

**KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *BEHAVIORAL CONTRACT*  
PADA SISWA DENGAN MASALAH KEDISIPLINAN DI SMA  
MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

**Disusun Oleh:**

**Umar Faqih**

**NIM. 19102020056**

**Pembimbing:**

**Slamet, S.Ag.,M.Si**

**NIP. 196912141998031002**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2025**



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-1307/Un.02/DD/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK BEHAVIORAL CONTRACT PADA  
SISWA DENGAN MASALAH KEDISIPLINAN DI SMA MUHAMMADIYAH 7  
YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : UMAR FAQIH  
Nomor Induk Mahasiswa : 19102020056  
Telah diujikan pada : Senin, 21 Juli 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



Ketua Sidang  
Slamet, S.Ag, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 68abegbf9f9d



Penguji I  
Nailul Falah, S.Ag, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 68abd48656fde



Penguji II  
Zaen Musyirifin, M.Pd.I.  
SIGNED

Valid ID: 68a8206ebb9f6



Yogyakarta, 21 Juli 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 68abed6cb99f



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*


Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Umar Faqih  
NIM 19102020056

Judul Skripsi : Konseling Individu Dengan Teknik Behavioral Contract Pada Siswan Dengan Masalah Kedisiplinan Di Sma Muhammadiyah 7 Yogyakarta Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Mengetahui:  
Ketua Prodi BKI

  
**Zaen Musyrifin, S.Sos.I, M.pd.I**  
NIP. 19900428 202321 1 029

Yogyakarta, 21 Juli 2025  
Pembimbing Skripsi

  
**Slamet, S.Ag., M.Si.**  
NIP. 196912141998031002

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Umar Faqih  
NIM : 19102020055  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: **Konseling Individu Dengan Teknik Behavioral Contract Dengan Masalah Kedisiplinan Siswa Di Sma Muhammadiyah 7 Yogyakarta** adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Yogyakarta, 21 Juli 2025

Yang menyatakan,



Umar Faqih

NIM 19102020056

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada

Bapak Sumarno dan Ibu Slamet

Yang telah memberikan dukungan luar biasa dan doa yang tiada hentinya  
kepada penulis sehingga bisa menyelesaikan penelitian ini.





## MOTTO

*“Barang siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan memberi jalan  
keluar.”<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup> Al-Qur'an, 65:2, (Jakarta: Departemen Agama Republik Indonesia, n.d.).

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract* pada Siswa dengan Masalah Kedisiplinan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”.

Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, yang selalu menjadi suri teladan bagi seluruh umat manusia sepanjang masa.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zain Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Ketua Prodi Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Bapak Slamet, S.Ag.,M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu, arahan, masukan serta kritik dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Zain Musyrihin, S.Sos.I., M.Pd.I. dan Bapak Nailul Falah, S.Ag, M.Pd.I. selaku validator instrumen penelitian skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan semangat, berbagi informasi, dan menemani dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis berharap semoga segala bantuan, bimbingan, dan dukungan yang telah diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Yogyakarta, 22 Juli 2025

Penulis,



**Umar Faqih**

**NIM. 19102020056**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## ABSTRAK

Umar Faqih, 19102020056, Konseling Individu Dengan Teknik *Behavioral Contract* Pada Siswa Dengan Masalah Kedisiplinan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta: Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya permasalahan keterlambatan siswa di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yang berdampak pada kedisiplinan serta proses belajar mengajar. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tahap-tahap layanan konseling individu dengan teknik *behavioral contract* dalam mengatasi keterlambatan siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (field research). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur, observasi non-partisipan, dan dokumentasi yang melibatkan guru BK, wali kelas, orang tua, serta tiga siswa yang menjadi subjek penelitian. Analisis data dilakukan secara deskriptif melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor penyebab keterlambatan siswa terdiri dari faktor internal maupun eksternal. Siswa A mengalami keterlambatan karena kebiasaan begadang, Siswa B memiliki pola pikir permisif terhadap disiplin, sedangkan Siswa C terkendala transportasi umum. Tahap-tahap dalam konseling individu dengan teknik *behavioral contract* untuk mengatasi keterlambatan siswa terbagi menjadi tiga, yaitu Tahap Awal (asesmen dan penggalan masalah), Tahap Tengah (penyusunan serta pelaksanaan kontrak perilaku), dan Tahap Akhir (evaluasi, terminasi, dan pemberian umpan balik positif).

**Kata Kunci:** Konseling Individu, *Behavioral Contract*, Kedisiplinan Siswa, Keterlambatan

## **ABSTRACT**

**Umar Faqih, 19102020056, Individual Counseling Using Behavioral Contract Techniques for Students with Discipline Problems at SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta: Islamic Counseling Study Program, Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta, 2025.**

**This study was motivated by the issue of student tardiness at Muhammadiyah 7 High School in Yogyakarta, which has impacted discipline and the teaching-learning process. Based on this background, the study aims to analyze the stages of individual counseling services using behavioral contract techniques in addressing student tardiness. This study employs a qualitative approach with a field research design. Data collection techniques include structured interviews, non-participant observation, and documentation involving guidance counselors, class advisors, parents, and three students who are the research subjects. Data analysis is conducted descriptively through data reduction, data presentation, and conclusion drawing.**

**The results of this study indicate that the factors causing student tardiness consist of both internal and external factors. Student A was tardy due to a habit of staying up late, Student B had a permissive mindset toward discipline, while Student C was constrained by public transportation. The stages in individual counseling using the behavioral contract technique to address student tardiness are divided into three phases: the Initial Stage (assessment and problem identification), the Middle Stage (development and implementation of the behavioral contract), and the Final Stage (evaluation, termination, and provision of positive feedback).**

**Keywords: Individual Counseling, Behavioral Contract, Student Discipline, Tardiness**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang.....	5
C. Rumusan Masalah.....	11
D. Tujuan Penelitian .....	12
E. Manfaat Penelitian .....	12

F. Kajian Pustaka .....	13
G. Kerangka Teori .....	20
H. Metode Penelitian .....	42
BAB II GAMBARAN UMUM LAYANAN KONSELING DI SMA	
MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA .....	54
A. Profil SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta .....	54
B. Gambaran Kedisiplinan Siswa di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta .....	68
C. Profil 3 Siswa Bermasalah Kedisiplinan .....	73
BAB III TAHAP-TAHAP LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN	
TEKNIK <i>BEHAVIORAL CONTRACT</i> DENGAN MASALAH KEDISIPLINAN	
DI SMA MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA .....	78
A. Tahap Awal .....	80
B. Tahap Tengah .....	84
C. Tahap Akhir .....	93
BAB IV PENUTUP .....	100
A. Kesimpulan .....	100
B. Saran .....	101
DAFTAR PUSTAKA .....	102
LAMPIRAN .....	105

## DAFTAR TABEL

Table 1. Daftar Guru BK SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta .....	57
Table 2. Sarana dan Prasarana BK SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta .....	58
Table 3. Pelanggaran Kedisiplinan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.....	70



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Koordinasi dengan Guru BK.....	109
Gambar 2. Wawancara dengan Siswa A.....	109
Gambar 3. Wawancara dengan Siswa B .....	110
Gambar 4. Wawancara dengan Siswa C.....	110
Gambar 5. Proses Konseling dengan Guru BK.....	111
Gambar 6. Tahapan Akhir Konseling (Peneliti, Guru BK, dan Siswa).....	111





## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Penegasan Judul

Penegasan terhadap istilah-istilah utama yang digunakan dalam judul “Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract* pada Siswa dengan Masalah Kedisiplinan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”, sebagai berikut:

##### 1. Konseling Individu Dengan Teknik *Behavioral Contract*

Konseling individu, menurut Prayitno, merupakan proses bantuan profesional melalui wawancara tatap muka antara konselor dan klien untuk membantu individu memahami diri, mengatasi masalah, mengembangkan potensi, dan mengambil keputusan secara tepat, dengan suasana yang pribadi, mendalam, serta didasari kepercayaan, empati, dan keterbukaan.<sup>2</sup> Konseling individu dalam penelitian ini digunakan oleh konselor (BK) untuk menangani permasalahan kedisiplinan siswa, dengan tujuan membantu mereka menyadari akar perilaku, mengeksplorasi perasaan dan pikiran yang terkait, serta menemukan cara yang efektif untuk mengubah perilaku menjadi lebih positif, sehingga dapat menumbuhkan sikap disiplin, tanggung jawab, dan kepatuhan terhadap aturan sekolah.

Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam konseling individu adalah teknik *behavioral contract*, yaitu kesepakatan antara konselor dan konseli (siswa) yang bertujuan menghilangkan perilaku maladaptif

---

<sup>2</sup> Prayitno. dan Erman. Anti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Cet. ke-3 (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013).hlm. 78.

sekaligus membentuk perilaku adaptif yang baru. Metode ini menjadi bentuk intervensi di lingkungan sekolah untuk mengubah perilaku siswa sekaligus memantaunya melalui kesepakatan sederhana yang dapat dibuat secara lisan maupun tertulis, dengan ketentuan yang jelas dan terbuka. Agar tidak terjadi kesalahpahaman, kontrak perlu dirumuskan secara rinci, mencakup perilaku yang diharapkan, tanggal pelaksanaan sebagai motivasi perubahan, serta penghargaan jika target tercapai dan sanksi jika tidak terpenuhi.<sup>3</sup>

Konseling individu dengan teknik *behavioral contract* adalah layanan konseling yang mengintegrasikan pendekatan tatap muka antara konselor dan siswa dengan penerapan kontrak perilaku yang berisi tujuan, batas waktu, serta konsekuensi tertentu. Melalui teknik ini, proses konseling tidak hanya berfokus pada pemberian pemahaman dan motivasi secara verbal, tetapi juga diperkuat dengan adanya kesepakatan konkret yang mengikat siswa untuk melakukan perubahan. Dengan demikian, komitmen siswa terhadap perbaikan perilaku menjadi lebih jelas, terukur, dan mudah dievaluasi secara berkelanjutan.

## 2. Kedisiplinan

Kedisiplinan merupakan proses pembelajaran pengendalian diri, di mana individu diajarkan untuk memahami aturan dan membiasakan diri menaati ketentuan yang berlaku. Disiplin tidak hanya berarti kepatuhan

---

<sup>3</sup> Caitlyn E Majeika, Sarah Wilkinson, dan Skip Kumm, "Supporting Student Behavior Through Behavioral Contracting," *TEACHING Exceptional Children* 53, no. 2 (2020), hlm. 132–39.

terhadap aturan, tetapi juga mencerminkan internalisasi nilai tanggung jawab dalam diri individu. Melalui kedisiplinan, seseorang dilatih untuk mengendalikan diri, menghargai waktu, serta bertindak sesuai norma dan harapan sosial di berbagai lingkungan, baik keluarga, masyarakat, maupun pendidikan.<sup>4</sup>

Fokus penelitian ini adalah permasalahan kedisiplinan yang berkaitan dengan keterlambatan siswa dalam mengikuti kegiatan sekolah, yang dalam konteks ini dipahami sebagai bentuk perilaku yang mengindikasikan lemahnya kontrol diri serta rendahnya kesadaran akan tanggung jawab terhadap waktu dan aturan yang berlaku. Keterlambatan bukan sekadar pelanggaran teknis terhadap jadwal, tetapi juga mencerminkan kurangnya internalisasi nilai disiplin yang seharusnya menjadi bagian dari sikap dan kebiasaan siswa. Oleh karena itu, upaya pembinaan kedisiplinan diarahkan pada penerapan strategi yang tidak hanya berorientasi pada pengurangan frekuensi keterlambatan, tetapi juga menumbuhkan kesadaran, komitmen, dan kebiasaan positif melalui pendekatan yang konsisten, terarah, serta mendorong perubahan perilaku secara berkelanjutan.

### 3. SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta

Berlokasi di Kapanewon Wirobrajan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.. Berdasarkan data terakhir, jumlah peserta didik di

---

<sup>4</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga, Edisi 5 (Jakarta: Erlangga, 2012). hlm. 82.

sekolah ini mencapai sekitar 200 siswa. Sekolah yang mengembangkan keunggulan karakter dan prestasi melalui bidang akademik, olahraga, kewirausahaan, serta memadukannya dengan nilai keagamaan dan kepesantrenan. Sekolah ini menerapkan program IPA dan IPS, dilengkapi kegiatan ekstrakurikuler beragam, mulai dari olahraga, seni, hingga kegiatan keagamaan dan kepemimpinan. Fasilitas sekolah meliputi ruang aula, gedung multiguna, laboratorium, asrama, koperasi, fasilitas olahraga, serta layanan kesehatan. Dengan visi menjadi sekolah berkemajuan dan berprestasi dalam IMTAQ, IPTEK, olahraga, berwawasan lingkungan, dan kewirausahaan, sekolah ini berkomitmen membentuk siswa yang berakhlak mulia, disiplin, dan berprestasi.<sup>5</sup>

Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar, sekolah ini aktif mengembangkan layanan bimbingan dan konseling sebagai bagian dari upaya pembinaan karakter siswa. Dukungan pihak sekolah terhadap program pengembangan perilaku positif menjadi alasan penting dipilihnya sekolah ini sebagai lokasi penelitian terkait konseling individu dengan teknik *behavioral contract* untuk menangani masalah kedisiplinan siswa, khususnya keterlambatan hadir ke sekolah.

Dari penegasan istilah-istilah di atas, maka yang dimaksud penulis dalam judul “Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract* pada Siswa dengan Masalah Kedisiplinan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta” yaitu

---

<sup>5</sup> “Profil | SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta,” diakses 1 Agustus 2025, <https://www.smamuh7yogya.sch.id/read/2/profil>.

suatu bentuk layanan konseling yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa mengubah perilaku kurang disiplin berupa kebiasaan datang terlambat ke sekolah. Pelaksanaan *behavioral contract* ini diwujudkan melalui kesepakatan tertulis antara konselor dengan siswa yang memuat aturan, konsekuensi, serta bentuk penguatan positif yang disepakati bersama. Proses ini diamati secara langsung sehingga dapat diketahui bagaimana tahapan penerapan *behavioral contract* berjalan, mulai dari penyusunan kesepakatan hingga tindak lanjut yang diberikan.

## **B. Latar Belakang**

Sistem pendidikan adalah suatu struktur kompleks yang terdiri dari berbagai komponen yang memiliki peran unik dalam mencapai tujuan pendidikan. Setiap komponen harus saling mendukung satu sama lain untuk menciptakan sistem yang seimbang dan efektif. Tujuan utama pendidikan adalah untuk mengembangkan kemampuan peserta didik sehingga mereka menjadi individu yang terdidik, terampil, mandiri, dan bertanggung jawab. Hal ini dapat dicapai melalui kerja sama antara para praktisi pendidikan, termasuk manajemen pendidikan, pengajar, dan konselor. Khususnya, peran guru sebagai pembimbing sangat penting dalam memberikan layanan konseling kepada siswa. Pelayanan konseling yang baik diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan potensi siswa, terutama di lingkungan sekolah.

Salah satu aspek penting dalam sistem pendidikan di sekolah adalah pemberian layanan bimbingan konseling. Bimbingan konseling mencakup sejumlah program yang ditujukan untuk membantu peserta didik dalam

meningkatkan perkembangan mereka. Proses bimbingan konseling melibatkan bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing (konselor) kepada individu atau kelompok yang sedang menjalani konseling. Hal ini sangat sesuai dengan konsep pendidikan secara keseluruhan.<sup>6</sup> Dalam konteks praktik di Indonesia, bimbingan konseling menjadi semakin penting bagi siswa-siswi karena dampak dari arus globalisasi yang semakin terasa. Globalisasi membawa dengan dirinya arus informasi yang meluas, mempengaruhi semangat individu, anak-anak, remaja, pemuda, dan masyarakat umum yang menjadi peserta didik di sekolah. Mereka dihadapkan pada berbagai tantangan dan ketidakpastian, menyebabkan munculnya berbagai harapan dan keinginan yang belum terpenuhi.<sup>7</sup>

Setiap murid memerlukan kepatuhan, karena dengan memiliki kedisiplinan, mereka dapat menghindari perilaku yang tidak pantas. Melalui disiplin, murid dapat belajar untuk memahami dan menyesuaikan diri dengan norma-norma lingkungannya, serta menemukan keseimbangan antara keinginan individu. Disiplin juga membantu mencegah murid dari melakukan pelanggaran aturan sekolah dan mendorong mereka untuk melakukan hal-hal yang baik dan tepat.<sup>8</sup> Sekolah memiliki peran penting dalam membentuk karakter murid, sebagaimana diatur dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003, yang menetapkan tujuan pendidikan sekolah untuk mengembangkan kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan

---

<sup>6</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2002). hlm. 11-12.

<sup>7</sup> Prayitno. dan Anti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, hlm.99-100.

<sup>8</sup> Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, teori, dan Aplikasinya* (Bandung: Alfabeta, 2016). hlm. 116.



keterampilan yang diperlukan untuk kepentingan individu, masyarakat, bangsa, dan negara.<sup>9</sup>

Setelah melakukan serangkaian wawancara dengan para guru bimbingan dan konseling serta mengamati langsung situasi di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, peneliti menemukan bahwa ada kecenderungan banyak siswa yang memiliki tingkat kedisiplinan yang rendah. Hal ini menyebabkan mereka sering kali melakukan pelanggaran terhadap tata tertib sekolah yang pada akhirnya mengarah pada perilaku tidak teratur. Ragam pelanggaran kedisiplinan ini dapat bervariasi, mulai dari yang dianggap ringan hingga yang memiliki dampak serius. Di dalam buku catatan pelanggaran siswa, tertera beragam tindakan tidak teratur yang pernah dilakukan, seperti bolos tanpa alasan yang jelas, sering terlambat datang ke sekolah, melanggar ketentuan terkait seragam sekolah, ketidakhadiran atribut seragam yang lengkap, serta perilaku yang mengganggu ketika proses pembelajaran berlangsung, bahkan hingga tingkat yang cukup serius, seperti meninggalkan kelas tanpa izin atau alasan yang sah. Semua tindakan ini tidak hanya mengganggu proses pembelajaran bagi diri mereka sendiri, tetapi juga bagi rekan-rekan sekelasnya serta merugikan keseluruhan lingkungan belajar, dari sekian banyak pelanggaran yang pernah dilakukan terdapat satu pelanggaran yang paling sering terjadi yaitu masalah keterlambatan. Oleh karena itu diperlukan tahap-tahap yang tepat dan efektif untuk membantu meningkatkan

---

<sup>9</sup> Fani Julia Fiana, Daharnis, Mursyid Ridha. "Disiplin Siswa di Sekolah dan Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling", *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol 2. No. 23, hlm. 27.

kedisiplinan siswa khususnya masalah pelanggaran guna menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan produktif bagi semua pihak yang terlibat dalam proses pendidikan.<sup>10</sup>

Pendekatan *Behavioral contract* dipilih karena fokusnya pada penguatan, hukuman, dan penghargaan, dibandingkan dengan metode lainnya. Konseli diberi peringatan atas kesalahannya, diberitahu bahwa perilaku yang dilakukan tidak sesuai, dan kemudian didorong untuk menyelesaikan masalah tersebut. Secara praktis, konselor bekerja sama dengan konseli untuk membuat kesepakatan yang dapat membantu mereka menyesuaikan diri dengan lebih baik. Jika konseli tidak mampu mematuhi kesepakatan tersebut, hukuman akan diberikan. Namun, jika mereka berhasil memenuhi kesepakatan, mereka akan mendapatkan penghargaan, yang kemudian akan diteruskan dengan penguatan untuk membantu mereka mempertahankan perilaku yang diinginkan. Teori perubahan perilaku menekankan perubahan perilaku sebagai hasil dari interaksi antara rangsangan dan respons, yang diimplementasikan dalam pendekatan kontrak perilaku. Dengan menggabungkan teknik kontrak dengan model konseling perilaku, diharapkan konseli dapat mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang diinginkan.<sup>11</sup>

Selain itu, sebuah penelitian menunjukkan bahwa konseling perilaku memiliki fokus pada perilaku yang dapat diamati, bahwa perilaku manusia dapat dipelajari, dan bahwa perilaku yang tidak diinginkan dapat diubah

---

<sup>10</sup> Wawancara dengan Ibu Suhartini Guru BK SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, pada 17 Maret 2025

<sup>11</sup> Karsih Komalasari, G., Wahyuni, E., *Teori dan Teknik Konseling*, Cet. ke-5 (Jakarta: Indeks, 2010), hlm.72-73.

(dihapus atau digantikan dengan perilaku yang lebih dapat diterima). Lebih lanjut, penelitian tersebut menyarankan bahwa dengan pengetahuan tentang semua faktor lingkungan yang relevan, sangat mungkin untuk memprediksi dan mengendalikan perilaku.<sup>12</sup> Oleh karena itu, berdasarkan temuan dari beberapa studi yang telah disebutkan, menggunakan teknik kontrak perilaku terbukti dapat membantu siswa dan guru mencapai kesepakatan mengenai keputusan yang akan mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang diinginkan.

Kontrak perilaku merupakan perjanjian yang melibatkan dua orang atau lebih untuk mengatur perilaku mereka dengan imbalan-imbalan yang telah ditetapkan. Di dalam kontrak ini, kewajiban, harapan, dan hukuman terkait dijelaskan secara rinci. Kontrak ini berfungsi sebagai alat pengaturan bagi pihak-pihak yang terlibat, memungkinkan mereka untuk berkomunikasi dan memberikan umpan balik yang mendukung. Dalam kerangka kontrak tersebut, tercantum siapa yang bertanggung jawab, apa yang harus dilakukan, kepada siapa tindakan tersebut ditujukan, dalam situasi apa, dan bagaimana tindakan tersebut harus dilaksanakan. Kesepakatan untuk bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati dengan imbalan-imbalan tertentu dikenal sebagai kontrak perilaku. Perjanjian ini merinci persyaratan, kewajiban, dan konsekuensi yang harus dijalankan oleh pihak-pihak yang terlibat.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Nova Erlina dan Laeli Anisa Fitri, "Pendekatan *Behavioral* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus," *Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL* 03, no. 1 (2016).

<sup>13</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2013), hlm.245.

Terdapat kesepakatan yang dibuat antara konselor dan konseli sebagai hasil dari kontrak perilaku yang terbuka dan transparan. Konseli berkomitmen untuk mematuhi seluruh ketentuan yang tertera dalam kontrak, sementara konselor berjanji untuk memberikan imbalan jika konseli berhasil mematuhi ketentuan tersebut. Sebagai contoh, salah satu ketentuan kontrak mungkin menetapkan bahwa konseli akan menerima penghargaan dari konselor jika mencapai prestasi di sekolah. Di sisi lain, konselor memiliki wewenang untuk memberikan hukuman jika konseli melanggar perjanjian. Hasil dari pemberian imbalan atau hukuman oleh konselor adalah hasil dari kesepakatan yang dicapai antara konselor dan konseli.

Dari permasalahan yang telah diidentifikasi di atas, peneliti memiliki niat untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait dengan penerapan teknik *behavioral contract* dalam konteks konseling individu guna meningkatkan tingkat kedisiplinan dengan judul “Konseling Individu Menggunakan Teknik *Behavioral Contract* Pada Siswa Dengan Masalah Kedisiplinan Di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”. Langkah ini diambil karena kesadaran akan pentingnya kedisiplinan dalam mencapai lingkungan belajar yang efektif dan produktif di sekolah khususnya soal keterlambatan. Terlihat perlunya strategi intervensi yang efektif untuk membantu mereka mengatasi masalah tersebut. Melalui pendekatan konseling individual, peneliti berharap dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kedisiplinan siswa. Dengan fokus pada penerapan teknik kontrak perilaku, peneliti percaya bahwa pendekatan ini akan memberikan landasan yang kokoh

bagi pembentukan perilaku yang diinginkan di kalangan siswa. Kontrak perilaku, dengan persyaratan, kewajiban, dan hukuman yang jelas, diharapkan dapat memberikan struktur yang membantu siswa memahami harapan yang diberikan dan memotivasi mereka untuk mencapainya.

Penting untuk dicatat bahwa langkah ini diambil dengan keyakinan bahwa konsep-konsep konseling perilaku memiliki potensi yang besar dalam membentuk perilaku individu. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan solusi atas permasalahan kedisiplinan yang dihadapi, tetapi juga untuk memperluas pemahaman kita tentang efektivitas intervensi konseling berbasis perilaku dalam konteks pendidikan. Diharapkan bahwa hasil dari penelitian ini tidak hanya akan memberikan wawasan yang berharga bagi praktisi konseling dan pendidikan, tetapi juga akan memberikan sumbangan yang signifikan dalam memperbaiki kualitas lingkungan belajar di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, serta mungkin juga di sekolah-sekolah lainnya yang menghadapi tantangan serupa.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latarbelakang diatas, maka penulis membuat rumusan masalah yaitu: Bagaimana tahap-tahap layanan konseling individu dengan teknik *Behavioral Contract* dengan masalah kedisiplinan pada siswa SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tahap-tahap layanan konseling individu dengan teknik *Behavioral Contract* terhadap masalah kedisiplinan pada siswa SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka manfaat penelitian yang tepat adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis tahap-tahap yang dilakukan oleh BK SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dalam penerapan layanan konseling individu menggunakan teknik *Behavioral Contract*. Dari tujuan penelitian di atas maka manfaat penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoretis:**

- a Memberikan wawasan mengenai keberhasilan atau kegagalan dari layanan konseling individu yang menggunakan teknik kontrak perilaku untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.
- b Diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga bagi para praktisi di bidang konseling dan pendidikan.

##### **2. Manfaat Praktis:**

- a Memberikan wawasan tentang metode yang tepat dan efisien untuk menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling guna meningkatkan kedisiplinan siswa di sekolah.



- b Diharapkan dapat memberikan sumbangan yang signifikan dalam memperbaiki kualitas lingkungan belajar di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, serta sekolah lain yang menghadapi tantangan serupa.

## F. Kajian Pustaka

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul "Konseling Individu Menggunakan Teknik *Behavioral Contract* Pada Siswa Dengan Masalah Kedisiplinan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta" ini akan berbeda dengan penelitian sebelumnya sebab memiliki tujuan untuk meningkatkan tingkat kedisiplinan siswa melalui penerapan konseling individu dengan metode kontrak perilaku yang diharapkan bahwa dengan metode ini siswa akan menunjukkan peningkatan dalam kedisiplinan mereka, yang pada gilirannya akan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih teratur dan mendukung proses pembelajaran. Bisa dibandingkan dengan beberapa penelitian terdahulu misalnya pada beberapa penelitian berikut ini:

**Pertama**, Skripsi yang dibuat oleh Agusnimar Nasba.<sup>14</sup> Penelitian ini menunjukkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi apakah terdapat perubahan dalam perilaku sopan santun siswa sebelum dan sesudah penerapan konseling *behavioral contract* di SMK Al-Mubarkeya. Penelitian kuantitatif ini mengadopsi metode eksperimen dengan desain One Group Pre-test Post-test. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Likert

---

<sup>14</sup> Agusnimar Nasba, *Penerapan Konseling Behavioral Teknik Kontrak Melalui Konseling Individual Untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun Siswa SMK Negeri 1 Al-Mubarkeya*, Skripsi, (Aceh: Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry, 2023)

melalui penyebaran angket kepada seluruh siswa kelas X OTR (Ototronik). Populasi penelitian mencakup semua siswa kelas X OTR (Ototronik) di SMK Negeri 1 Al-Mubarkeya. Sampel penelitian ini terdiri dari 5 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data melibatkan uji normalitas dan uji t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling *behavioral* dengan teknik kontrak melalui konseling individual dapat meningkatkan perilaku sopan santun siswa. Dengan demikian, hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_o$ ) ditolak.

Perbedaannya dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu penelitian ini adalah penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan perilaku sopan santun siswa dengan menggunakan konseling individu berbasis teknik kontrak. Diharapkan hasilnya adalah terbentuknya lingkungan sekolah yang lebih bersahabat dan harmonis, di mana siswa memperlihatkan tingkat penghormatan yang lebih tinggi dalam interaksi mereka sehari-hari. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti bertujuan bertujuan untuk meningkatkan tingkat kedisiplinan siswa melalui penerapan konseling individu dengan metode kontrak perilaku. Diharapkan bahwa dengan metode ini, siswa akan menunjukkan peningkatan dalam kedisiplinan mereka, yang pada gilirannya akan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih teratur dan mendukung proses pembelajaran.

**Kedua**, skripsi oleh Zuli Arniansyah.<sup>15</sup> Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pelaksanaan layanan konseling individu dengan teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan kedisiplinan siswa kelas X Teknik Kendaraan Ringan di SMKN 5 Bandar Lampung. Penelitian ini berfokus untuk mengidentifikasi tahap-tahap yang dilakukan dalam konseling menggunakan teknik kontrak perilaku, mengungkap kendala yang dihadapi selama proses konseling, dan menilai apakah teknik ini efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa.

Penelitian ini bersifat deskriptif dan menggunakan metode pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian ini adalah dua siswa yang melanggar aturan disiplin, yaitu TKM dan AI. TKM adalah siswa yang sering absen tanpa keterangan, sedangkan AI terlibat dalam perkelahian di lingkungan sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik kontrak perilaku cukup efektif dalam meningkatkan kedisiplinan. Setelah dilakukan konseling, kedua siswa tersebut tidak lagi melakukan pelanggaran yang sama, menunjukkan bahwa pendekatan kontrak perilaku berhasil dalam menangani pelanggaran disiplin.

Perbedaan mendasar antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian ini terletak pada konteks pendidikan dan target subjek yang berbeda. Skripsi pertama menekankan pada kedisiplinan siswa di lingkungan sekolah umum tingkat SMA, sedangkan skripsi kedua lebih menyoroti

---

<sup>15</sup> Zuli Arniansyah, "Implementasi Layanan Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Teknik Kendaraan Ringan (TKR) di SMKN 5 Bandar Lampung" (Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2019).

kedisiplinan siswa SMK di jurusan Teknik Kendaraan Ringan. Meskipun metode yang diterapkan serupa, pelaksanaannya disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik unik dari masing-masing kelompok siswa, menunjukkan bagaimana teknik konseling yang sama dapat disesuaikan untuk berbagai konteks pendidikan.

**Ketiga**, Penelitian yang dilakukan oleh Siti Masruroh.<sup>16</sup> Menunjukkan bahwa untuk meningkatkan kedisiplinan siswa dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar pada jam pertama di kelas VII H SMP Negeri 4 Surakarta selama semester satu tahun ajaran 2011/2012. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 4 Surakarta yang berlokasi di Jl. DI Panjaitan No. 14, telepon 0271 – 633880, di Kelurahan Stabelan, Kecamatan Banjarsari, Surakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus. Siklus pertama melibatkan layanan konseling individu tanpa konsultasi orang tua, sementara siklus kedua melibatkan layanan konseling individu dengan konsultasi orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling individu secara signifikan dapat meningkatkan kedisiplinan siswa dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar pada jam pertama. Pada awal penelitian, rata-rata kedisiplinan siswa pada jam pertama berada pada angka 77. Setelah intervensi melalui dua siklus konseling, rata-rata kedisiplinan meningkat menjadi 80, dengan peningkatan sebesar 3,75%. Selain itu, nilai terendah kedisiplinan juga

---

<sup>16</sup> Siti Masruroh, "Upaya Peningkatan Kedisiplinan Masuk Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Individu pada Siswa Kelas VII H SMP Negeri 4 Surakarta Semester 1 Tahun 2011/2012," *Artikel Jurnal*, 2012.

mengalami kenaikan yang signifikan sebesar 17,8%. Penelitian ini memberikan bukti bahwa konseling individu, baik dengan maupun tanpa keterlibatan orang tua, dapat efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa. Dengan implementasi dua siklus tindakan kelas, penelitian ini berhasil menunjukkan peningkatan dalam kedisiplinan siswa, yang dapat dilihat dari kenaikan angka rata-rata dan penurunan nilai terendah dalam kedisiplinan. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya layanan konseling individu sebagai strategi dalam mendukung dan meningkatkan kedisiplinan siswa di sekolah.

Perbedaan utama antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan jurnal ini terletak pada konteks pendidikan, fokus masalah, serta pendekatan yang digunakan. Skripsi menyoroti isu kedisiplinan yang lebih umum dan kompleks di tingkat SMA, sementara jurnal lebih menitikberatkan pada masalah spesifik di tingkat SMP, seperti kedisiplinan dalam kehadiran tepat waktu di kelas. Meskipun kedua penelitian menggunakan konseling individu, pendekatannya disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik siswa di masing-masing jenjang pendidikan, menunjukkan bagaimana metode yang sama dapat diterapkan dengan cara yang berbeda tergantung pada konteks dan tujuan penelitian.

**Keempat**, Penelitian dari Yuyu Hindayah, Budhiarti SW, dan Tita Rosita.<sup>17</sup> Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah kurangnya disiplin kehadiran siswa di SMPN Satu Atap Cikoneng. Sebagian besar orang tua siswa

---

<sup>17</sup> Yuyu Hindayah, S W Budhiarti, dan Tita Rosita, "Layanan Bimbingan dan Konseling Individual Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMPN Satu Atap Cikoneng," *Jurnal Fokus* 1, no. 1 (2018).

di sekolah ini hanya berpendidikan SD dan memiliki kondisi ekonomi yang kurang mampu, sehingga para siswa membutuhkan bimbingan dan konseling individu untuk memahami pentingnya disiplin dalam kehadiran sekolah.

Disiplin didefinisikan sebagai kesediaan untuk mematuhi aturan atau ketentuan yang berlaku. Bimbingan dan konseling individu bertujuan untuk membantu siswa mengembangkan potensinya secara optimal dan menginternalisasi nilai-nilai penting dalam tugas perkembangan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana layanan bimbingan dan konseling individu dapat meningkatkan disiplin siswa di SMPN Satu Atap Cikoneng. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling individu yang dilakukan secara rutin setiap minggu selama satu jam dapat meningkatkan disiplin siswa.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan jurnal ini dapat dilihat dari beberapa aspek kunci. Pertama, dalam hal konteks Pendidikan yaitu penelitian ini ditujukan untuk siswa SMA dengan masalah kedisiplinan yang lebih kompleks, sedangkan jurnal tersebut membahas layanan bimbingan untuk siswa SMP yang menghadapi masalah kedisiplinan yang lebih mendasar. Kedua, fokus masalah yang diangkat berbeda, penelitian yang dilakukan menggunakan teknik *behavioral contract* untuk menangani masalah kedisiplinan secara umum, sedangkan jurnal memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling untuk memperbaiki kedisiplinan dalam hal kehadiran tepat



waktu. Ketiga, pendekatan dan metode yang diterapkan pada penelitian ini mengadopsi teknik khusus dengan pendekatan deskriptif kualitatif, sementara jurnal menerapkan pendekatan umum dengan evaluasi layanan bimbingan. Terakhir, tujuan dan hasil yang diharapkan juga bervariasi, penelitian bertujuan untuk perbaikan kedisiplinan secara menyeluruh, sedangkan jurnal berfokus pada peningkatan kedisiplinan terkait waktu kehadiran. Perbedaan-perbedaan ini menggambarkan bagaimana berbagai konteks, fokus, dan metode mempengaruhi penerapan dan hasil dari intervensi konseling di berbagai tingkat pendidikan.

**Kelima,** Penelitian yang dibuat oleh Geandra Ferdiansa dan Yeni Kerneli.<sup>18</sup> Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan yang ditujukan kepada siswa yang memiliki masalah kurang disiplin dalam belajar. Penelitian ini berlangsung selama satu bulan dan terdiri dari dua siklus. Rancangan penelitian ini didasarkan pada tahap-tahap penelitian tindakan, yaitu: 1) perencanaan, 2) tindakan, 3) observasi, dan 4) refleksi.

Selama satu bulan, siswa yang kurang disiplin diberikan perlakuan konseling individu menggunakan teknik modeling dalam dua siklus. Pada siklus pertama, hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individu dengan teknik modeling belum efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Namun, setelah siklus kedua, siswa mampu menyelesaikan masalahnya secara mandiri dan menunjukkan peningkatan disiplin dalam belajar. Berdasarkan

---

<sup>18</sup> Geandra Ferdiansa dan Yeni Kerneli, "Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa," *Jurnal Ilmu Pendidikan* 3, no. 3 (2021).

temuan tersebut, konseling individu dengan teknik modeling terbukti efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa setelah dilakukan selama dua siklus. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun pendekatan konseling ini mungkin memerlukan penyesuaian dan waktu untuk menunjukkan hasil, teknik modeling dalam konseling individu dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan disiplin yang lebih baik secara mandiri.

Perbedaan utama antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan jurnal ini terletak pada teknik yang diterapkan dan konteks penggunaannya. penelitian ini menitikberatkan pada penerapan teknik *behavioral contract* untuk menangani masalah kedisiplinan di kalangan siswa SMA melalui perjanjian formal, sementara jurnal ini mengedepankan teknik modeling untuk memperbaiki kedisiplinan dengan menunjukkan perilaku positif yang diharapkan. penelitian menggunakan teknik khusus dengan pendekatan deskriptif kualitatif, sedangkan jurnal menerapkan metode demonstrasi perilaku sebagai alat pengajaran. Perbedaan ini menunjukkan variasi dalam pendekatan untuk mengelola dan meningkatkan kedisiplinan siswa di berbagai jenjang pendidikan.

## G. Kerangka Teori

### 1. Tinjauan Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract*

#### a. Pengertian Konseling Individu dengan teknik *Behavioral Contract*

Konseling individu merupakan proses bantuan yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli dengan tujuan membantu untuk memahami diri, mengatasi masalah, serta mengembangkan potensi

secara optimal. Prayitno mendefinisikan konseling individu sebagai layanan yang diberikan konselor kepada konseli secara langsung perorangan untuk membahas dan mengentaskan masalah pribadi yang dialami konseli.<sup>19</sup> Winkel dan Hastuti menyatakan bahwa konseling individu adalah interaksi tatap muka di mana konselor membantu klien memahami diri, mengarahkan diri, dan mengambil keputusan yang tepat sesuai kondisi serta kebutuhannya.<sup>20</sup> Sementara itu, Gibson dan Mitchell menjelaskan bahwa konseling individu adalah proses dinamis yang melibatkan pemberian bantuan profesional, di mana konselor dan klien bersama-sama mengidentifikasi masalah, mengeksplorasi alternatif pemecahan, serta mengembangkan strategi untuk mencapai perubahan yang diinginkan.<sup>21</sup>

Dari berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling individu adalah proses hubungan bantuan profesional antara konselor dan klien secara tatap muka yang bertujuan membantu klien memahami masalah, menemukan solusi, serta mengembangkan potensi diri. Proses ini dilaksanakan dengan menjunjung tinggi kerahasiaan, membangun rasa saling percaya, dan menyesuaikan bantuan dengan kebutuhan klien. Dalam praktiknya, konseling individu dapat menggunakan beragam pendekatan dan teknik sesuai tujuan intervensi.

---

<sup>19</sup> Prayitno. dan Anti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Hlm. 105

<sup>20</sup> W S Winkel dan M M S Hastuti, *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi, 2005), hlm. 64.

<sup>21</sup> R L Gibson, Y Santoso, dan M H Mitchell, *Bimbingan dan konseling* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 8.

Salah satu teknik yang efektif untuk mengubah perilaku secara terukur adalah *behavioral contract*.

*Behavioral contract* adalah kesepakatan tertulis antara dua individu atau lebih, di mana salah satu atau keduanya setuju untuk terlibat dalam perilaku target tertentu. Menurut Latipun, *behavioral contract* adalah perjanjian 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. Setelah perilaku tersebut muncul sesuai dengan kesepakatan, peserta didik bisa mendapatkan ganjaran. Dalam teknik ini, lebih ditekankan pada pemberian ganjaran positif terhadap perilaku yang diharapkan daripada pemberian hukuman jika *behavioral contract* tidak berhasil.<sup>22</sup>

Menurut Komalasari, *behavioral contract* adalah kontrak yang mengatur kondisi agar konseli menampilkan perilaku yang diinginkan berdasarkan kesepakatan antara konseli dan konselor.<sup>23</sup> Dari pendapat ini, dapat disimpulkan bahwa *behavioral contract* adalah teknik dalam teori *Behavioral* yang melibatkan perjanjian antara konselor dan konseli dengan tujuan mengubah perilaku peserta didik ke arah yang diinginkan atau menjadi lebih baik. *Behavioral contract* bisa dimanfaatkan untuk mengajarkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diharapkan.

---

<sup>22</sup> Latipun, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Grasindo, 2008).

<sup>23</sup> Ibid.

### **b. Tujuan Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract***

Penggunaan teknik *behavioral contract* adalah untuk mengembangkan peserta didik dalam mengubah perilaku yang mal adaptif menjadi perilaku yang adaptif. Selain itu, kontrak ini juga bertujuan untuk melatih kemandirian dalam bertindak serta meningkatkan kemampuan dan keterampilan perilaku anak. Implementasi yang tepat dari *behavioral contract* memberikan sejumlah manfaat signifikan bagi semua peserta didik.<sup>24</sup>

Pertama, dengan menggunakan *behavioral contract*, peserta didik dapat lebih mudah meningkatkan perilaku adaptif yang diharapkan sambil secara efektif menekan perilaku yang mal adaptif. Melalui kontrak ini, mereka dapat memahami dengan lebih jelas konsekuensi dari perilaku mereka dan mendapatkan bimbingan yang konsisten dalam mengarahkan perilaku mereka ke arah yang diinginkan.

Kedua, penggunaan *behavioral contract* membantu peserta didik dalam membangun disiplin dalam bertindak. Dengan memasukkan aturan dan konsekuensi yang jelas dalam kontrak, peserta didik akan belajar untuk mengendalikan perilaku mereka secara lebih terarah, meningkatkan kepatuhan terhadap aturan, serta memperkuat pengendalian diri.

Selanjutnya, *behavioral contract* memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam

---

<sup>24</sup> Jane Elisabeth Allen, *Disiplin Positif (Menciptakan Dunia Penitipan Anak yang Edukatif Bagi Anak Pra-Sekolah)* (Jakarta: Anak Prestasi Pustaka, 2005). hlm. 24.

tentang cara mengubah perilaku mereka sendiri. Dengan terlibat dalam penyusunan dan pelaksanaan kontrak, mereka belajar untuk memahami lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku mereka dan strategi yang efektif untuk mengubahnya.

Terakhir, penggunaan *behavioral contract* juga berpotensi meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Dengan merancang dan mematuhi kontrak, mereka merasakan kemajuan dalam mengendalikan perilaku mereka sendiri, yang dapat menghasilkan perasaan pencapaian dan keberhasilan. Hal ini dapat membantu membangun keyakinan diri yang kuat dan motivasi untuk terus berkembang.

#### **c. Tahap-tahap Konseling Individu Teknik *Behavioral Contract***

Keberhasilan suatu proses konseling sangat dipengaruhi oleh tahapan yang dijalankan secara sistematis, di mana setiap tahap memiliki tujuan, teknik, dan keterampilan khusus yang harus dikuasai konselor. Menurut Cavanagh, konseling tidak dapat dilakukan secara acak, tetapi harus mengikuti alur logis yang dimulai dari membangun hubungan yang baik dengan konseli, mengeksplorasi dan memahami permasalahan secara mendalam, hingga merumuskan langkah-langkah perubahan yang realistis. Ia membagi proses konseling menjadi tiga tahap utama yang saling berkesinambungan, yaitu tahap awal yang berfokus pada pembentukan hubungan dan identifikasi masalah, tahap pertengahan yang menekankan kerja sama dan eksplorasi, serta tahap akhir yang meliputi



penutupan dan penyusunan rencana tindakan.<sup>25</sup> Ketiga tahap ini membentuk satu siklus yang membantu konselor memastikan proses bantuan berjalan efektif dan tujuan konseling dapat tercapai. Berikut adalah penjelasan mengenai masing-masing tahap dalam konseling:

**Tahap pertama** adalah proses awal dalam konseling yang bertujuan memahami secara mendalam dan mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi konseli (*assessment*), sehingga konselor memperoleh gambaran yang jelas sebagai dasar penetapan tujuan dan perencanaan intervensi.<sup>26</sup> Ruang konseling pada tahap ini menjadi tempat yang aman dan mendukung, di mana konseli merasa nyaman untuk berbicara tanpa rasa khawatir. Setiap interaksi dirancang untuk menciptakan kenyamanan dan membangun kepercayaan melalui teknik komunikasi yang sesuai. Selama sesi, konselor memberikan perhatian penuh terhadap setiap gerakan, kata-kata, dan ekspresi yang ditampilkan konseli, tidak hanya memfokuskan diri pada aspek verbal, tetapi juga memperhatikan bahasa tubuh yang sering kali menyampaikan pesan yang tidak terucapkan.<sup>27</sup>

Empati yang mendalam terbentuk ketika konselor memahami perasaan dan sudut pandang konseli, sehingga hubungan emosional di antara keduanya semakin kuat. Konselor juga mencerminkan kembali apa yang disampaikan konseli, memastikan bahwa setiap perasaan dan pikiran

---

<sup>25</sup> M E Cavanagh, *The Counseling Experience: A Theoretical and Practical Approach*, Psychology-Counseling Series (California: Brooks/Cole Publishing Company, 1982). Hlm. 25-27.

<sup>26</sup> S Wilis Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2013). Hlm. 25.

<sup>27</sup> Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Hlm. 29.

dapat dipahami secara akurat. Dalam suasana penuh pengertian, konselor dengan sabar mengeksplorasi permasalahan yang dihadapi konseli, mengajak konseli mengungkapkan secara lebih mendalam, serta menggali informasi yang mungkin tersembunyi.

Setelah masalah teridentifikasi, konselor dan konseli bersama-sama menetapkan tujuan konseling (*goal setting*) yang realistis dan dapat diukur, sehingga proses intervensi menjadi terarah. Tahap awal ini juga mencakup penyusunan *kontrak perilaku* (*behavior contract*) yang memuat kesepakatan target perubahan perilaku, langkah-langkah yang akan ditempuh, serta bentuk penguatan (*reinforcement*) yang akan digunakan.<sup>28</sup> Dengan demikian, tahap awal bukan hanya berfokus pada pemahaman masalah, tetapi juga pada perumusan arah dan komitmen kerja sama antara konselor dan konseli.

Tahap kedua, konselor dan konseli mulai melaksanakan rencana intervensi yang telah disusun bersama. Pelaksanaan dimulai dengan memilih perilaku yang akan diubah melalui analisis Antecedent–Behavior–Consequence (ABC) sebagaimana dijelaskan B.F. Skinner, sehingga perilaku target dapat diidentifikasi secara jelas dan konsekuensi yang tepat dapat dirancang untuk memperkuat perubahan.<sup>29</sup> Setelah perilaku ditentukan, konselor melakukan pendataan awal (*baseline*) untuk

---

<sup>28</sup> Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011). Hlm. 112.

<sup>29</sup> B F Skinner, *Science And Human Behavior* (New York: Macmillan, 1953). Hlm. 65-

mengukur frekuensi atau intensitas perilaku tersebut sebagai tolok ukur kemajuan intervensi.<sup>30</sup>

Selanjutnya, konselor bersama konseli menetapkan jenis penguatan (*reinforcement*) yang akan diberikan, baik berupa penguatan positif maupun negatif, yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan konseli agar efektif dalam memotivasi perubahan perilaku.<sup>31</sup> Penguatan ini menjadi instrumen penting untuk memperkuat perilaku yang diinginkan dan mendorong konseli agar terus berkomitmen pada proses perubahan. Selama proses berlangsung, konselor memberikan reinforcement setiap kali perilaku yang diinginkan muncul, sebagai bentuk apresiasi dan motivasi untuk meningkatkan frekuensi perilaku positif.<sup>32</sup> Pemberian reinforcement dilakukan secara konsisten, terutama ketika perilaku mulai menetap, agar perubahan tersebut dapat bertahan lama dan menjadi kebiasaan baru. Konselor juga secara rutin memantau perkembangan konseli, melakukan pencatatan, serta menyesuaikan strategi intervensi bila diperlukan agar hasil yang dicapai optimal dan berkelanjutan.<sup>33</sup>

**Tahap ketiga**, adalah tahap akhir yang merupakan fase penutupan dalam proses konseling, di mana konselor dan konseli bersama-sama melakukan refleksi terhadap hasil yang telah dicapai selama intervensi.

Pada tahap ini, konselor memfasilitasi konseli untuk merefleksikan

---

<sup>30</sup> R G Miltenberger, *Behavior Modification: Principles and Procedures* (Boston: Cengage Learning, 2016). Hlm. 42.

<sup>31</sup> Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Hlm. 135.

<sup>32</sup> Komalasari, G., Wahyuni, E., *Teori dan Teknik Konseling*. Hlm. 114.

<sup>33</sup> Cavanagh, *The Counseling Experience: A Theoretical and Practical Approach*. Hlm.

perubahan perilaku yang terjadi serta mengevaluasi keberhasilan pencapaian tujuan konseling. Diskusi terbuka dilakukan guna mengidentifikasi hambatan yang masih ada dan aspek yang perlu diperbaiki atau dilanjutkan di masa depan..<sup>34</sup>

Selanjutnya, konselor dan konseli menyusun rencana tindak lanjut yang konkret berdasarkan evaluasi tersebut, yang memuat langkah-langkah yang akan dilakukan untuk mempertahankan hasil positif dan mengatasi permasalahan yang belum terselesaikan.<sup>35</sup> Penyusunan rencana ini bersifat fleksibel dan disesuaikan dengan kebutuhan serta kondisi konseli, sehingga memotivasi konseli untuk tetap berkomitmen pada perubahan yang telah dicapai.

Terakhir, konselor memberikan umpan balik (*feedback*) yang konstruktif dan melakukan evaluasi terhadap keseluruhan proses konseling untuk memastikan kualitas dan efektivitas intervensi.<sup>36</sup> Jika diperlukan, perjanjian untuk pertemuan lanjutan dibuat sebagai bentuk komitmen berkelanjutan antara konselor dan konseli. Tahap ini menandai akhir dari satu siklus konseling, sekaligus menjadi fondasi bagi proses konseling berikutnya apabila masih diperlukan.

## 2. Tinjauan Tentang Kedisiplinan

### a. Pengertian Kedisiplinan

---

<sup>34</sup> Komalasari, G., Wahyuni, E., *Teori dan Teknik Konseling*. hlm. 120.

<sup>35</sup> Miltenberger, *Behavior Modification: Principles and Procedures*. Hlm. 135

<sup>36</sup> Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Hlm. 160

Kata "disiplin" dalam bahasa Inggris dikenal sebagai "discipline," yang berasal dari akar kata bahasa Latin yang sama dengan kata "disciple," dengan arti yang serupa: mengajar atau mengikuti pemimpin yang dihormati<sup>37</sup>. Kedisiplinan sendiri berasal dari kata "disiplin." Dalam bahasa Inggris, kata "discipline" berasal dari akar kata bahasa Latin yang sama (discipulus) dan memiliki arti yang serupa dengan kata "discipline," yaitu mengajar atau mengikuti pemimpin yang dihormati.<sup>38</sup>

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, disiplin merujuk pada tata tertib, ketaatan, atau kepatuhan terhadap peraturan. Istilah "disiplin" seringkali dikaitkan dengan tata tertib dan ketertiban dalam bahasa Indonesia. Ketertiban merujuk pada kepatuhan seseorang terhadap peraturan atau tata tertib karena dipengaruhi oleh faktor eksternal. Di sisi lain, disiplin mencakup kepatuhan dan ketaatan yang timbul dari kesadaran dan dorongan dari dalam diri individu tersebut. Tata tertib mengacu pada seperangkat peraturan yang bertujuan untuk menciptakan kondisi yang tertib dan teratur. Menurut Hurlock, "disiplin adalah latihan dalam pengendalian diri atau pendidikan (mengajari anak-anak tentang apa yang boleh atau melatih anak-anak untuk mengikuti aturan)." Dengan demikian, menurut Hurlock, disiplin merupakan cara untuk melatih

---

<sup>37</sup> Allen, *Disiplin Positif (Menciptakan Dunia Penitipan Anak yang Edukatif Bagi Anak Pra-Sekolah)*.

<sup>38</sup> C Laudon, *Sistem Informasi Manajemen Mengelola Perusahaan Digital Edisi 8* (Yogyakarta: Andi Offset, 2005).

individu dalam pengendalian diri atau memberikan pemahaman kepada mereka mengenai aturan yang berlaku dalam masyarakat.<sup>39</sup>

Wayson dalam Yusuf mendefinisikan disiplin sebagai perilaku bertanggung jawab atau sikap bertanggung jawab dalam melakukan sesuatu. Artinya, disiplin adalah sikap bertanggung jawab yang muncul dari kesadaran individu atau pertimbangan batinnya. Sama halnya, menurut Utami Munandar dalam Yusuf, disiplin diartikan sebagai kesadaran diri untuk mematuhi nilai-nilai, norma, dan aturan yang berlaku dalam lingkungan tersebut.<sup>40</sup>

Dalam ilmu pendidikan, dikenal dua istilah utama, yakni disiplin dan ketertiban. Menurut Suharsimi Arikunto, ketertiban mencerminkan ketaatan seseorang terhadap peraturan atau tata tertib karena dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti keinginan untuk mendapatkan pengakuan dari pihak yang berwenang. Biasanya, ketertiban terjadi terlebih dahulu sebelum berubah menjadi disiplin. Sementara itu, Andre E. Srikula menyatakan bahwa disiplin merujuk pada kondisi atau upaya untuk membentuk perilaku melalui penerapan penghargaan atau hukuman. Menurut Hanry Clay Lindgren, disiplin adalah proses mengawasi ketaatan

---

<sup>39</sup> Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Hlm. 67-68

<sup>40</sup> Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori, dan Aplikasinya* (Bandung: Alfabeta, 2016). Hlm. 134.



atau perilaku secara teratur melalui pelatihan, dengan penegakan hukuman terhadap pelanggar peraturan yang telah ditetapkan.<sup>41</sup>

b. Jenis-Jenis Kedisiplinan

Kedisiplinan dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu disiplin internal dan disiplin eksternal. Kedisiplinan internal sering disebut sebagai disiplin positif, sementara disiplin eksternal disebut sebagai disiplin negatif. Kedisiplinan negatif terjadi ketika seseorang melakukan tindakan karena merasa terpaksa akibat adanya tekanan, seperti hukuman. Di sisi lain, disiplin positif merupakan disiplin yang berasal dari kesadaran individu, dorongan untuk berkembang, dan kontrol diri.

Menurut G.R. Terry, terdapat dua jenis kedisiplinan yang dapat muncul baik dari dalam diri sendiri maupun atas perintah:<sup>42</sup>

1. *Self-imposed discipline*

Merupakan kedisiplinan yang muncul secara sukarela dan sadar, bukan karena tekanan. Kedisiplinan ini berkembang karena individu merasa memenuhi kebutuhannya dan merasa terhubung dengan organisasi, sehingga mereka secara sadar mengikuti peraturan yang berlaku.

2. *Command discipline*

---

<sup>41</sup> H Syarif Hidayat, "Pengaruh Kerjasama Orang Tua dan Guru Terhadap Disiplin Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri Kecamatan Jagakarsa-Jaksel," *Jurnal Pendidikan & Penelitian* 1 (n.d.).

<sup>42</sup> Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Hlm. 64.

Kedisiplinan ini tidak muncul atas dasar kesadaran, tetapi karena individu merasa terpaksa untuk patuh. Namun, tampaknya kita masih mengadopsi disiplin kontemporer, atau yang biasa disebut sebagai Pseudo-discipline, yaitu disiplin yang bersifat pura-pura atau semu. Disiplin semacam ini terkait dengan hukuman dan hubungannya dengan interaksi antarindividu. Hukuman di sini merujuk pada konsekuensi yang harus dihadapi ketika kita melanggar aturan atau norma. Jenis disiplin ini dianggap penting karena manusia kadang-kadang memerlukan dorongan dari luar; tanpa dorongan tersebut, kita mungkin tidak akan melakukan tindakan tertentu. Misalnya, kita belajar cara makan dari orang tua kita, yang mengajarkan kita pola makan dari makanan yang paling lunak hingga yang paling keras secara teratur.<sup>43</sup>

#### c. Fungsi Kedisiplinan

Kedisiplinan memiliki peran yang sangat penting bagi siswa dalam mencapai tujuan pendidikan, karena disiplin menjadi prasyarat bagi pembentukan perilaku dan tatanan kehidupan yang baik. Menurut Tulus, beberapa fungsi disiplin antara lain:<sup>44</sup>

##### 1. Menata kehidupan Bersama

Sebagai makhluk sosial, manusia selalu berinteraksi dengan orang lain, dan untuk menjaga keharmonisan dalam interaksi tersebut, diperlukan

---

<sup>43</sup> Mohamad Mustari, *Nilai Karakter Refleksi untuk Pendidikan* (Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2014). Hlm. 46.

<sup>44</sup> Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Hlm.78.

norma, nilai, dan peraturan yang mengatur kehidupan dan kegiatan agar berjalan dengan baik.

## 2. Membangun kepribadian

Kepribadian mencakup keseluruhan sifat, tingkah laku, dan pola hidup seseorang yang tercermin dalam tindakan sehari-hari. Dengan adanya disiplin, seseorang cenderung untuk mengikuti, mematuhi, dan mentaati aturan yang berlaku, sehingga membangun karakter yang baik.

## 3. Melatih kepribadian

Sikap, perilaku, dan pola kehidupan yang baik dan berdisiplin tidak terbentuk secara instan. Diperlukan latihan, pembiasaan, serta upaya yang gigih dan konsisten.

## 4. Pemaksaan

Disiplin dapat berperan sebagai bentuk pemaksaan kepada seseorang untuk patuh terhadap aturan yang berlaku di lingkungan tertentu.

## 5. Hukuman

Ancaman sanksi atau hukuman penting karena dapat memberikan dorongan dan motivasi bagi siswa untuk patuh dan mematuhi aturan yang telah ditetapkan.

Tujuan disiplin di sekolah adalah untuk mendukung terciptanya perilaku yang sesuai dengan norma, membantu siswa memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengatur keseimbangan antara kebutuhan individu dan kepentingan bersama, mencegah siswa melakukan

pelanggaran sekolah, mendorong mereka untuk melakukan tindakan yang positif, serta membantu mereka belajar menjalani hidup dengan kebiasaan yang baik, positif, dan bermanfaat bagi diri mereka dan lingkungan mereka.

d. Pelanggaran Kedisiplinan di Sekolah

Pelanggaran adalah sebuah perbuatan yang melanggar hukum atau peraturan yang hanya dapat diidentifikasi setelah peraturan tersebut ditetapkan. Pelanggaran ini dapat terjadi baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Penerapan sanksi bertujuan untuk mendukung peningkatan disiplin siswa. Sanksi tersebut bisa berfungsi sebagai hukuman maupun sebagai ancaman untuk mencegah terjadinya pelanggaran. Dengan kata lain, apabila seseorang melanggar aturan yang berlaku, maka sanksi harus diterapkan. Sekolah sebagai lembaga yang berperan dalam pendidikan anak-anak, berfungsi sebagai pusat pembelajaran dan edukasi. Sekolah adalah sistem sosial yang memperkenalkan materi kepada siswa agar mereka dapat menghasilkan sesuatu yang bermanfaat bagi masyarakat, dalam hal ini adalah individu yang terdidik.

Pelanggaran adalah tindakan yang tidak sesuai dengan hukum atau aturan yang hanya dapat diidentifikasi setelah aturan tersebut diberlakukan. Pelanggaran ini bisa terjadi di berbagai konteks, termasuk di lingkungan sekolah. Di sekolah, pelanggaran sering kali berkaitan

dengan disiplin dan tata tertib yang sudah ditetapkan oleh pihak sekolah.

Contoh-contoh pelanggaran di sekolah antara lain:<sup>45</sup>

1. Bolos Sekolah

Siswa yang tidak hadir di sekolah tanpa alasan yang sah dianggap melakukan pelanggaran. Ketidakhadiran tanpa izin ini melanggar aturan kehadiran yang ditetapkan oleh sekolah.

2. Menyontek

Tindakan ini melibatkan siswa yang mencoba mendapatkan nilai dengan cara yang tidak jujur, seperti menyalin jawaban dari teman atau menggunakan catatan yang disembunyikan saat ujian. Menyontek tidak hanya melanggar aturan sekolah, tetapi juga merusak integritas akademik.

3. Merokok

Merokok di lingkungan sekolah, baik di dalam maupun di luar kelas, adalah pelanggaran serius karena sekolah umumnya melarang penggunaan tembakau. Tindakan ini juga melanggar peraturan kesehatan dan keselamatan siswa.

4. Mewarnai Rambut

Banyak sekolah memiliki aturan tentang penampilan siswa, termasuk larangan mewarnai rambut dengan warna yang mencolok atau tidak

---

<sup>45</sup> Kasmanto Rinaldi, "Penerapan Saksi Terhadap Siswa/Siswi yang Melakukan Pelanggaran di Luar Sekolah," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 1 (2022): 84–94.

alami. Siswa yang melanggar aturan ini dianggap tidak mematuhi standar penampilan yang telah ditetapkan.

#### 5. Berpakaian Tidak Sesuai Ketentuan

Sekolah biasanya memiliki aturan tentang seragam atau cara berpakaian yang sesuai. Siswa yang berpakaian tidak sesuai ketentuan, seperti tidak memakai seragam dengan benar atau mengenakan aksesoris yang dilarang, dianggap melanggar aturan.

#### 6. Terlambat

Keterlambatan masuk sekolah atau kelas adalah pelanggaran yang umum terjadi. Sekolah menetapkan jadwal yang harus diikuti siswa, dan datang terlambat berarti siswa tersebut tidak mematuhi aturan waktu yang telah ditetapkan.

Keterlambatan siswa merupakan masalah yang memerlukan perhatian lebih serius di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Keterlambatan bukan hanya masalah disiplin sederhana, tetapi memiliki dampak signifikan pada berbagai aspek penting di lingkungan sekolah. Dari sudut pandang akademis, keterlambatan dapat mengganggu proses pembelajaran, baik bagi siswa yang terlambat maupun siswa lain yang sudah memulai kelas tepat waktu. Selain itu, kebiasaan terlambat bisa mempengaruhi nilai-nilai kedisiplinan dan tanggung jawab yang berusaha ditanamkan oleh sekolah. Jika terus dibiarkan, hal ini dapat mengubah budaya sekolah, menciptakan lingkungan yang kurang mendukung untuk belajar.



Keterlambatan perlu ditangani lebih serius dengan tindakan yang terstruktur, termasuk melalui penelitian ilmiah yang berfokus pada masalah keterlambatan. Penelitian perlu dilakukan untuk memahami penyebab keterlambatan siswa yang bisa dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor internal seperti manajemen waktu, motivasi pribadi, dan rasa tanggung jawab perlu diperhatikan, selain juga mempertimbangkan faktor eksternal seperti jarak antara rumah dan sekolah, kondisi lalu lintas, atau kebijakan sekolah yang mungkin kurang efektif. Dengan penelitian ilmiah, data yang valid bisa diperoleh untuk memahami permasalahan keterlambatan secara menyeluruh. Hasil penelitian ini nantinya bisa dijadikan dasar dalam merumuskan kebijakan dan strategi yang lebih efektif.

Solusi yang dihasilkan tidak hanya berorientasi pada jangka pendek, tetapi juga membangun strategi jangka panjang yang lebih sistematis. Beberapa langkah seperti pengawasan yang lebih ketat, pemberian sanksi yang lebih tegas, atau penerapan program konseling bagi siswa dapat diuji dan disesuaikan berdasarkan hasil penelitian.

#### e. Pembentukan Kedisiplinan

Meskipun disiplin sering kali dianggap sebagai sesuatu yang sulit dan tidak menyenangkan, penting untuk diingat bahwa pengembangan disiplin merupakan investasi jangka panjang yang sangat berharga dalam kehidupan seseorang. Disiplin memainkan peran krusial dalam membentuk karakter, produktivitas, dan keberhasilan dalam berbagai aspek kehidupan. Untuk membantu membiasakan diri menjadi lebih

disiplin, ada beberapa strategi dan tips yang dapat diterapkan secara konsisten yaitu:<sup>46</sup>

1. Melihat setiap kesempatan baru sebagai pengalaman menarik.

Mengubah paradigma terhadap setiap kesempatan baru sebagai pengalaman hidup yang berharga dan menarik. Melihat setiap tantangan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang akan membantu menguatkan motivasi dalam menjalani setiap langkah.

2. Menyelesaikan tugas-tugas dengan cepat dan tepat

Penting untuk mengerjakan tugas dengan efisien dan cepat. Mengatasi tugas-tugas secara proaktif akan membantu mengurangi beban pikiran yang berkepanjangan, serta meningkatkan produktivitas dan kualitas kerja.

3. Membiasakan diri untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Membangun kebiasaan untuk menyelesaikan apa yang sudah dimulai adalah kunci dalam mengembangkan disiplin yang kuat. Menghindari kebiasaan menunda-nunda pekerjaan akan membantu menjaga konsistensi dan momentum dalam mencapai tujuan.

4. Menghindari menunda-nunda pekerjaan

Penting untuk menghindari perilaku yang mengulur-ulur waktu. Menetapkan batas waktu yang jelas untuk menyelesaikan tugas-tugas akan membantu meningkatkan fokus dan efisiensi.

5. Berusaha menjadi profesional

---

<sup>46</sup> Mustari, *Nilai Karakter Refleksi untuk Pendidikan*. Hlm. 65.

Menjadi profesional yang dapat dipercaya dan memiliki keyakinan dalam kemampuan sendiri adalah aspek penting dalam mengembangkan disiplin, memupuk rasa percaya diri dan keyakinan diri dalam kemampuan untuk menyelesaikan tugas dengan baik akan membantu mempertahankan komitmen terhadap tujuan yang telah ditetapkan.

6. Menghindari kecemasan yang berlebihan

Mengelola kecemasan dengan baik juga merupakan hal yang tidak kalah penting dalam membangun disiplin. Menghindari kecemasan yang berlebihan dan belajar untuk menghadapi tantangan dengan sikap tenang dan positif akan membantu menjaga fokus dan konsentrasi.

7. Menyiapkan diri dengan baik sebelum melakukan suatu tindakan

Menyiapkan diri dengan baik sebelum menjalani suatu tindakan atau aktivitas akan membantu meningkatkan efektivitas dan hasil akhirnya. Merencanakan tahap-tahap yang akan diambil ke depannya akan memberikan arah yang jelas dan memudahkan dalam mencapai tujuan.

8. Merencanakan tahap-tahap yang akan diambil ke depannya Dengan menerapkan strategi-strategi tersebut secara konsisten, seseorang dapat membiasakan diri menjadi lebih disiplin dan menghasilkan perubahan positif yang signifikan dalam kehidupannya.

f. Kedisiplinan Dalam Perspektif Islam

Waktu adalah salah satu anugerah terbesar yang diberikan Allah kepada manusia. Oleh karena itu, manusia sepatutnya menggunakannya

dengan sebaik mungkin untuk melaksanakan tanggung jawabnya sebagai makhluk Allah di dunia. Waktu terdiri dari rangkaian saat, momen, kejadian, atau batasan awal dan akhir dari suatu peristiwa. Tanpa dimensi waktu, kehidupan tidak akan mungkin ada, karena hidup adalah serangkaian gerakan yang terukur.<sup>47</sup> Karena itu, manusia perlu bijaksana dalam menggunakan waktu dengan menerapkan manajemen waktu yang baik.

Manajemen merupakan suatu proses yang melibatkan serangkaian tindakan dalam mengarahkan dan membimbing sekelompok orang untuk mencapai tujuan-tujuan yang telah ditetapkan dalam suatu organisasi. Dengan kata lain, manajemen mencakup kegiatan perencanaan, pengorganisasian, dan pengendalian, yang semuanya bertujuan untuk mencapai hasil yang diinginkan secara efektif dan efisien. Dalam konteks ini, waktu menjadi elemen penting yang harus dikelola dengan bijaksana, karena waktu adalah salah satu sumber daya paling berharga yang Allah SWT berikan secara adil kepada setiap individu di dunia ini.

Waktu bisa diibaratkan sebagai deposito yang sangat berharga, di mana setiap orang, tanpa memandang status sosial, ekonomi, atau moralnya, memiliki jumlah waktu yang sama setiap harinya, yaitu 24 jam atau 1.440 menit, setara dengan 86.400 detik. Orang kaya, miskin, penjahat, maupun ahli ibadah semuanya memiliki kesempatan yang sama

---

<sup>47</sup> Toto Tasmaran, *1 Kecerdasan Ruhaniah* (Jakarta: Gema Insani Press, 2001). Hlm. 54.

untuk memanfaatkan "deposito" waktu tersebut.<sup>48</sup> Cara setiap individu menggunakan waktunya sangat berpengaruh pada hasil yang akan mereka peroleh dalam hidup.

Allah SWT dalam Al-Qur'an, khususnya dalam surah Al-Asr ayat 1-3, mengingatkan kita tentang betapa krusialnya pengelolaan waktu yang berbunyi:<sup>49</sup>

وَالْعَصْرُ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا  
بِالصَّبْرِ

*Demi masa. Sungguh manusia berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati dalam kebenaran, dan saling menasihati dalam kesabaran (Q.S Al-Ashr : 1- 3)*

Ayat-ayat tersebut menegaskan bahwa manusia yang tidak memanfaatkan waktunya dengan baik untuk kegiatan yang bermanfaat akan berada dalam kerugian besar. Oleh karena itu, setiap individu harus mengisi waktunya dengan aktivitas yang positif dan produktif, tidak hanya untuk kepentingan pribadi tetapi juga untuk kebaikan orang lain. Disiplin dalam mengatur waktu adalah kunci untuk menghindari kerugian dan mencapai kebenaran serta kebaikan dalam hidup.

Dalam konteks pengelolaan anggaran di sekolah, prinsip manajemen waktu yang baik juga harus diterapkan. Keterlambatan dalam proses

<sup>48</sup> Ibid. Hlm. 73-74.

<sup>49</sup> Al-Qur'an, 103: 1-3, (Jakarta: Departemen Agama Republik Indonesia, n.d.).

perencanaan, alokasi, dan pelaksanaan anggaran dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, termasuk hilangnya kesempatan untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa. Seperti halnya pengelolaan waktu pribadi, pengelolaan anggaran di sekolah memerlukan kedisiplinan dan perencanaan yang matang untuk memastikan bahwa setiap dana yang tersedia dimanfaatkan secara optimal dan tepat waktu. Keterlambatan dalam hal ini bisa diibaratkan sebagai kegagalan dalam mengelola waktu yang Allah berikan, yang pada akhirnya dapat membawa kerugian bagi seluruh komunitas sekolah.

#### **H. Metode Penelitian**

Metode penelitian adalah kombinasi dari dua kata, yaitu "metode" dan "penelitian". Kata metode sendiri berasal dari Bahasa Yunani "metodus", di mana "meta" berarti menuju, melalui, sesudah, mengikuti, dan "hodos" berarti jalan, arah, atau cara. Dalam pengertian luas, metode adalah cara bertindak sesuai dengan sistem atau aturan tertentu. Dalam konteks penelitian, metode adalah bagian dari metodologi yang menjelaskan teknik atau alat yang digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis data. Sementara itu, penelitian adalah terjemahan dari kata "research", yang berarti pencarian, pengejaran, penelusuran, penyelidikan, atau penelitian. Oleh karena itu, penelitian merupakan usaha untuk mencari informasi atau data yang digunakan untuk memecahkan masalah tertentu. Dengan demikian, metode penelitian adalah prosedur untuk mendapatkan dan merumuskan kebenaran dari objek atau fenomena yang diteliti. Metode penelitian adalah cara yang digunakan untuk



mengumpulkan dan menganalisis data yang dirancang untuk memperoleh pengetahuan melalui prosedur yang dapat dipercaya.<sup>50</sup>

## 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran secara sistematis dan rinci mengenai fakta-fakta aktual dan karakteristik populasi tertentu. Sementara itu, penelitian kualitatif merupakan prosedur yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari individu atau perilaku yang diamati.<sup>51</sup> Oleh karena itu, pendekatan deskriptif kualitatif ini dipilih untuk memudahkan peneliti dalam menggambarkan dan menjelaskan hasil penelitian yang dilakukan.

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber dari mana informasi penelitian diperoleh. Lebih jelasnya, subjek penelitian adalah individu atau objek yang menjadi fokus untuk mendapatkan informasi.<sup>52</sup> Pemilihan subjek dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan kriteria dan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian deskriptif kualitatif. Peneliti memilih subjek penelitian secara langsung berdasarkan karakteristik khusus yang relevan dengan masalah kedisiplinan siswa yang diteliti. Pendekatan ini

---

<sup>50</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Banjarmasin, Kalimantan Selatan: Antasari Press, 2011). Hlm. 10

<sup>51</sup> *Ibid*, hlm. 13 – 14

<sup>52</sup> *Ibid*, 61.

memungkinkan peneliti untuk memfokuskan penelitian pada individu-individu yang dapat memberikan data yang kaya dan mendalam sesuai dengan fenomena yang sedang diteliti.<sup>53</sup> Oleh karena itu, subyek ditentukan berdasarkan kriteria relevan yang telah ditetapkan oleh peneliti, dengan rincian sebagai berikut:

a. Guru Bimbingan dan Konseling (BK), Guru BK dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria:

1. memiliki pengalaman mengajar dan mendampingi siswa dalam bidang bimbingan dan konseling selama minimal tiga tahun,
2. secara aktif menangani kasus-kasus kedisiplinan siswa di sekolah, dan
3. bersedia menjadi informan dalam proses wawancara mendalam.

Di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta terdapat tiga orang guru Bimbingan dan Konseling (BK). Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, Ibu Suhartini dipilih sebagai subjek penelitian karena dinilai paling memenuhi kriteria tersebut. Selain itu, Ibu Suhartini merupakan guru yang paling sering menangani kasus-kasus pelanggaran disiplin siswa dibandingkan dua guru BK lainnya. Tingginya intensitas keterlibatan tersebut mencerminkan tingkat pengalaman dan pemahaman yang lebih mendalam terhadap permasalahan kedisiplinan, sehingga Ibu Suhartini dianggap sebagai informan yang relevan dan representatif dalam penelitian ini.

---

<sup>53</sup> *Ibid*, 65.

- b. Wali kelas yang dijadikan subyek penelitian adalah wali dari kelas siswa yang menjadi fokus dalam kasus kedisiplinan. Dalam hal ini, wali kelas dari kelas XI IPS 1, yaitu Bapak Budi , menjadi informan karena memiliki pengetahuan langsung terkait perilaku dan riwayat kedisiplinan siswa yang bersangkutan.
- c. Siswa Bermasalah dalam Kedisiplinan, Penelitian ini memfokuskan pada siswa yang memiliki masalah dalam hal kedisiplinan, dengan kriteria sebagai berikut:
1. Siswa yang menunjukkan pola keterlambatan datang ke sekolah sebanyak minimal 2 kali dalam seminggu
  2. Keterlambatan tersebut berdampak pada ketidakhadiran siswa dalam kegiatan awal pembelajaran
  3. Tidak adanya izin tertulis atau alasan yang sah yang mendukung keterlambatan tersebut

Sebagai salah satu lembaga pendidikan di wilayah Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 7 memiliki jumlah siswa sekitar 200 orang. Dari keseluruhan populasi tersebut, berdasarkan data yang dihimpun dari guru BK dan wali kelas, terdapat 15 siswa yang tercatat mengalami masalah kedisiplinan. Namun, dari jumlah tersebut, hanya tiga siswa yang memenuhi kriteria subjek penelitian, yaitu siswa yang secara konsisten melakukan pelanggaran kedisiplinan khususnya dalam hal keterlambatan. Ketiga siswa tersebut selanjutnya dijadikan subjek utama dalam

pelaksanaan teknik *behavioral contract* melalui konseling individu, yaitu Pasha (Siswa A), Arda (Siswa B), dan Adit (Siswa C).

Selain subjek penelitian di atas, untuk memvalidasi data, penelitian ini juga melibatkan informan tambahan sebagai sumber data yang terdiri dari 3 orang tua siswa, sumber ini berperan penting dalam memberikan keterangan objektif mengenai perkembangan siswa selama proses konseling berlangsung. Dengan memanfaatkan berbagai perspektif ini, penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif tentang efektivitas teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan kedisiplinan dan perilaku siswa di sekolah ini.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

#### a. Observasi

Observasi didefinisikan sebagai metode untuk melakukan pencatatan secara sistematis mengenai perilaku dengan mengamati atau melihat langsung tingkah laku individu atau kelompok yang menjadi subjek penelitian. Teknik ini melibatkan pemantauan langsung untuk mengumpulkan data yang akurat dan mendetail tentang bagaimana individu atau kelompok berperilaku dalam situasi tertentu. Dengan observasi, peneliti dapat memperoleh wawasan yang mendalam mengenai pola dan dinamika interaksi yang terjadi, serta mendapatkan gambaran yang lebih holistik tentang fenomena yang sedang diteliti. Proses ini memungkinkan peneliti untuk mencatat berbagai aspek perilaku yang

mungkin tidak dapat diungkap melalui metode lain, seperti wawancara atau kuesioner.<sup>54</sup>

Dalam penelitian ini, teknik observasi digunakan untuk memperoleh data mengenai perilaku keterlambatan siswa saat datang ke sekolah, yang menjadi indikator utama dari permasalahan kedisiplinan yang diteliti. Objek observasi adalah tiga orang siswa yang telah teridentifikasi mengalami masalah keterlambatan secara berulang. Observasi dilakukan pada jam masuk sekolah, mulai dari kedatangan siswa di gerbang hingga masuk ke kelas, untuk mencatat waktu kedatangan, ekspresi atau sikap siswa saat datang terlambat, serta tanggapan dari guru piket, wali kelas, atau teman sebaya. Data hasil observasi ini memberikan gambaran langsung mengenai pola keterlambatan dan konteks situasional yang melatarbelakangi perilaku tersebut, sebelum dan sesudah pelaksanaan intervensi konseling.

#### b. Wawancara

Teknik wawancara adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mengajukan sejumlah pertanyaan secara lisan kepada individu yang menjadi subjek wawancara. Metode ini melibatkan interaksi langsung, di mana peneliti dan responden berhadapan secara tatap muka. Dengan cara ini, peneliti dapat mengajukan pertanyaan secara langsung dan memperoleh jawaban yang lebih mendalam serta kontekstual. Teknik wawancara memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi lebih lanjut

---

<sup>54</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*. Hlm. 56.

tanggapan dari responden, mengklarifikasi jawaban, dan menggali informasi tambahan yang mungkin tidak muncul melalui metode pengumpulan data lainnya. Selain itu, teknik ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengamati ekspresi dan bahasa tubuh responden, yang dapat memberikan wawasan tambahan tentang subjek yang sedang diteliti.<sup>55</sup>

Dalam penelitian ini, wawancara digunakan untuk memperoleh data mengenai faktor penyebab keterlambatan siswa datang ke sekolah, upaya yang telah dilakukan oleh pihak sekolah dan keluarga, serta persepsi terhadap perubahan perilaku siswa setelah mengikuti konseling individu menggunakan teknik *behavioral contract*. Wawancara dilakukan terhadap lima kelompok informan utama, yaitu:

1. Guru Bimbingan dan Konseling (BK), untuk menggali pendekatan yang digunakan dalam menangani masalah kedisiplinan siswa, khususnya terkait keterlambatan, serta proses konseling yang dilakukan.
2. Wali kelas dari siswa yang menjadi subjek penelitian, untuk memperoleh informasi mengenai perilaku siswa di kelas, riwayat keterlambatan, dan interaksi sosialnya di lingkungan sekolah.
3. Tiga orang siswa yang menjadi subjek penelitian, guna memahami alasan keterlambatan yang mereka alami, perasaan mereka terhadap aturan sekolah, dan respons mereka terhadap proses konseling.

---

<sup>55</sup> *Ibid*, hlm. 75.



4. Ketiga orang tua dari siswa yang bersangkutan, untuk memperoleh informasi tentang kondisi keluarga, kebiasaan pagi hari di rumah, pola pengasuhan, serta sejauh mana orang tua terlibat dalam upaya memperbaiki kedisiplinan anak terkait jam datang ke sekolah.

Wawancara bersifat semi-terstruktur, sehingga memungkinkan peneliti untuk menggali informasi lebih dalam dan mengembangkan pertanyaan secara fleksibel sesuai dengan dinamika interaksi yang terjadi. Data yang diperoleh dari wawancara ini menjadi sangat penting untuk melihat permasalahan dari berbagai perspektif: sekolah, siswa, dan orang tua.

#### c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah suatu teknik penting dalam pengumpulan data penelitian yang melibatkan penggunaan beragam dokumen sebagai sumber informasi. Jenis dokumen yang digunakan dapat berupa materi tertulis seperti arsip, catatan harian, autobiografi, memoar, koleksi surat pribadi, kliping, dan sebagainya. Selain itu, dokumen terekam juga menjadi bagian penting dari teknik ini, yang meliputi film, rekaman audio, mikrofilm, foto, dan bahan rekaman lainnya. Melalui dokumentasi, peneliti memiliki akses ke berbagai sumber informasi yang mencakup beragam konteks, periode waktu, dan sudut pandang, yang dapat membantu dalam memperkaya pemahaman mereka tentang fenomena yang diteliti. Proses dokumentasi memungkinkan peneliti untuk memeriksa, menganalisis, dan menafsirkan data yang terdapat dalam

dokumen-dokumen tersebut, sehingga memperluas cakupan dan kedalaman penelitian. Oleh karena itu, teknik dokumentasi memiliki peran yang sangat penting dalam menyediakan landasan yang kokoh untuk penelitian yang berkualitas.<sup>56</sup> Dalam penelitian ini, dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pendukung mengenai aktivitas konseling yang telah dilakukan oleh pihak sekolah. Dokumentasi yang digunakan berupa foto-foto proses kegiatan konseling antara guru BK dan siswa, yang menggambarkan pelaksanaan layanan konseling secara langsung.

#### 4. Teknik Analisis Data

##### a. Reduksi Data

Reduksi data melibatkan proses merangkum dan memilih informasi utama, dengan fokus pada aspek yang penting serta mencari pola dan tema.<sup>57</sup> Dalam konteks penelitian ini, data yang terkumpul disajikan dalam bentuk laporan tertulis yang rinci. Laporan ini disusun berdasarkan data yang terkumpul, dengan penekanan pada aspek yang relevan dengan tujuan penelitian. Data yang dikumpulkan diorganisir dan dipilih berdasarkan kesamaan konsep, tema, dan kategori tertentu, sehingga menghasilkan deskripsi yang lebih terfokus pada hasil pengamatan. Pendekatan ini mempermudah peneliti untuk mengeksplorasi data

---

<sup>56</sup> *Ibid*, hlm. 85.

<sup>57</sup> *Ibid*, hlm. 247.

tambahan yang relevan, jika diperlukan, dari data yang telah ada sebelumnya.

#### b. Penyajian Data

Penyajian data adalah tahap penting dalam proses penelitian yang melibatkan penyampaian informasi yang ringkas, jelas, dan terstruktur mengenai hubungan antar kategori yang telah diidentifikasi. Data-data tersebut disusun secara teratur dan terorganisir dalam suatu pola yang memungkinkan pembaca untuk memahaminya dengan lebih baik, sering kali melalui narasi yang mengaitkan berbagai aspek dan temuan.<sup>58</sup> Tujuan utama dari penyajian data adalah untuk memfasilitasi pemahaman yang lebih baik bagi peneliti terhadap konteks dan hasil penelitian yang diperoleh. Dengan melihat data yang telah diatur secara terstruktur, peneliti dapat lebih mudah melihat dinamika dan pola yang muncul dari hasil analisis. Lebih dari itu, penyajian data juga berfungsi sebagai alat evaluasi bagi peneliti untuk menilai apakah kesimpulan yang telah ditarik sudah tepat berdasarkan informasi yang disajikan atau apakah perlu dilakukan analisis tambahan atau peninjauan kembali terhadap data yang telah ada. Dengan kata lain, penyajian data memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melihat gambaran keseluruhan dari temuan mereka dan mengonfirmasi kesimpulan yang telah dihasilkan sejauh ini.

#### c. Penarikan Kesimpulan

---

<sup>58</sup> *Ibid*, hlm. 249.

Proses penarikan kesimpulan ini merupakan tahapan yang penting dalam penelitian, yang terjadi setelah melalui proses reduksi data dan penyajian data. Hal ini bukanlah suatu keputusan yang dibuat sekali lalu selesai, melainkan merupakan proses yang berlangsung secara berkelanjutan selama peneliti berada di lapangan. Penarikan kesimpulan ini seringkali menghasilkan temuan baru yang sebelumnya belum pernah terungkap. Temuan ini bisa berupa deskripsi mendalam atau gambaran yang lebih terang tentang suatu objek yang sebelumnya masih samar atau kurang dipahami. Melalui penelitian yang cermat dan teliti, objek tersebut menjadi lebih jelas dan terbentuklah hubungan-hubungan kausal atau interaktif yang mungkin tersembunyi. Selain itu, penarikan kesimpulan ini juga dapat menghasilkan pembentukan hipotesis atau teori baru yang menggambarkan fenomena yang diamati dengan lebih komprehensif. Dengan demikian, proses penarikan kesimpulan menjadi titik puncak dalam penelitian, di mana temuan baru dan pemahaman yang lebih dalam dapat dihasilkan, memberikan kontribusi penting bagi perkembangan ilmu pengetahuan.<sup>59</sup>

#### 5. Teknik Keabsahan Data

Validasi data atau temuan peneliti menjadi dapat dipertanggungjawabkan ketika apa yang dilaporkan sesuai dengan realitas yang ada dalam objek penelitian. Untuk memastikan validitas ini, peneliti

---

<sup>59</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2022). Hlm. 150.

sering menggunakan metode triangulasi. Triangulasi adalah suatu pendekatan untuk memeriksa keabsahan data dengan cara membandingkan informasi dari berbagai sumber dan melalui berbagai metode, serta dilakukan pada waktu yang berbeda. Dengan memanfaatkan teknik ini, peneliti dapat memastikan bahwa hasil yang diperoleh tidak hanya berasal dari satu sumber atau satu waktu pengamatan saja, melainkan telah dikonfirmasi oleh beragam sumber dan pendekatan, sehingga meningkatkan kepercayaan terhadap kesahihan temuan yang dihasilkan.<sup>60</sup>

Dalam memvalidasi data, penelitian ini melibatkan 4 sumber tambahan yang terdiri dari 1 guru mata pelajaran kelas, 1 guru Bimbingan dan Konseling (BK), 1 orang tua siswa, dan 1 teman siswa tersebut. Keempat sumber ini berperan penting dalam memberikan keterangan objektif mengenai perkembangan siswa selama proses konseling berlangsung. Dengan memanfaatkan berbagai perspektif ini, penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif tentang efektivitas teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan kedisiplinan dan perilaku siswa di sekolah ini.

---

<sup>60</sup> *Ibid*, hlm. 273.

## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan ketiga siswa di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta menunjukkan bahwa keterlambatan dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Siswa A terlambat karena kebiasaan begadang akibat penggunaan ponsel hingga larut malam, Siswa B memiliki pola pikir permisif terhadap disiplin, sedangkan Siswa C terhambat oleh ketergantungan pada transportasi umum yang tidak menentu. Temuan dari guru, wali kelas, dan orang tua menegaskan bahwa keterlambatan berdampak pada semangat belajar, fokus, serta motivasi siswa di kelas. Hal ini menunjukkan bahwa keterlambatan bukan perilaku sederhana, melainkan hasil kombinasi kebiasaan, sikap, dan kondisi lingkungan.

Untuk mengatasi masalah tersebut, konselor menerapkan teknik *behavioral contract* melalui tiga tahap utama. Tahap awal berupa asesmen menyeluruh dengan melibatkan siswa, guru, dan orang tua. Tahap tengah mencakup penyusunan tujuan, analisis ABC, serta pembuatan kontrak perilaku tertulis berisi komitmen, konsekuensi, dan penguatan positif yang dilaksanakan selama dua minggu dengan pengawasan intensif. Tahap akhir menekankan evaluasi, terminasi, dan pemberian umpan balik positif. Hasilnya, keterlambatan siswa menurun signifikan, kesiapan belajar meningkat, serta muncul sikap tanggung jawab dan motivasi intrinsik untuk mempertahankan disiplin.



## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru BK, diharapkan dapat terus memanfaatkan teknik *behavioral contract* sebagai salah satu alternatif layanan konseling individu dalam menangani masalah keterlambatan maupun perilaku kedisiplinan lainnya, dengan tetap menyesuaikan kontrak pada kebutuhan dan kondisi siswa.
2. Bagi Siswa, disarankan agar tetap mempertahankan kedisiplinan yang sudah dibangun melalui proses konseling, serta mengembangkan tanggung jawab pribadi dalam mengatur waktu, belajar, dan kegiatan sehari-hari.
3. Bagi Sekolah, perlu memberikan dukungan berkelanjutan berupa pengawasan, penghargaan, dan kerja sama dengan orang tua agar hasil konseling dapat terjaga secara konsisten.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian serupa dengan melibatkan subjek yang lebih luas, menggunakan variasi teknik konseling lain, atau menambahkan metode kuantitatif agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas konseling dengan teknik *behavioral contract*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an Surah Al-'Ashr (103): 1–3*. Jakarta: Departemen Agama Republik Indonesia, n.d.
- Allen, Jane Elisabeth. *Disiplin Positif (Menciptakan Dunia Penitipan Anak yang Edukatif Bagi Anak Pra-Sekolah)*. Jakarta: Anak Prestasi Pustaka, 2005.
- Arniansyah, Zuli. “Implementasi Layanan Konseling Individu dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Teknik Kendaraan Ringan (TKR) di SMKN 5 Bandar Lampung.” Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Cavanagh, M E. *The Counseling Experience: A Theoretical and Practical Approach*. Psychology-Counseling Series. California: Brooks/Cole Publishing Company, 1982.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 2013.
- Erlina, Nova, dan Laeli Anisa Fitri. “Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus.” *Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL* 03, no. 1 (2016).
- Ferdiansa, Geandra, dan Yeni Kerneli. “Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa.” *Jurnal Ilmu Pendidikan* 3, no. 3 (2021).
- Gibson, R L, Y Santoso, dan M H Mitchell. *Bimbingan dan konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Hidayat, H Syarif. “Pengaruh Kerjasama Orang Tua dan Guru Terhadap Disiplin Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri Kecamatan Jagakarsa-Jaksel.” *Jurnal Pendidikan & Penelitian* 1 (n.d.).

- Hindayah, Yuyu, S W Budhiarti, dan Tita Rosita. "Layanan Bimbingan dan Konseling Individual Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMPN Satu Atap Cikoneng." *Jurnal Fokus* 1, no. 1 (2018).
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga. Edisi 5. Jakarta: Erlangga, 2012.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., Karsih. *Teori dan Teknik Konseling*. Cet. ke-5. Jakarta: Indeks, 2010.
- Komalasari. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks, 2011.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Grasindo, 2008.
- Laudon, C. *Sistem Informasi Manajemen Mengelola Perusahaan Digital Edisi 8*. Yogyakarta: Andi Offset, 2005.
- Majeika, Caitlyn E, Sarah Wilkinson, dan Skip Kumm. "Supporting Student Behavior Through Behavioral Contracting." *TEACHING Exceptional Children* 53, no. 2 (2020): 132–39. <https://doi.org/10.1177/0040059920952475>.
- Masruroh, Siti. "Upaya Peningkatan Kedisiplinan Masuk Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Individu pada Siswa Kelas VII H SMP Negeri 4 Surakarta Semester 1 Tahun 2011/2012." *Artikel Jurnal*, 2012.
- Miltenberger, R G. *Behavior Modification: Principles and Procedures*. Boston: Cengage Learning, 2016.
- Mustari, Mohamad. *Nilai Karakter Refleksi untuk Pendidikan*. Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2014.
- Prayitno., dan Erman. Anti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Cet. ke-3. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013.
- "Profil | SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta." Diakses 9 Agustus 2025. <https://www.smamuh7yogya.sch.id/read/2/profil>.

- Rahmadi. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin, Kalimantan Selatan: Antasari Press, 2011.
- Rinaldi, Kasmanto. “Penerapan Saksi Terhadap Siswa/Siswi yang Melakukan Pelanggaran di Luar Sekolah.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 1 (2022): 84–94.
- Skinner, B F. *Science And Human Behavior*. New York: Macmillan, 1953.
- Sofyan, S Wilis. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2022.
- Susanto, Ahmad. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Tasmaran, Toto. *1 Kecerdasan Ruhaniah*. Jakarta: Gema Insani Press, 2001.
- Winkel, W S, dan M M S Hastuti. *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi, 2005.  
<https://books.google.co.id/books?id=nVlwOAAACAAJ>.