

*Literature Review : Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Siswa*

Annisa Fitri<sup>1</sup>, Nefi Darmayanti<sup>2</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara<sup>1</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara<sup>2</sup>

E-mail: [anisa202gp@gmail.com](mailto:anisa202gp@gmail.com)<sup>1</sup>, [Nefidarmayanti@uinsu.ac.id](mailto:Nefidarmayanti@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>

---

**Abstrak**

Perilaku bolos adalah bagian dari bentuk kenakalan remaja. Bahkan kini banyak siswa yang suka bolos sekolah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh Guru BK disekolah yakni melalui pelaksanaan konseling kelompok melalui teknik *behavior contract*. Sehingga, penelitian memiliki tujuan untuk mengkaji seberapa efektif layanan konseling kelompok melalui teknik *behavior contract* untuk mengatasi sikap membolos pada siswa. Metode penelitian yang digunakan yakni *literature review* dengan menggunakan 30 artikel kemudian diseleksi menjadi 8 artikel yang sesuai, dengan menggunakan mesin pencari seperti *Google Scholar*, Garuda dan DOAJ, dengan kriteria terbit minimal 10 tahun terakhir, dengan kata kunci “konseling kelompok”, “teknik *behavior contract*” dan “perilaku membolos”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* efektif digunakan untuk mengatasi perilaku bolos siswa. Kesimpulan dari penelitian ini adalah teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok berhasil dalam mengatasi perilaku bolos siswa dengan memodifikasi perilaku maladaptif siswa menjadi perilaku adaptif yang diharapkan.

**Kata kunci:** konseling kelompok, teknik *behavior contract*, perilaku membolos

---

**Abstract**

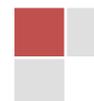
*Skipping behavior is part of a form of juvenile delinquency. Even now many students who like to skip school. One of the efforts that can be made by the counseling teacher at school is through the implementation of group counseling through the behavior contract technique. Thus, this study aims to examine how effective group counseling services through the behavior contract technique are in overcoming truancy among students. The research method used was a literature review using 30 articles then selected into 8 appropriate articles, using search engines such as Google Scholar, Garuda and DOAJ, with criteria published at least in the last 10 years, with the keywords "group counseling", "behavior techniques". contract" and "truant behavior". The results of this study indicate that group counseling with the behavior contract technique is effective in dealing with student truancy behavior. The conclusion of this study is that the behavior contract technique through group counseling services is successful in overcoming student truancy behavior by modifying student maladaptive behavior to become the expected adaptive behavior.*

**Keywords:** group counseling, behavior contract techniques, ditching behavior

---

**Info Artikel**

Diterima Januari 2023, disetujui Februari 2023, diterbitkan April 2023



## PENDAHULUAN

Sekolah yakni tempat pembelajaran untuk peserta didik agar mengembangkan diri, menghasilkan keterampilan serta pendidikan. Dalam pertumbuhan siswa pasti akan melibatkan berbagai masalah, termasuk masalah sosial dan pribadi. Siswa diajari di sekolah nilai mengikuti aturan tata tertib, yang diwajibkan bagi semua siswa. Tujuan peraturan ini adalah untuk menanamkan disiplin pada siswa. Meski sekolah memiliki peraturan untuk menanamkan disiplin, beberapa anak masih mengabaikannya. Aturan yang paling sering dilanggar oleh siswa adalah membolos (Purnamasari & Muis, 2018). Menurut Munte (Qomaria et al., 2022), membolos adalah kebiasaan yang melibatkan melewatkan tugas dan kewajiban dimana perlu diselesaikan melalui masa waktu tertentu.

Pada tingkat pendidikan menengah atas, perilaku membolos lazim di antara banyak siswa. Perilaku membolos digunakan sebagai obat untuk kebosanan yang sering dihadapi siswa dalam kegiatan kelas, jadi ini sebenarnya bukan hal baru (Purwanto, 2020). Musafiroh (Latifah & Dewi, 2022) menemukan pembolosan sekolah menjadi masalah yang mengkhawatirkan di Amerika Serikat, karena beberapa penelitian menunjukkan bahwa perilaku membolos adalah predictor kuat dari perilaku menyimpang pada remaja (75% sampai 85% dari pelaku remaja adalah remaja yang senang bolos sekolah atau sering melakukannya).

Menurut Putri (Qomaria et al., 2022) menunjukkan bahwa perilaku membolos meningkatkan risiko siswa berpartisipasi pada mengonsumsi alcohol serta narkoba, perkelahian, pencurian, serta jenis kenakalan remaja dimana lebih parah serta putus sekolah dan prestasi akademik yang rendah. Sedangkan menurut Prayitno dan Amti (Marisa et al., 2020) dampak negative perilaku membolos yakni, antara lain (1) Minat belajar dapat menurun, (2) gagal ujian, (3) hasil pembelajaran di bawah potensi, (4) tidak hadir di kelas, (5) susah menguasai materi pelajaran melalui sebayanya, dan (6) akan dikeluarkan sekolah. Melihat banyaknya pengaruh buruk dari perilaku bolos disekolah, sehingga dibutuhkan upaya dari Guru BK salah satunya yaitu melaksanakan layanan konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok menurut Sukardi (Safithry & Anita, 2019) yaitu Layanan seperti bimbingan dan konseling dimana memberikan siswa kesempatan agar membicarakan serta menyelesaikan masalah mereka dalam pengaturan kelompok. Konseling kelompok, menurut Nanang Martono (Gunawan et al., 2020), adalah proses interpersonal yang dinamis yang menekankan pemikiran dan perilaku sadar serta memiliki tujuan terapeutik. Kurnanto (Indrawati, 2021) mengklaim jika tujuan konseling kelompok yakni agar 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. Dan salah satu strategi konseling kelompok yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah pembolosan siswa yaitu *behavior contract*.

Teknik *behavior contract* adalah keputusan untuk mengubah perilaku seseorang yang dibuat oleh dua orang atau lebih; perjanjian menentukan harapan, tugas, dan hukuman yang harus dipenuhi. Kontrak perilaku menurut Latipun (Mahardika, 2020), adalah kesepakatan antara konselor dan klien agar klien memodifikasi serangkaian perilaku tertentu. Menurut Erford (Utomo, 2021) *behavior contract* yakni kesepakatan tertulis dimana ditanda tangani dari dua pihak ataupun lebih, dengan pihak manapun yang



setuju untuk terlibat dalam perilaku yang ditentukan. Dengan menggunakan kontrak perilaku, seseorang dapat mempromosikan perilaku yang diinginkan, mengajarkan perilaku baru, atau mengurangi perilaku dimana tak diinginkan. Dengan demikian diharapkan bahwa adanya pendekatan kontrak perilaku ini akan membantu Guru BK dalam memberikan konseling kelompok kepada siswa yang menunjukkan perilaku membolos.

### METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan memakai metode studi kepustakaan atau literature review, yang melibatkan pengumpulan informasi dan data dari berbagai referensi, termasuk artikel, buku, sesi seminar, dan jurnal (Fatimatuzzaroh & Muhid, 2022). Metode ini digunakan untuk mengidentifikasi berbagai gagasan dimana berkaitan akan masalah yang sedang diteliti menjadi dasar pembahasan temuan penelitian. Terdapat 5 tahapan dalam pelaksanaan literature review, yakni (1) pengumpulan literatur, dilakukan melalui berbagai search engine seperti *Google Scholar*, Garuda dan DOAJ. Kata kunci yang digunakan adalah “konseling kelompok”, “teknik behavior contract”, “perilaku membolos siswa”; (2) seleksi literatur, didukung dengan batasan literatur penelitian minimal 10 tahun terakhir dengan bahasa inggris, indonesia, dan lainnya; (3) mengkaji sumber literatur; (4) penarikan hasil kajian literatur; dan (5) diskusi hasil kajian literatur.

Berdasarkan hasil pencarian literatur pada beberapa sumber dengan kriteria 10 tahun terakhir, diperoleh 30 artikel yang muncul sesuai dengan criteria *keywords* yang ditulis, Berdasarkan hasil seleksi artikel dari ke-30 artikel tersebut, didapatkan bahwa artikel yang sesuai dengan criteria penelitian yakni sejumlah 8 artikel.

**Tabel 1.**  
**Artikel yang Digunakan Dalam Literature Review**

NO	JUDUL	NAMA JURNAL DAN TAHUN	PENULIS	KODE
1	Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behaviour Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di SMK Kawung 2 Surabaya	Jurnal BK UNESA. Vol 6, No.3 (2016)	Ovila Priska Dewi dan Setiawati	J1
2	Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavioral Contract Sebagai Layanan Pada Peserta Didik yang Memiliki Perilaku Membolos	KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol 5, No.2 (2018)	Busmayaril dan Arfa Havilla	J2
3	Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Kebiasaan Membolos Siswa Kelas XI SMA Negeri 8 Kota Bengkulu	Jurnal PSIKODIDAKTIK A: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling. Vol 3, No. 2 (2019)	Arroyan Muttaqin Nalman, Dodo Sutardi, Heni Sulusyawati	J3



4	Keefektifan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa SMK Pondok Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro	Jurnal Ilmiah Hospitality. Vol 7, No.2 ( 2018)	Zeti Novitasari, Hilmy Aliriad dan Khusnul Khotimah	J4
5	Penerapan Teknik Kontra Perilaku Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMA NEGERI 11 SIDRAP	Pinisi Joernal Of Education (2022)	Afdhalul Fikri	J5
6	Layanan Konseling kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Dalam Menumbuhkan Karakter Disiplin Siswa Di SMA PGRI 2 BANJARMASIN Tahun Ajaran 2017/2018	Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia. Vol 4, No. 1 (2018)	Puspha Fandini, Sulatani, Didi Susanto	J6
7	Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Behavioral Contract Untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Siswa SMA	Proceeding Humanities: Teacher Training and Education, Vol 1, No. 1 (2019)	Ichwan Dwi Saputra	J7
8	Penerapan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi perilaku Membolos Siswa Di SMK Negeri 3 SIDRAP	Jurnal Eprints UNM: Universitas Negeri Makasar (2020)	Andry Anshari	J8

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Bersekolah merupakan tanggungjawab dan hak anak sebagai salah satu cara untuk mendapatkan pendidikan yang mereka butuhkan untuk hidup lebih baik (Putri et al., 2020). Namun, kenyataannya banyak siswa yang membolos dan melalaikan tanggungjawabnya sebagai siswa.

Konseling kelompok dengan menggunakan teknik kontrak perilaku yakni salah satu layanan konseling dimana bermanfaat dalam mengurangi pembolosan siswa. Menurut Nurihsan (Istirahayu & Fitriyadi, 2021) bahwa konseling kelompok yakni upaya untuk memberi bantuan pada siswa didalam pengaturan kelompok dimana bersifat preventif serta terapeutik, dan menawarkan fasilitas untuk pengembangan keterampilan interpersonal serta pertumbuhan siswa. Sedangkan *behavior contract* menurut Latipun (Rokhman et al., 2019) yaitu pandangan yang didasarkan untuk membantu klien dalam memperoleh kebiasaan tertentu dimana diinginkan serta mendapatkan manfaat khusus sesuai akan kontrak dimana ditanda tangani.

Teknik kontrak perilaku ini digunakan dengan siswa dalam upaya menciptakan atau membentuk keadaan serta perilaku baru bagi mereka dimana berjuang secara akademis. Dengan bantuan teknik ini, memungkinkan untuk memberantas perilaku dimana tidak diinginkan serta membentuk perilaku yang lebih sesuai ataupun diharapkan (Mustamir, 2021). Komalasari (Asmaraningrum & Barida, 2021) bahwa kontrak perilaku harus didukung oleh penguatan dan harus dapat dinegosiasikan sehingga kedua belah



pihak dapat memperoleh manfaat. Ini hanya dua dari prinsip dasar yang mengatur kontrak perilaku. Kontrak harus adil, transparan, dan dilaksanakan sesuai dengan kurikulum.

Berikut tabel 2, yang menunjukkan beberapa hasil kajian literature mengenai seberapa efektif konseling kelompok yang memanfaatkan *behavior contract* dalam mengatasi perilaku bolos pada siswa.

**Tabel 2.**  
**Hasil Kajian Literature Review**

KODE	HASIL
J1	Di SMK Kawung 2 Surabaya ditemukan jika layanan konseling kelompok melalui pendekatan kontrak perilaku membantu menurunkan perilaku bolos peserta didik.
J2	Terbukti adanya skor <i>post-test</i> anak-anak yang menerima terapi kontrak perilaku menunjukkan penurunan substansial dalam perilaku membolos. Teknik kontrak perilaku mampu digunakan untuk menghasilkan kebiasaan baru dan menurunkan kebiasaan maladaptive seperti membolos pada siswa, dan dapat diterapkan untuk meningkatkan perilaku adaptif yang diinginkan seperti meningkatkan motivasi belajar sehingga perilaku membolos siswa dapat dikurangi.
J3	Hasil analisis diperoleh data penurunan kebiasaan bolos peserta didik dari rata-rata 5 kali jadi 2 kali sebulan, sehingga bisa diambil kesimpulan jika pelaksanaan layanan konseling kelompok melalui teknik kontrak perilaku efektif diterapkan untuk mengurangi kebiasaan bolos peserta didik.
J4	Ditemukan bahwa menggunakan pendekatan kontrak perilaku efektif membantu lima anak yang mengalami perilaku membolos. Ini terlihat melalui perbandingan hasil <i>pre-test</i> yang termasuk dalam kategori rendah sebesar 65,88%, dan hasil <i>post-test</i> yang termasuk dalam kategori sedang sebesar 39,28% setelah mendapat terapi. Persentase tersebut menunjukkan bahwa pembolosan siswa mengalami penurunan sebagai akibat dari teknik kontrak perilaku, sehingga dapat dikatakan bahwa metode ini berhasil menurunkan pembolosan siswa di SMK Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro.
J5	Ditemukan bahwa frekuensi siswa yang membolos sebelum diberikan intervensi cukup tinggi namun, setelah diberikan intervensi menggunakan kontrak perilaku frekuensi relative rendah. Oleh karena itu, penerapan pendekatan kontrak perilaku disimpulkan dapat membantu menurunkan perilaku bolos siswa.
J6	Sesudah siswa mendapatkan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku, hasilnya menunjukkan adanya peningkatan perilaku siswa yang dibuktikan dengan nilai <i>post-test</i> yang lebih tinggi dari nilai <i>pre-test</i> . Sehingga bisa diambil kesimpulan jika contract technique behavior efektif dalam membantu siswa dalam meningkatkan kedisiplinan siswa.
J7	Ditemukan bahwa dengan lebih menekankan insentif, konsekuensi, dan penguatan, strategi kontrak perilaku efektif didalam mengurangi perilaku bolos.
J8	Hasil penelitian menyatakan jika:



	<ol style="list-style-type: none"><li>1) Diawal mendapatkan layanan terapi kelompok dengan pendekatan kontrak perilaku, perilaku membolos cukup tinggi;</li><li>2) Terjadi penurunan skor pada saat baseline A1 dan baseline A2, berarti bahwa teknik kontrak perilaku berhasil menurunkan perilaku membolos siswa di sekolah.</li></ol>
--	--

Fokus kajian dalam penelitian ini meliputi 8 artikel yang tercantum pada tabel diatas. Pemaparan hasil penelitian meliputi Tahapan pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku, efektifitas layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dalam mengatasi perilaku bolos terhadap siswa, keberhasilan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku, langkah awal dalam mengidentifikasi perilaku membolos pada siswa yang nantinya akan menerima layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku.

Pada 8 artikel dimana telah dikaji oleh peneliti mengenai efektifitas delapan fokus penelitian yakni J1, J2, J3, J4, J5, J6, J7, dan J8 mengungkapkan bahwa temuan penelitian tentang layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku bermanfaat dalam menurunkan perilaku bolos terhadap siswa.

Langkah pertama adalah mengidentifikasi perilaku membolos pada siswa sebagai langkah awal Guru BK untuk mengetahui subyek mana yang akan disediakan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku yang dibahas pada fokus kajian J1, J3, J4, J6, J7, sebagai berikut:

1. Pada J1, perilaku membolos kelima siswa teridentifikasi dari hasil rekapitulasi kehadiran siswa, yang didukung dengan hasil wawancara dengan Guru BK, serta catatan buku pelanggaran tata tertib sekolah khususnya membolos.
2. Pada J3, dokumentasi awal yang digunakan dalam mengukur frekuensi perilaku membolos siswa adalah hasil rekapitulasi ketidakhadiran siswa selama dua bulan terakhir, wawancara awal dan rekomendasi dari Guru BK.
3. Pada J4, diadakan pertemuan pertama untuk mengetahui, mengidentifikasi dan memperoleh data siswa yang sering mengalami perilaku membolos dengan cara membagikan kuesioner untuk mengukur tinggi rendahnya perilaku membolos pada siswa yang akan diberikan layanan nantinya.
4. Pada J6, analisis awal yang digunakan peneliti untuk merumuskan keefektifan layanan konseling kelompok melalui kontrak perilaku yang akan diterapkan terhadap ketujuh siswa dengan frekuensi membolos tinggi adalah melalui wawancara dengan Guru BK, dan diperkuat dengan buku catatan harian siswa.
5. Pada J7, Analisis awal yang digunakan peneliti yaitu dari hasil wawancara Guru BK serta hasil angket dimana telah disebarkan kepada siswa.

Berdasarkan artikel-artikel yang telah dikaji oleh peneliti, terdapat tahapan pelaksanaan konseling kontrak perilaku yang dibahas pada artikel J1, J2, J3, J4, J5, J8, sebagai berikut:

1. Pada J1, perlakuan yang diberikan kepada kelima siswa dilakukan dalam Empat kali pertemuan dalam sebulan (30 hari). Daftar hadir bulan sebelumnya digunakan untuk mengumpulkan data pada baseline A, dan untuk tahap intervensi (B), terapi terdiri dari empat sesi dalam sebulan.
2. Pada J2, perlakuan diberikan kepada delapan siswa yang sering membolos yaitu melalui 2 kelas yakni, kelas eksperimen (teknik kontrak perilaku) serta kelas kontrol (self control) yang dilaksanakan sesuai kesepakatan kedua belah pihak di jam tertentu



yang ditentukan. Pertemuan dilakukan sebanyak 6 kali, dimana topik permasalahan didasarkan pada aspek perilaku membolos. Pelaksanaannya terdiri atas lima tahap (tahap peralihan, pembentukan, kegiatan, serta pengakhiran) yang kemudian dilanjutkan pada tahap evaluasi serta lanjutan.

3. Pada J3, Pemberian layanan terdiri atas 2 siklus. Di siklus I ada penurunan frekuensi perilaku bolos pada enam siswa dimana terlihat dari hasil rekapitulasi absensi setelah diberi perlakuan teknik kontrak perilaku. Sedangkan pada siklus II, guru BK memberikan tindak lanjut dan perbaikan terkait dengan kurangnya pelaksanaan pada siklus I.
4. Pada J4, diadakan pertemuan pertama untuk mengetahui dan memperoleh data siswa yang sering mengalami perilaku membolos dengan cara membagikan kuesioner untuk mengukur tinggi rendahnya perilaku membolos. Pertemuan kedua adalah pemberian strategi kontrak perilaku kepada kelima peserta didik dimana mempunyai tingkat perilaku bolos tinggi dibandingkan siswa lainnya, yang kemudian dilanjutkan pertemuan ketiga yaitu menggunakan wawancara langsung terhadap siswa sebagai cara untuk mengetahui alasan siswa membolos dan untuk mengukur apakah teknik kontrak perilaku yang dilakukan berhasil. Pada pertemuan keempat dibagikan angket lagi untuk mengetahui ada tidaknya penurunan perilaku membolos yang tinggi pada kelima siswa yang telah diberikan perlakuan teknik kontrak perilaku.
5. Pada J5, perlakuan yang diberikan kepada 1 orang siswa yang memiliki frekuensi membolos tinggi, meliputi 5 tahapan yaitu 1) kesepakatan pelaksanaan konseling, 2) melaksanakan analisis ABC (Antecedent, Behavior, Consequence), 3) penentuan data perilaku dimana ingin diubah, 4) penentuan jenis penguatan dimana diberikan, 5) memberi penghargaan bila perilaku yang diinginkan berhasil.
6. Pada J8, treatment yang diberikan kepada skenario diikuti untuk 2 siswa yang memiliki frekuensi ketidakhadiran tinggi, yang melalui 5 tahap dan 11 kali pertemuan. Ada lima tahap: 1) Saat memilih perilaku dimana akan diubah, 2) analisis ABC (Antecedent, Behavior, Consequence) harus digunakan. 3) Selanjutnya, data awal (perilaku berubah) harus ditentukan. 4) Selanjutnya, jenis penguatan harus diputuskan. 5) Terakhir, penguatan perlu diberikan pada tiap kali perilaku dimana diinginkan tampil sesuai dengan jadwal kontrak.

Sedangkan fokus hasil keberhasilan layanan dijabarkan dalam beberapa artikel kajian pada J2, J3, J6 sebagai berikut:

1. Pada J2, Gambaran keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat dari kemampuan memahami, merasakan dan bertindak setelah mengikuti kegiatan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Pada J3, Siklus kedua mengungkapkan bahwa hasil keenam siswa mengalami penurunan frekuensi membolos menjadi nol, sedangkan salah satu siswa masih kadang-kadang bolos kelas. Hal ini menunjukkan jika secara umum siklus kedua, keenam anak yang sering membolos mengalami penurunan yang cukup besar dalam kegiatan membolos.
3. Pada J6, Berdasarkan disiplin siswa mengalami peningkatan sebagai hasil dari pengenalan layanan terapi kelompok terhadap siklus 1 serta siklus 2. Hasil deskripsi persentase kedisiplinan yang meningkat tinggi menjadi bukti akan hal tersebut. Selain itu hasil *post-test* deskriptif siswa tidak disiplin, Kemajuan peserta didik pun bisa ditunjukkan melalui hasil observasi dimana dilakukan dengan masa kegiatan layanan berlangsung di kelas bersama pendampingan wali kelas XI-IPS2 menjadi kolaborator.



Berdasarkan hasil artikel dimana telah dikaji oleh peneliti, diketahui jika untuk mengurangi pembolosan siswa secara efektif, layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku berhasil digunakan. Hasil penelitian dari Dewi & Setiawati (2016) bahwa pendekatan kontrak perilaku terbukti dapat membantu menurunkan perilaku membolos siswa,. Hal ini pun sesuai akan penelitian Nalman et al. (2019) dimana menemukan jika kebiasaan membolos siswa berubah dari awalnya rata-rata lima kali tiap bulan jadi dua kali tiap bulan setelah mendapatkan layanan konseling kelompok melalui penerapan pendekatan kontrak perilaku.

Menurut Erford (Busmayiril & Havilla, 2018) menjelaskan bahwa *behavioral contract* dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau mengajarkan perilaku baru. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Novitasari et al., (2018), yang mengklaim bahwa pendekatan kontrak perilaku diyakini dapat meningkatkan perilaku baru yang diprediksi dengan mengajarkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau keduanya. Diharapkan dengan adanya teknik kontrak perilaku, perilaku buruk siswa seperti kebiasaan membolos dapat dikurangi sehingga muncul perilaku yang lebih positif.

Teknik *behavior contract* menekankan pada penghargaan, penguatan, serta hukuman. Jika klien tidak dapat mematuhi kesepakatan yang telah dibuat, klien akan dikenakan penalti, serta sebaliknya, apabila klien bisa mengubah perilakunya sesuai kesepakatan dimana telah dibuat, hadiah ditawarkan agar klien dapat mempertahankan perilaku adaptif yang telah terbentuk (Saputra, 2019). Teknik kontrak perilaku dapat digunakan dalam 5 tahap, antara lain: 1) memilih perilaku dimana dapat diubah melalui analisis ABC (*Antecedent, Behavior, Consequences*), 2) penentuan data awal (perilaku yang akan diubah), 3) menentukan jenis penguatan yang akan digunakan, 4) memberikan penguatan untuk setiap perilaku yang diharapkan muncul sesuai dengan jadwal kontrak, dan 5). memberikan penguatan untuk setiap perilaku yang ditampilkan berulang kali.

Isi kontrak perilaku yang disepakati bersifat bebas, terbuka, dan sesuai kesepakatan bersama antara Guru BK dengan siswa, dimana kesepakatan tersebut dibuat secara tertulis atau lisan antara siswa dengan Guru BK karena teknik ini menitikberatkan pada konseli agar lebih bertanggung jawab pada dirinya sendiri. Dalam kontrak tersebut, siswa berjanji untuk melaksanakan semua perilaku yang tertera, bahkan memperbolehkan Guru BK untuk memberikan penguatan berupa reward jika siswa berhasil melakukan perilaku sesuai kontrak yang telah disepakati. Kesepakatan antara Guru BK dan siswa tentang kontrak perilaku harus selalu disampaikan secara berulang-ulang kepada siswa yang bersangkutan agar selalu ingat dan perubahan perilaku yang disepakati dapat terwujud (Novitasari et al., 2018).

Beberapa kelebihan dari teknik ini adalah teknik ini cukup mudah diterapkan, waktu yang dibutuhkan untuk mengubah perilaku siswa cukup singkat, sehingga penerapannya lebih efektif. Selain itu, teknik *behavior contract* dapat diimplementasikan tidak hanya dari konseling individu tapi melalui layanan konseling kelompok. *Behavior contract* juga dianggap efektif dan fleksibel bila digunakan pada waktu-waktu ketika klien merasa membutuhkan perawatan segera (Marisa et al., 2020). Sebaliknya, jika konselor tidak mampu menjelaskan isi kesepakatan, memberikan konsekuensi atas pelanggaran dan memperkuat perilaku secara positif, maka teknik ini tidak dapat bekerja secara maksimal.



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dijelaskan jika penerapan layanan konseling kelompok melalui teknik *behavior contract* efektif dalam mengatasi perilaku bolos terhadap siswa. Teknik *behavior contract* mampu membantu siswa didalam mengubah perilaku maladaptive jadi perilaku adaptif dan untuk memotivasi transformasi perilaku diperlukan syarat-syarat yang mengikat untuk mencapai perubahan perilaku yang diinginkan. Teknik dilaksanakan menggunakan perjanjian ataupun kesepakatan antar kedua pihak yakni konseli serta konselor.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anshari, A. (2020). Penerapan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMK Negeri 3 Sidrap. *Jurnal Eprints UNM*, 1-18
- Asmaraningrum, E., & Barida, M. (2021). Kemanjuran Teknik Self Contract dalam Konseling Kelompok untuk Mereduksi Prokrastinasi Tugas. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan*, 1, 1481–1429.
- Busmayaril, B., & Havilla, A. (2018). Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavioral Contract Sebagai Layanan pada Peserta Didik yang Memiliki Perilaku Membolos. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 5(2), 131–140. <https://doi.org/10.24042/kons.v5i2.3605>
- 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.
- Fandini, P., Sulatani, S., & Susanto, D. (2018). Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Dalam Menumbuhkan Karakter Disiplin Siswa Di Sma Pgri 2 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 4(1), 13–20. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v4i1.1322>
- Fatimatuzzahroh, S., & Muhid, A. (2022). Pentingnya Pendekatan Client Centered Therapy dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah pada Masa Pandemi COVID-19: Literature Review. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.26737/jbki.v7i1.2166>
- Fikri, A. (2022). Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMA NEGERI 11 SIDRAP. *Pinisi Joernal Of Education*, 1–25. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25296>
- 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. <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.2881>
- Indrawati. (2021). Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa. *Jurnal Ilmiah Teknologi Pendidikan*, 11(1), 1–8. <https://doi.org/10.33369/diadi.v11i1.18363>
- Istirahayu, I., & Fitriyadi, S. (2021). Konseling Kelompok Dalam Menurunkan Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 2(2), 44–48. <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i2.691>
- Latifah Hanum, S., & Dewi, I. S. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Membolos Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Sei Suka TA 2021/2022. *Education Achievement: Journal of Science and Research*, 119–135. <https://doi.org/10.51178/jsr.v3i2.705>
- Mahardika, N. (2020). Mereduksi Disfungsional Prokrastinasi Akademik Melalui



- Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 15–22. <https://doi.org/10.30596%2Fbibliocouns.v3i1.4672>
- Marisa, C., Yekti, W. B., & Karneli, Y. (2020). Konseling behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos sekolah di tingkat menengah kejuruan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 330–338. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.42421>
- Mustamir, A. K. (2021). Analisis Behavior Contract Dalam Pembelajaran Pada Anak Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) I Kota Kediri. *EL Bidayah: Journal of Islamic Elementary Education*, 3(1), 72–81. <https://doi.org/10.33367/jiee.v3i1.1619>
- Nalman, A. M., 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. <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v3i2.520>
- Novitasari, Z., Aliriad, H., & Khotimah, K. (2018). Keefektifan Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa SMK Pondok Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 7(2), 31–34. <https://doi.org/10.47492/jih.v7i2.195>
- Purnamasari, W., & Muis, T. (2018). Studi Kasus Tentang Perilaku Membolos Siswa Di Sma Negeri 1 Plumpang Tuban. *Jurnal Bk Unesa*, 9(1), 23–30.
- Purwanto, E. (2020). Menurunkan Perilaku Membolos dengan Teknik Kontrak Perilaku Di SMA Negeri 2 Sangatta Utara. *Jurnal Inovasi Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 57–64. <https://doi.org/10.30872/ibk.v2i2.651>
- Putri, V. N., Ifdil, I., Yusri, Y., & Yendi, F. M. (2020). Profil Kebermaknaan Hidup Siswa Membolos. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 126–135. <https://doi.org/10.24036/4.24367> 10.24036/4.24367
- Qomaria, S., Arifin, M. T., & Djonu, A. (2022). Pemberian Layanan Informasi untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Maumere. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, 14(1), 87–95. <https://doi.org/10.23887/jjpe.v14i1.46528>
- Rokhman, M. K., Sucipto, S., & Masturi, M. (2019). Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik Behavior Contract. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.24176/jpp.v2i1.4310>
- Safithry, E. A., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 33–41. <https://doi.org/10.33084/suluh.v4i2.624>
- Saputra, I. D. (2019). Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Behavioral contract untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Siswa SMA. *Proceeding Humanities: Teacher Training and Education*, 1(1), 8–14.
- Utomo, S. B. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain Game Online. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(1), 90–96. <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i1.6470>

