

## UPAYA MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA DENGAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT*

Della Wakhosiyah Rohmana<sup>1</sup>, Fakhruddin Mutakin<sup>2</sup>, Siti Ernawati<sup>3</sup>  
Universitas Islam Jember, Indonesia  
E-mail: [dellawakhosiyah@gmail.com](mailto:dellawakhosiyah@gmail.com)

### Article Info

Received:  
9 November 2023  
Revised:  
27 Maret 2023  
Published:  
30 Maret 2023

Kata kunci:  
Disiplin Belajar; Konseling  
Kelompok teknik *behavior  
contract*

*Keywords:*  
*Learning Discipline;*  
*Behavioral Contract*  
*Technique Group*  
*Counseling*

### Abstrak

Guru harus mampu menciptakan kedisiplinan dalam diri siswa, seperti membantu siswa meningkatkan standar perilakunya dan menggunakan penerapan aturan sebagai alat untuk memperkuat kedisiplinan dalam kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, untuk menyukseskan pendidikan, kedisiplinan dalam kegiatan belajar bagi peserta didik dalam proses belajar mengajar mutlak diperlukan. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan bertumpu pada penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam 2 siklus. Subjek penelitian ini berjumlah 6 anggota dalam satu kelompok. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah observasi, angket, wawancara. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Purposive Sampling yaitu pengambilan sampel populasi dilakukan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Berdasarkan hasil observasi, hasil yang didapat ialah tingkat disiplin siswa relatif rendah. Pada siklus I hasilnya ada peningkatan perencanaan karir kategori sedang sebesar 73% dan pada siklus II hasilnya pada kategori tertinggi yaitu sebesar 95%. Sehingga dapat dijelaskan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VIII MTs Al Khoiriyah

### Abstract

*Teachers must be able to create discipline in students, such as helping students improve their standards of behavior and using the application of rules as a tool to strengthen discipline in learning activities. Therefore, for the success of education, discipline in learning activities for students in the teaching and learning process is absolutely necessary. This type of research is qualitative research based on guidance and counseling action research conducted in 2 cycles. The subjects of this study amounted to 6 members in one group. The methods used in data collection are observation, questionnaires, interviews. Sampling in this study used purposive sampling, namely population sampling was carried out based on criteria determined by the researcher. Based on the results of observations, the results obtained are that the level of student discipline is relatively low. In cycle I the result was an increase in career planning in the medium category by 73% and in cycle II the results were in the highest category which was 95%. So it can be explained that the provision of group counseling services using the behavior contract technique can improve the learning discipline of class VIII students of MTs Al Khoiriyah*

## PENDAHULUAN

Sekolah adalah salah satu tempat untuk membimbing, mendidik dan mengarahkan seseorang agar berperilaku yang baik. Di sekolah siswa dituntut untuk mentaati peraturan-peraturan yang ada di sekolah. Peraturan tersebut bertujuan agar siswa dapat mengetahui apa tugas-tugas, hak serta kewajibannya. Bentuk peraturan-peraturan di sekolah bertujuan untuk mendisiplinkan siswa agar lebih patuh dengan tata tertib yang ada. Guru harus mampu menciptakan kedisiplinan dalam diri siswa, seperti membantu siswa meningkatkan standar perilakunya dan menggunakan penerapan aturan sebagai alat untuk memperkuat kedisiplinan dalam kegiatan pembelajaran. Sikap disiplin mempengaruhi keberhasilan siswa dalam menggapai cita-citanya oleh karena itu diperlukan sikap disiplin yang tinggi di dalam diri siswa untuk melatih kejujuran, melatih kemandirian, melatih tanggung jawab dan melatih keterampilan sosial.

Menurut (Reswastiyo et al., 2019), disiplin belajar adalah suatu kepatuhan dan ketaatan siswa mentaati peraturan-peraturan yang ditetapkan sekolah, agar terciptanya disiplin belajar dan siswa mampu berperilaku sesuai dengan peraturan tersebut. Untuk menanamkan disiplin belajar, diperlukan beberapa cara : (1) Melatih hidup menjadi lebih teratur (2) Menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan terjadwal. Disiplin belajar di sekolah merupakan sarana kebijakan publik terbaik dalam upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Setelah melewati masa pandemi *Covid-19* yang mengakibatkan proses pembelajaran di sekolah dan produktivitas pertumbuhan ekonomi di Indonesia terhenti. Akhirnya di beberapa daerah dan proses belajar di sekolah pun sudah dilakukan proses pembelajaran lagi secara tatap muka.

Kegiatan pembelajaran yang sudah dilakukan secara tatap muka di sekolah masih tidak maksimal dan siswa kurang kesadaran untuk melaksanakan kewajibannya di sekolah kemudian mengabaikan aturan-aturan yang ada di sekolah. Dampaknya maka siswa tidak mampu mengontrol dirinya dan tidak mempunyai kesadaran dalam dirinya sehingga malas dalam belajar kemudian tidak mengerjakan tugas, sehingga hal tersebut dapat berpengaruh terhadap prestasi belajarnya (Prasetya et al., 2021). Demikian pula dengan peneliti saat melakukan wawancara dengan guru BK yang menjelaskan bahwa kedisiplinan di kelas VIII dikategorikan rendah. Dikarenakan adanya siswa tidak disiplin seperti tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas, sering mengerjakan PR (Pekerjaan Rumah) di kelas, sering keluar kelas saat pembelajaran berlangsung, tidak aktif dan tidak memperhatikan guru ketika pembelajaran di mulai.

Begitu pula dengan hasil wawancara peneliti dengan empat siswa di MTs Al Khoiriyah secara acak. Hasilnya diperoleh dua siswa memiliki kategori disiplin belajar yang tinggi dan dua siswa memiliki kategori disiplin belajar yang rendah. Dua siswa yang sudah memiliki kategori disiplin belajar yang tinggi selalu rajin dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas dengan tepat waktu dan keaktifan di kelas juga baik. Sedangkan dua siswa yang memiliki kategori disiplin belajar yang rendah tidak pernah aktif dalam proses pembelajaran dikarenakan tidak memiliki semangat untuk belajar, siswa juga sering keluar kelas, tidak memperhatikan guru ketika sedang menjelaskan materi karena bosan dengan materi yang disampaikan, dan tidak mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru lalu tidak mengumpulkan. Diperkuat juga dengan hasil penyebaran angket peneliti terhadap 29 siswa di kelas VIII MTs Al Khoiriyah menggunakan *google form* dan secara tatap muka. Hasil yang diperoleh ialah enam siswa memiliki disiplin belajar yang rendah dan dua puluh tiga siswa

memiliki disiplin belajar yang tinggi.

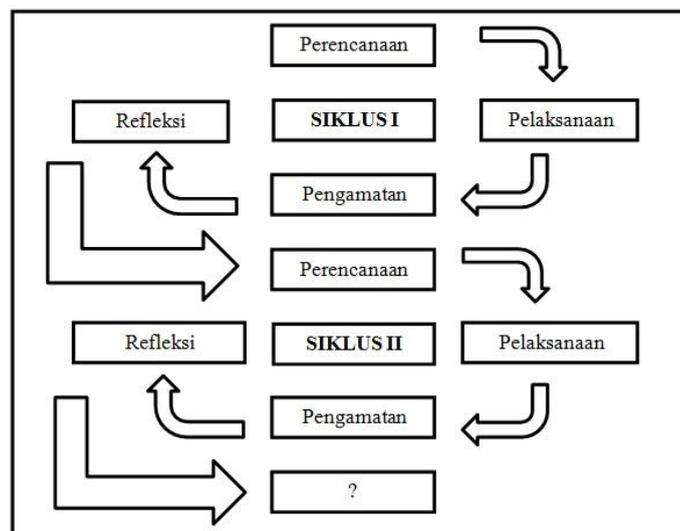
Melihat fenomena di lapangan, maka siswa-siswi yang memiliki ketidakdisiplinan memerlukan penanganan segera. Salah satu caranya adalah dengan Konseling kelompok dengan teknik *behaviour contract* yang dipandang dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Menurut (Magrur et al., 2020) Konseling kelompok merupakan suatu bentuk upaya konselor terhadap konseli dengan menggunakan dinamika kelompok untuk membantu siswa agar dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Menurut (Amalia et al., 2017) ada alasan yang sangat penting untuk memberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik perilaku *behavior contract*.

(Prasetya et al., 2021) mendeskripsikan teknik *behavior kontrak* adalah suatu teknik yang dilakukan atas dasar persetujuan dua orang atau lebih untuk mengubah perilaku tertentu pada seseorang. Penggunaan Teknik *Behavior Contract* untuk mengatasi disiplin belajar siswa di dukung dengan penelitian menurut (Fandini et al., 2018) yaitu hasilnya dapat dapat menumbuhkan karakter disiplin siswa kelas XI-IP2 di SMA PGR 2 Banjarmasin. Lalu penelitian lain dilakukan oleh Indah (2019) konseling kelompok teknik *behavioral contract* dapat mengatasi perilaku terlambat masuk ke sekolah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019.

Dari hasil uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di MTs Al Khoiriyah dengan judul "Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Dengan Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract Siswa Kelas VIII MTs Al Khoiriyah".

## METODE

Secara umum penelitin ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Dalam penelitian (PTBK) dilakukan dengan dua siklus untuk melihat dan memperbaiki disiplin belajar siswa dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik *behavior contract*. Siklus tersebut terdiri dari beberapa fase – fase yang dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Sumber : Arikunto (2013:17)

**Picture No. 1 Diagram Academic Self Efficacy**

Penelitian ini menggunakan 2 variabel seperti variabel bebas (X) yaitu konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*, dan variabel terikat (Y) yaitu disiplin belajar. Adapun penjelasan mengenai populasi, sampel, metode pengumpulan data, analisis data dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MTs Al Khoiriyah kelas VIII yang berjumlah 29 siswa:
2. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini seperti observasi, wawancara dan angket.
3. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat kualitatif. Hasil dari analisis tersebut kemudian disajikan dalam bentuk angka lalu dijelaskan dan diinterpretasikan dalam suatu uraian. Berikut teknik statistik yang digunakan yaitu Menghitung presentase tingkat rendahnya disiplin belajar siswa di MTs Al Khoiriyah dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{x}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Skor penilaian

x = Jumlah skor yang diperoleh

n = Jumlah skor maksimal

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pesantren Al Khoiriyah di Dusun Masjid Desa Kerpangan, Kecamatan Leces, Kabupaten Probolinggo, Jawa Timur, didirikan oleh KH Murjadi pada tahun 1901. Pada tahun 1980 pesantren itu mulai mendirikan pendidikan formal. Dimulai dari sekolah MI dan MTs, kala itu tonggak kepemimpinan sudah diasuh Kiai Saifullah. Mendirikan pendidikan formal itu bukan permintaan masyarakat, melainkan inisiatif dirinya atas permintaan Rais Aam PBNU KH Achmad Shiddiq. Dengan perkembangan jumlah santri (bukan santri) mencapai 1809 siswa dari berbagai pendidikan formal.

### Penyajian Hasil Penelitian Dan Analisis

#### 1. Pra Siklus

Dalam siklus I yang dilakukan dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Berikut penjabaran siklus I yang dilakukan dalam penelitian yaitu sebagai berikut :

##### a. Tahap perencanaan

Dalam tahap ini menyiapkan Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL), menetapkan 3 kali pertemuan, menentukan waktu dan tempat pelaksanaan konseling kelompok, menyiapkan pedoman observasi dan daftar hadir anggota kelompok

**Table No. 1 Jadwal Pelaksanaan Tindakan Siklus I**

No	Tanggal	Pertemuan I	Pertemuan II	Pertemuan III
1.	11 Februari 2022	√		
2.	18 Februari 2022		√	
3.	23 Februari 2022			√

Sumber : Data diolah

b. Tahap pelaksanaan

Dalam siklus I dilaksanakan pada tanggal 11 Februari – 23 Februari 2022 dengan jumlah pertemuan sebanyak 3 kali selama 3 minggu. Pertemuan I dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2022 pukul 09.00 – 10.00 dengan anggota kelompok sebanyak 6 orang dan peneliti sebagai pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok memberikan materi “Disiplin Belajar” dan dilanjutkan dengan masing-masing anggota kelompok menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi terkait disiplin belajar. Di tahap akhir pemimpin membahas kegiatan yang akan dilaksanakan di pertemuan berikutnya dan menyampaikan pesan dan harapan ditutup dengan berdo’a dan salam.

Selanjutnya dilanjutkan pertemuan ke II yang dilaksanakan pada tanggal 18 Februari pukul 09.00 – 10.00. Kegiatan awal yang dilakukan mengucapkan salam, berdo’a, bertanya kabar anggota kelompok dan dilanjutkan pemberian materi “Faktor-faktor Penyebab Tidak Disiplin Belajar” pada anggota. Permasalahan yang akan dibahas di pertemuan kedua yaitu ISW. Ia tidak memiliki semangat untuk sekolah sehingga tidak fokus saat di kelas. Dan menyebabkan kurangnya keaktifan di kelas. Malas untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru. Ia ingin merubah perilaku tersebut tetapi bingung bagaimana merubahnya.

Terakhir pada pertemuan ke III dilaksanakan tanggal 23 Februari 2022 pukul 09.00 – 10.00. Kegiatan awal yang dilakukan mengucapkan salam, berdo’a, bertanya kabar anggota kelompok dan dilanjutkan pemberian materi “Pentingnya Disiplin Belajar” pada anggota. Kemudian permasalahan yang akan dibahas di pertemuan ketiga yaitu LYP. Ia memiliki pacar baru namun pacarnya sering membuatnya sakit hati dan sering selingkuh dibelakang LYP. Hal itu membuat LYP tidak fokus di kelas dan malas untuk mengerjakan tugas-tugasnya karena galau memikirkannya pacarnya. Pemimpin kelompok memberikan ruang kepada anggota kelompok untuk memberikan saran dan tanggapannya terkait permasalahan yang sedang dihadapi LYP. Setelah itu pemimpin kelompok memberikan angket untuk melihat bagaimana hasil dari siklus I.

c. Tahap Observasi (Pengamatan Tindakan)

**Table No. 2 Hasil Obervasi pada Siklus I**

No	Tahapan	Hasil Pengamatan
1.	Pertemuan I	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok bersedia mengikuti proses konseling</li> <li>2. Anggota kelompok mulai mengerti maksud dan tujuandari konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok masih malu-malu, dan canggung untuk mengungkapkan pendapatnya.</li> </ol>
2.	Pertemuan II	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mulai terlibat dalam proses konseling kelompok</li> <li>2. Anggota mulai sedikit terbuka untuk bercerta</li> <li>3. Anggota sangat tertib dan tidak membuat kegaduhan</li> <li>4. Anggota mulai memberikan aktif dalam memberikansaran dan tanggapannya</li> <li>5. Anggota mulai rileks dan tidak canggung</li> </ol>
3	Pertemuan III	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mulai terlibat dalam proses konseling kelompok</li> <li>2. Anggota mulai terbuka dalam menceritakan permasalahannya.</li> <li>3. Anggota mulai nyaman dan aktif memberikan saran dan tanggapannya.</li> <li>4. Anggota kelompok mengerjakan angket dengan mandiri</li> <li>5. Anggota kelompok memperhatikan ketika menjelaskan tentang kontrak perilaku</li> <li>6. Anggota kelompok mengisi kontrak perilaku dengan baik dan benar</li> </ol>

Sumber : Data diolah

#### d. Refleksi

Setelah selesai melakukan proses konseling kelompok. data yang diperoleh kemudian diolah dan dianalisis berdasarkan masalah yang timbul pada siklus I. Hasilnya menjelaskan bahwa diawal siswa terlihat malu – malu, canggung, kaku dan kurang terbuka. Peneliti membangun hubungan baik kepada anggota untuk menghilangkan rasa tersebut dari siswa. Setelah seringnya bertemu dan membangun keterlibatan antara peneliti dan siswa, akhirnya siswa mulai terbuka dan aktif terlibat mengikuti konseling. Dan kegiatan konseling bisa disimpulkan berjalan dengan lancar karena Siswa selalu hadir di setiap pertemuan. Akan tetapi peneliti masih kurang puas dengan hasilnya di pertemuan ketiga dikarenakan siswa tidak mencapai target keberhasilan.

Selanjutnya menjelaskan hasil pada siklus ke II yang dilakukan dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Berikut penjabaran siklus II yang dilakukan dalam

penelitian yaitu sebagai berikut :

a. Tahap perencanaan

Dalam tahap ini menyiapkan Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL), menetapkan 3 kali pertemuan, menentukan waktu dan tempat pelaksanaan konseling kelompok, menyiapkan pedoman observasi dan daftar hadir anggota kelompok

**Table No. 3 Jadwal Pelaksanaan Tindakan Siklus II**

No	Tanggal	Pertemuan I	Pertemuan II	Pertemuan III
1.	02 Maret 2022	√		
2.	09 Maret 2022		√	
3.	16 Maret 2022			√

Sumber : Data diolah

b. Tahap pelaksanaan

Dalam siklus II dilaksanakan pada tanggal 02 Maret – 16 Maret 2022 dengan jumlah pertemuan sebanyak 3 kali selama 3 minggu. Pertemuan IV dilaksanakan pada tanggal 02 Maret 2022 pukul 09.00 – 10.00. Peneliti memberikan materi tentang "Cara Menjalankan Sikap Disiplin Belajar". Kemudian permasalahan yang akan dibahas di pertemuan keempat yaitu SM. Ia malas memiliki permasalahan yaitu terpengaruh dengan temannya yang tidak sekolah dilingkungan rumahnya. Teman temannya di rumah selalu mempengaruhi SM untuk tidak perlu melanjutkan sekolahnya, lebih baik jalan jalan saja karena sekolah itu tidak penting. Kemudian pemimpin kelompok memberikan ruang kepada anggota kelompok untuk memberikan saran dan tanggapannya terkait permasalahannya. Setelah pemberian saran, tanggapan SM adalah akan mencoba tidak terpengaruh dengan teman-temannya dengan menjauhi teman temannya yang ada di lingkungan rumahnya.

Selanjutnya dilanjutkan pertemuan ke V yang dilaksanakan pada tanggal 09 Maret pukul 09.00 – 10.00. pertemuan tersebut diawali dengan peneliti memutar video tentang "Sukses Tidak Datang Pada Orang Yang Malas". Kemudian permasalahan yang akan dibahas di pertemuan kelima yaitu SA. Ia memiliki permasalahan sering begadang tiap malam hari. Dikarenakan sulit untuk tidur di malam hari dan kecanduan bermain game online. Kemudian pemimpin kelompok memberikan ruang kepada anggota kelompok untuk memberikan saran dan tanggapannya terkait permasalahan tersebut. Setelah pemberian saran SA akan berusaha untuk merubah kebiasaannya itu untuk mencoba perlahan-lahan untuk tidur tepat waktu dan mengerjakan tugasnya dengan baik

Terakhir pada pertemuan ke VI dilaksanakan tanggal 16 Maret 2022 pukul 09.00 – 10.00. Peneliti memberikan materi tentang "Tips Tips Meningkatkan Disiplin Belajar. Kemudian permasalahan yang akan dibahas di pertemuan kelima yaitu ZS. Ia memiliki permasalahan malas belajar karena tidak memiliki semangat untuk belajar dan akhirnya mengabaikan tugas tugasnya di sekolah. Kemudian pemimpin kelompok memberikan ruang kepada anggota kelompok untuk memberikan saran dan tanggapannya terkait permasalahan tersebut. Setelah permasalahan sudah selesai pemimpin kelompok memberikan angket untuk melihat bagaimana hasil dari siklus II.

Lalu pemimpin memberikan kontrak perilaku, kemudian memberikan waktu kepada anggota untuk mengisi kontrak.

c. Tahap Observasi (Pengamatan Tindakan)

**Table No. 4 Hasil Obervasi pada Siklus II**

No	Tahapan	Hasil Pengamatan
1.	Pertemuan IV	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok bersedia mengikuti proses konseling</li> <li>2. Anggota kelompok selalu hadir di setiap pertemuan</li> <li>3. Anggota mulai merespon setiap permasalahan yang dibicarakan dengan memberikan saran dan tanggapannya.</li> <li>4. Anggota kelompok tertib dan tidak ada yang membuat gaduh, usil saat proses konseling</li> <li>5. Anggota kelompok mulai nyaman dan rileks</li> </ol>
2.	Pertemuan V	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mulai terlibat dalam proses konseling kelompok</li> <li>2. Anggota kelompok sangat terbuka dalam menceritakan permasalahannya.</li> <li>3. Anggota kelompok memperhatikan ketika teman- temannya menceritakan permasalahannya.</li> <li>4. Anggota kelompok tertib dan tidak ada yang membuat gaduh, usil saat proses konseling</li> <li>5. Anggota kelompok mulai nyaman dan rileks</li> </ol>
3	Pertemuan VI	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mulai terlibat dalam proses konseling kelompok</li> <li>2. Anggota kelompok selalu hadir di setiap pertemuan</li> <li>3. Anggota kelompok sangat terbuka dalam menceritakan permasalahannya.</li> <li>4. Anggota kelompok tertib dan tidak ada yang membuat gaduh, usil saat proses konseling</li> <li>5. Anggota kelompok mulai nyaman dan rileks</li> </ol>

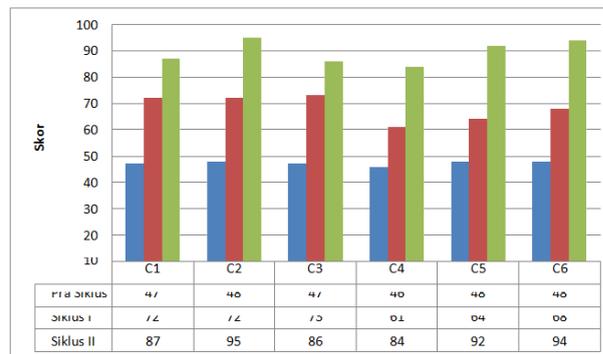
Sumber : Data diolah

d. Tahap Observasi (Pengamatan Tindakan)

Setelah selesai melakukan proses konseling kelompok. data yang diperoleh kemudian diolah dan dianalisis berdasarkan masalah yang timbul pada siklus II. Hasilnya menjelaskan bahwa Anggota kelompok mampu mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan baik dan tertib dan Terlihat siswa masih mengingat kegiatan konseling yang telah dilakukan pada siklus I. Dan Konseling yang telah dilakukan dalam 2 siklus dapat merubah perilaku siswa yang tidak disiplin belajar menjadi disiplin belajar secara perlahan-lahan

## Analisis Data

Berikut data dari analisis angket yang kemudian disandingkan dengan indikator keberhasilan yang sudah ditetapkan.



Sumber : Data diolah

**Picture No. 1 Grafik penyajian hasil siklus**

Pada analisis hasil yang dilakukan pada siklus I dikategorikan pada keadaan sedang. Dan pada siklus II pada kategori tinggi. Sehingga disimpulkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VIII MTs Al Khoiriyah

## Pembahasan

Ketika peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa kelas VIII MTs Al Khoiriyah mereka mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi disiplin belajar mereka tidak hanya di lingkungan sekolah namun di lingkungan rumah dan lingkungan luar sekolah. Dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan. Di setiap pertemuan peneliti memberikan materi dan video tentang disiplin belajar. Dan di pertemuan terakhir di siklus I dan siklus II peneliti memberikan angket dan kontrak perilaku. Dimana kontrak perilaku bertujuan untuk merubah perilaku tidak disiplin belajar siswa menjadi disiplin belajar. Tujuan dari angket untuk mengevaluasi bagaimana perkembangan siswa di setiap pertemuan setelah dilakukan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) dengan 2 siklus, masing masing siklus terdiri dari 3 pertemuan. Kegiatan yang dilakukan dalam setiap pertemuan ada 4 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Pada siklus I pertemuan pertama sampai pertemuan ketiga dilaksanakan mulai tanggal 11 Februari-23 Februari 2022. Pada siklus II pertemuan pertama sampai pertemuan ketiga dilaksanakan mulai tanggal 02 Maret-16 Maret 2022. Hasil analisis data dengan teknik yang dilakukan pada penelitian ini dapat diketahui bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VIII terlaksana dengan baik. Dengan perolehan skor dari pra siklus antara lain skor terendah 46 dengan presentase 46% dan skor tertinggi yaitu 48 dengan presentase 48%. Kemudian di siklus I adanya peningkatan dengan skor tertinggi 73 presentase 73%. Dan di siklus II skor tertinggi mencapai 95 dengan presentase 95%.

Dalam pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* yang dilaksanakan selama 6 pertemuan, dimana pada awal pertemuan siswa masih terlihat malu-malu dalam mengungkapkan pendapatnya. Pada setiap pertemuan yang dilakukan peneliti memberikan materi tentang bagaimana cara menjadi disiplin belajar kemudian dilanjutkan dengan diskusi mengenai permasalahan yang dihadapi tiap siswa dan penyelesaiannya. Dari hasil tersebut beberapa siswa masih belum bisa menceritakan permasalahannya secara keseluruhan. Dan malu-malu dalam menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi. Tetapi peneliti selalu membangun dinamika yang baik dan nyaman agar siswa lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan yang terjadi. Namun pemahaman materi yang disampaikan peneliti mampu di pahami dan di terapkan dengan baik oleh siswa sehingga mengalami peningkatan. Dilihat dari penguasaan materi dan penerapan *behavior contract* sudah terlihat adanya peningkatan dari siswa.

Beberapa kendala yang dialami peneliti ketika pelaksanaan layanan konseling kelompok yaitu sulitnya mencari materi yang akan disampaikan setiap pertemuan yang mampu siswa pahami. Kemudian sulitnya dalam menghidupkan dinamika kelompok dikarenakan siswa masih malu-malu dan juga kurang aktif menyampaikan pendapat. Kurangnya keterbukaan dalam menceritakan permasalahan yang dialami siswa karena malu. Intensitas pertemuan dengan siswa hanya saat pemberian layanan saja, sehingga peneliti kurang memantau perkembangan disiplin belajar siswa di luar penelitian. Akan tetapi dari hasil yang sudah dijelaskan menunjukkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dapat meningkat

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian di MTs Al Khoiriyah maka kesimpulan yang dapat diambil bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Pada siklus I menunjukkan ada peningkatan perencanaan karir dalam kategori sedang yaitu hingga 73%. Pada siklus II menunjukkan hasil kategori tinggi yaitu mencapai 95%. Adanya perubahan disiplin belajar siswa setelah adanya layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dibanding sebelum mendapatkan layanan konseling kelompok teknik *behavior contract*.

layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* berhasil untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VIII MTs Al Khoiriyah.

Kendala yang ditemukan pada penelitian di sekolah MTs Al Khoiriyah yaitu belum adanya penerapan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *behavior contract* sehingga perlu daya ekstra untuk memperkenalkan teori tersebut kepada sekolah, guru dan siswa di MTs Al Khoiriyah. Peneliti juga merekomendasikan untuk peneliti selanjutnya agar mengembangkan penerapan teknik *behavior contract* ini untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa, serta merekomendasikan untuk guru dan siswa MTs Al Khoiriyah agar lebih menerapkan teknik tersebut untuk menunjang pengoptimalan pembelajaran di sekolah.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Saya mungkin ingin berterima kasih kepada Dosen pembimbing saya yang telah

mengarahkan penelitian saya ini sehingga dapat menciptakan karya yang berjudul "Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Dengan Konseling Kelompok Teknik *Behavior Contract* Siswa Kelas VIII MTs Al Khoiriyah Probolinggo". Serta banyak mengucapkan rasa terimakasih kepada Kampus Universitas Islam Jember yang telah memfasilitasi pendidikan dan penelitian saya selama saya melakukan studi.

Untuk Mts Al Khoiriyah Probolinggo, saya juga mengucapkan terimakasih karena sudah diberikan ijin untuk melakukan penelitian dan mempermudah skripsi saya. Dan juga sangat berterimakasih kepada keluarga terutama orang tua, yang sudah memberikan semangat dan doa restu nya kepada saya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aji. (2017). Pengaruh Disiplin Belajar Dan Rasa Ingin Tahu Terhadap Prestasi Belajar Ipa Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus 5 Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Yogyakarta.
- Anisa. (2020). Pengaruh konseling kelompok dengan teknik self control terhadap peningkatan manajemen waktu.
- Arniansyah. (2019). Implementasi Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Teknik Kendaraan Ringan (TKR) Di SMKN 5 Bandar Lampung 6.
- Daulae. (2020). Upaya Keluarga dalam Pembinaan Disiplin Belajar di Era Milenial.
- Fandini, S. 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.
- Fauziyah, N. V. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Individu dengan Teknik Behavior Contract Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa : Literature Review . *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*.
- Guntara, S. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII 8 SMP Negeri 8 Kota Bengkulu.
- Handoko. (2020). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Dengan Pendekatan Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract di SMP PGRI 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020.
- Indah. (2019). Implementasi Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Masuk Ke Sekolah Bagi Peserta Didik Kelas VIII Smp Negeri 6 Bandar Lampung.
- Komalasari, d. (2018). Teori dan Teknik Konseling, PT Indeks. Jakarta.
- Lailiyah. (2021). Pengaruh Perhatian Orang Tua Terhadap Kedisiplinan Belajar Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 2 Bojongsari Kabupaten Purbalingga.
- Lestari. (2021). Strategi Guru Kelas Dalam Menanamkan Karakter Disiplin Siswa Kelas III.
- Magrur, S. d. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan Dan Konseling*.
- Marisa, Y. d. (2020). Konseling Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos

- Sekolah Di Tingkat Menengah Kejuruan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*.
- Mulyawati, S. d. (2019). . Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Hasil Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial. Pedagonal. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*.
- Muslih, W. d. (2017). Konseling Behavioral menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dengan Students' Logbook untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*.
- Pengky. (2019). Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Persepsi Terhadap Pola Asuh Autoritatif Dengan Disiplin Belajar Pada Siswa. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Prasetya. (2021). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Kontrak Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Porong.
- Purbiyanto. (2018). Sejarah Artikel: Diterima Februari.
- Reswastiyo, R. d. (2019). Pengaruh Teknik Behavior Contract Terhadap Disiplin Belajar Siswa Kelas VIII SMP N 6 Tarakan Tahun Pelajaran 2018/2019.
- Ruswan. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Dan Punishment Untuk Mengurangi Perilaku Kecanduan Smartphone Pada Peserta Didik Kelas XI Di SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.
- Sangidun, F. d. (2019). Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII A Mts Al-Ma'arif Wuluhan. *Jurnal Consulenza*.
- Sianturi. (2020). Pengaruh Disiplin Belajar Dan Lingkungan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Ekonomi Kelas X Ips Di Sma Swasta Gkpi Padang Bulan T.A 2020.
- Sulistiyowati. (2019). Pengaruh Disiplin Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar Kelas VI B Min 3 Mojokerto.
- Yannanda, C. (2021). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Terhadap Perilaku Membolos Peserta Didik MTs Al Muttaqin.
- Yeti. (2019). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self- Management untuk Mereduksi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas X Di Smk Trisakti Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019.