_\_. 2014. Jurnal-konseling-individual. (online), (<http://etheses.uin-malang.ac.id/788/5/10410023%20Bab%202.pdf>, diunduh pada 02 April 2020).
- \_\_\_\_\_. 2019. dampak-perilaku-membolos-menurut-ahli-terbaru. (online), (<http://eprints.uny.ac.id/66655/3/BAB%20II.pdf>, diunduh 06 April 2020).
- Dewa Ketut Sukardi, Desak P.E. Nila Kusumawati. 2008. Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Gantina Komalasari, dkk. 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Hanafi, A. (2017). Pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos di kelas VIII Smp Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018 (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Hasanah, r. (2020). Pengaruh konseling individu dengan teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas viii di mts mathla'ul anwar bandar lampung tahun pelajaran 2019/2020 (doctoral dissertation, uin raden intan lampung).
- Latipun. 2006. Psikologi Konseling. Malang: UMM Press.
- Luthfi Fauzan. 2009. Kontrak Perilaku.. (online), (<http://lutlifauzan.wordpress./2009/08/09/kontrak-perilaku>, diunduh 18 Maret 2020).
- Nur Wariyanti. 2017. Penerapan konseling behavioral dengan Teknik reward dan punishment dalam menangani perilaku membolos pada peserta didik kelas VIII di SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017. Skripsi diterbitkan. Lampung: Bimbingan dan Konseling Raden Intan Lampung.



- Prayitno dan Amti, E. 2004. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2005. Konseling Perorangan. Padang: Universitas Negeri Padang Express.
- Sudrajat Akhmad. 2009. Proses Layanan Konseling Individual. Semarang: Semarang Press.
- Sutardi, D., & Sulusyawati, H. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Kebiasaan Membolos Siswa Kelas Xi Sma Negeri 8 Kota Bengkulu. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 31-41.
- Sofyan, S Willis. 2007. Konseling Individual Teori dan Praktek. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta, cv.
- Supriyo. 2008. Studi kasus Bimbingan Konseling. Semarang: CV, nieuw setapak.
- Sya'diah, s. K., febrianti, t., & zarkasih, e. (2019). Efektivitas konseling kelompok dengan teknik behaviour contract untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas ix di smpn 17 bekasi. *Jurnal consulenza: jurnal bimbingan konseling dan psikologi*, 1(2).
- Tohirin. 2013. Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi). Jakarta: Rajawali Pers
- Tutiona, M. Y., Munir, A., & Ratu, B. (2016). Upaya mengurangi perilaku membolos melalui konseling individual dengan teknik behavior contract pada siswa SMP Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*, 1(1).
- Wardani, Robikan. 2012. Layanan Konseling Individual. Jakarta: Gramedia.

