

IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL TEKNIK BEHAVIOUR CONTRACT UNTUK MENGATASI PERILAKU MEMBOLOS SISWA DI SMAN 3 LUBUK BASUNG

Mira Eka Marsusi¹ Siska Muliasari² Masril³

^{1/2/3}Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar
Jl. Sudirman No. 137 Lima Kaum Batusangkar Sumatera Barat
e-mail: miraekamarsusis2@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya kasus perilaku membolos di SMAN 3 Lubuk Basung yang berdampak negatif terhadap prestasi dan kedisiplinan siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses dan efektivitas pelaksanaan konseling individu dengan teknik *behaviour contract* dalam mengatasi perilaku membolos. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap guru bimbingan konseling serta siswa yang memiliki riwayat membolos. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *behaviour contract* mampu meningkatkan kesadaran, tanggung jawab, dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan belajar. Kesepakatan tertulis antara konselor dan konseli terbukti efektif dalam menumbuhkan komitmen siswa untuk mengubah perilaku negatif menjadi positif. Meskipun terdapat kendala seperti keterbatasan waktu dan variasi respons siswa, teknik ini tetap efektif sebagai strategi layanan bimbingan dan konseling untuk menekan perilaku membolos di sekolah.

Kata Kunci: *konseling individu, behaviour contract, perilaku membolos*

ABSTRACT

This study was motivated by the high incidence of truancy at SMAN 3 Lubuk Basung, which has a negative impact on students' academic achievement and discipline. The purpose of this research is to describe the process and effectiveness of implementing individual counseling using the behaviour contract technique to address truancy. This study employed a qualitative approach, with data collected through interviews, observations, and documentation involving guidance and counseling teachers as well as students with a history of truancy. The results show that the application of the behaviour contract technique can improve students' awareness, responsibility, and motivation to participate in learning activities. The written agreement between the counselor and the counselee proved effective in fostering students' commitment to change negative behaviors into positive ones. Although challenges such as limited time and varying student responses were encountered, this technique remains effective as a guidance and counseling strategy to reduce truancy in schools.

Keywords: *individual counseling, behaviour contract, truancy, student discipline.*

PENDAHULUAN

Pendidikan di generasi Z saat ini menjadi salah satu kebutuhan pokok mausia, sejajar dengan kebutuhan akan pangan dan sandang. Hal ini di sebabkan manusia memiliki rasa ingin tahu yang tinggi serta keinginan untuk terus memperbaiki kualitas hidup dari waktu ke waktu. Pendiidikan dapat diperoleh melalui berbagai jalur, baik formal maupun



non formal. Sebagian besar orang tua lebih memilih pendidikan formal bagi anaknya, baik negeri ataupun swasta, yang menyediakan berbagai pilihan program belajar.

Pada hakikatnya, pendidikan merupakan sebuah proses transformasi nilai-nilai kehidupan, yang mencakup pengetahuan, moral, serta keterampilan. Menurut Dian Anggraini dalam sertifikasi et al. (2021), tujuan pendidikan adalah membimbing, mengarahkan peserta didik agar menjadi insan kamil yang memiliki derajat tinggi, baik di hadapan Tuhan maupun sesama manusia. Penelitian yang dilakukan oleh Nindya dan Ummu (di Pristanti dan Ardhiyah, 2023) menegaskan bahwa pendidikan merupakan aspek krusial dalam pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas.

Penyelenggaraan pendidikan di sekolah perlu mendapat perhatian serius dari seluruh pemangku kepentingan, terutama para pemimpin sekolah. Dalam lingkungan keluarga, anak memperoleh pengaruh mendasar yang menjadi dasar pembentukan kepribadiannya. Untuk mengembangkan potensi anak secara optimal, orang tua tidak hanya memberikan pendidikan di rumah, tetapi juga mempercayakan anak kepada lembaga pendidikan formal agar mampu beradaptasi dengan tuntutan zaman dan meningkatkan kualitas dirinya (Diana, 2017).

Pendidikan di sekolah bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan sesuai potensi yang dimilikinya. Melalui proses tersebut, diharapkan siswa dapat tumbuh menjadi generasi muda yang unggul, baik dalam aspek akademik, religius, maupun sosial. Namun dalam pelaksanaannya, lembaga pendidikan formal sering menghadapi berbagai permasalahan, termasuk kenakalan siswa. Fenomena kenakalan pelajar kini semakin marak terjadi seiring perkembangan zaman, dimana banyak siswa terlibat dalam perilaku yang salah/menyimpang seperti mencuri, berkelahi, malas belajar, hingga cabut atau bolos.

Perbuatan membolos oleh siswa banyak ditemukan di desa-desa, bahkan di kota besar. Banyak siswa yang keluar di jam pelajaran berlangsung. Selain itu siswa yang sengaja tidak hadir, biasanya berangkat dari rumah tapi siswa ini nongrong di warung depan sekolah atau sekedar atau main dengan teman yang sama membolos.

Kegiatan belajar mengajar akan tetap berjalan meskipun ada siswa yang membolos, akibat dari siswa yang bolos yaitu tidak mengerti pelajaran, akan semakin sulit mengejar ketinggalan karena siswa tidak mengerti dari dasar materi yang di berikan. Hal ini akan memperparah siswa yang membolos, siswa yang membolos akan merasakan kekurangan teman, motivasi siswa untuk belajar semakin menurun, ketaatan dengan disiplin juga berkurang serta siswa ini akan merasa lebih bebas, dan dampak yang negatif bagi siswa bisa-bisa siswa ini dikeluarkan dari sekolah. Apalagi di kelas XII merupakan kelas yang menentukan lulus atau tidaknya dilihat bagaimana proses belajar siswa di sekolah.

Membolos merupakan salah satu bentuk pelanggaran disiplin yang sering ditemukan di sekolah menengah atas. Bolos ini tidak hanya berdampak pada prestasi akademik siswa, tetapi juga mencerminkan adanya permasalahan psikososial yang perlu ditangani secara serius. Menurut Adinda (2024), perilaku membolos dapat disebabkan oleh ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sekolah, baik dari segi akademik maupun sosial. Dalam konteks ini, layanan konseling individu menjadi salah satu pendekatan strategis yang dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa mengatasi perilaku menyimpang tersebut. Salah satu teknik yang terbukti efektif adalah teknik *behaviour contract*, yaitu



kontrak perilaku yang disepakati antara konselor dan siswa untuk mengubah perilaku tertentu melalui kesepakatan tertulis.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku bolos ini suatu perbuatan pelanggaran tata tertib sekolah yaitu tidak masuk sekolah, meninggalkan sekolah sebelum kegiatan belajar mengajar selesai, menghindari jam mata pelajaran tertentu tanpa sepengetahuan pihak sekolah maupun orang tua dan tanpa izin yang jelas untuk melakukan tujuan tertentu.

Teknik *behaviour contract* berakar pada pendekatan behavioristik yang menekankan pada penguatan positif dan konsekuensi logis sebagai alat untuk membentuk perilaku. Karyanto, Masturi, dan Kiswanto (2023) menjelaskan bahwa melalui kontrak perilaku, siswa dilibatkan secara aktif dalam proses perubahan, sehingga mereka merasa memiliki tanggung jawab terhadap perilaku yang ditargetkan untuk diubah. Hal ini sangat relevan diterapkan di SMAN 3 Lubuk Basung, di mana kasus membolos masih menjadi tantangan yang perlu ditangani secara sistematis dan terukur. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam implementasi layanan konseling individu dengan teknik *behaviour contract* dalam mengatasi perilaku membolos siswa di SMAN 3 Lubuk Basung. Fokus utama adalah pada proses pelaksanaan, efektivitas, serta faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan teknik ini di lingkungan sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, Penelitian kualitatif merupakan suatu metode penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata, tulisan, dan tindakan dari individu atau kelompok yang menjadi objek pengamatan (Sidiq & Choiri, 2019). Pendekatan ini untuk memahami realita secara dalam melalui proses berfikir induksi. Sugiyono (2018), penelitian kualitatif berlandaskan pada filsafat post-positivisme dan digunakan untuk menelaah kondisi objek secara ilmiah, di mana peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam pengumpulan data. Metode ini tidak dimaksudkan untuk memberikan perlakuan terhadap variabel, melainkan untuk memahami pandangan dan pengalaman subjek penelitian.

Subjek penelitian ini adalah siswa SMAN 3 Lubuk Basung yang memiliki riwayat perilaku membolos, dan guru bimbingan dan konseling yang terlibat dalam pelaksanaan teknik *behaviour contract*. Pengambilan subjek dilakukan secara purposive, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Sugiyono (2019) menyatakan bahwa teknik purposive sampling digunakan untuk memilih informan yang dianggap paling mengetahui dan memahami masalah yang diteliti.

Data-data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan terhadap konselor dan siswa untuk menggali pengalaman, persepsi, serta efektivitas pelaksanaan kontrak perilaku. Observasi dilakukan untuk melihat interaksi konseling dan perubahan perilaku siswa secara langsung. Dokumentasi berupa kontrak perilaku, catatan konseling, dan data kehadiran digunakan untuk data pendukung. Creswell (2014) menekankan pentingnya triangulasi data dalam penelitian kualitatif untuk meningkatkan validitas dan keabsahan temuan.

Data-data ini di analisis dengan teknik analisis tematik, yaitu mengidentifikasi pola-pola dan tema-tema yang muncul dari data yang dikumpulkan. Proses analisis



meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Miles, Huberman, dan Saldana (2014) menyatakan bahwa analisis tematik memungkinkan peneliti untuk mengorganisasi data secara sistematis dan mengungkap makna yang mendalam dari fenomena yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling Individual

Konseling Individual itu suatu layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli. Dalam suasana tatap muka, integrasi langsung antara konseli dan Konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami konseli. Pembahasan yang dilakukan bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri konseli (bahkan sangat penting yang boleh jadi penyangkut rahasia pribadi konseli); bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan konseli; namun juga bersifat *spesifik* menuju ke arah pengentasan masalah. Layanan konseling individual adalah jantung hatinya pelayanan konseling secara menyeluruh. (Anidar et al., 2024)

Proses konseling individual ditentukan oleh kecakapan konselor dalam melakukan wawancara konseling. Kecakapan konselor akan terlihat pada kecakapannya dalam melaksanakan wawancara tetapi juga ahli dalam mendengar. Selain itu, pada pihak konseli harus ada rasa terlibat, terbuka, dan mampu mengambil keputusan (Wilis, 2014: 134). Proses wawancara yang dilakukan merupakan langkah yang sangat perlu guna menggali permasalahan yang sedang dialami oleh konseli. (Arikunto, 2019:199) mengatakan wawancara berupa dialog yang dilakukan pewawancara bertujuan untuk memperoleh informasi dari narasumber.

Teknik *Behavioral Contract*

Kontrak perilaku pada dasarnya adalah sebuah kegiatan yang digunakan dalam konseling perilaku. Pendekatan ini, merupakan perilaku manusia dilihat sebagai produk dari kegiatan belajar, yang dipengaruhi oleh pengalaman dari kegiatan atau interaksi individu dengan lingkungannya. Oleh sebab itu, perilaku ini dapat dimodifikasi dengan cara mengelola dan mengatur kondisi-kondisi belajar individu, baik itu yang berkaitan dengan anteseden (stimulus) maupun konsekuensi (akibat). Alwisol (2009:320), berasumsi fundamental dari psikologi behavioristik adalah: (1) Perilaku tunduk pada hukum-hukum tertentu, yang berarti setiap kejadian memiliki hubungan yang teratur dengan kejadian lainnya. (2) Perilaku dapat diprediksi. (3) Perilaku manusia dapat dikendalikan. (Amin, 2017)

Kesepakatan perilaku merupakan suatu penetapan kesepakatan antara dua pihak atau lebih mengenai pola tindakan yang diharapkan dan imbalan yang akan diterima atas pemenuhan pola tindakan tersebut. Kesepakatan ini berfungsi untuk mengklarifikasi ekspektasi serta kewajiban yang harus dipenuhi, beserta konsekuensi yang menyertainya. kesepakatan dapat dimanfaatkan sebagai instrumen untuk mengelola pertukaran penguatan positif di antara para individu yang berpartisipasi. Struktur kesepakatan tersebut menguraikan secara spesifik mengenai subjek yang bertugas, sifat tugas, penerima tugas, kondisi pelaksanaan tugas, serta kondisi pembatalan (Lutfi Fauzan, 2009).

Latipun (2008:144), kesepakatan perilaku adalah sebuah kesepakatan yang terjalin antara dua individu atau lebih (dalam hal ini, konselor dan konseli) dengan tujuan



memodifikasi perilaku secara spesifik pada diri konseli. Konselor memiliki hak atau kewenangan untuk menentukan perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Apabila perilaku yang telah disepakati berhasil dimunculkan, maka konseli berhak menerima penguatan (reinforcement). Pendekatan terapi ini lebih menekankan pemberian penguatan positif terhadap perilaku yang berhasil dibentuk, dibandingkan dengan penerapan sanksi apabila kesepakatan perilaku tidak tercapai.

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah ditemukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa kesepakatan atau kontrak perilaku (*behavior contract*) adalah sebuah metode dalam konseling perilaku yang mengaplikasikan prinsip *operant conditioning*. Kesepakatan atau Kontrak ini berisi sebuah perjanjian atau kesepakatan antara konseli dan konselor mengenai modifikasi perilaku konseli, serta konsekuensi yang akan diterima terkait dengan proses perubahan perilaku tersebut.

Prilaku Absensi atau Bolos

Absensi yang tidak sah, atau yang dikenal sebagai membolos, merupakan fenomena yang telah lama ada dan cukup lazim di kalangan pelajar. Konsep ini dikenal luas oleh individu yang pernah menjalani masa pendidikan formal. Sumintono (2018: 53) mengemukakan, terdapatnya indikasi siswa yang sering bolos sering menggunakan banyak waktu mereka untuk main *game* atau berkumpul dengan rekan sebaya. Berdasarkan hal tersebut, menjadi krusial bagi institusi pendidikan untuk menawarkan pilihan kegiatan yang lebih konstruktif dan bernilai produktif bagi siswa, seperti partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler atau program peningkatan kompetensi.

Berdasarkan uraian ini peserta didik yang tidak hadir di sekolah atau tidak mengikuti kegiatan belajar mengajar tanpa keterangan yang sah atau dengan alasan yang tidak dapat dibenarkan. Kecenderungan siswa untuk bolos sekolah mengindikasikan adanya persoalan internal pada diri siswa, seperti rendahnya dorongan dan ketertarikan terhadap proses pembelajaran atau adanya isu emosional. Peserta didik yang mangkir cenderung mengalokasikan waktunya untuk kegiatan yang kurang bermanfaat atau bahkan berisiko menimbulkan kerugian. (Mauliddiana et al., 2025)

Pelaksanaan Konseling Individu Teknik *Behaviora Contract* dalam menuntaskan Perilaku Membolos Siswa

Pelaksanaan konseling individual teknik *behavioral contract* dinilai efektif karena bertujuan untuk dapat meminimalisir perilaku negatif melalui persetujuan dua belah pihak yaitu konselor dan konseli. Yang mana persetujuan tersebut dilakukan secara tertulis dan lisan antara konselor dan konseli secara terbuka, jelas dengan adanya perjanjian juga sebelumnya (Marisa et al, 2020)

Hasil wawancara dan observasi terhadap guru bimbingan konseling beserta siswa yang mengikuti layanan konseling individu dengan teknik *behaviour contract*, ditemukan bahwa pendekatan ini memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku membolos. Siswa yang sebelumnya memiliki frekuensi membolos tinggi menunjukkan peningkatan kehadiran dan keterlibatan dalam kegiatan belajar setelah mengikuti sesi konseling dengan kontrak perilaku.

Guru bimbingan konseling menyusun kontrak perilaku bersama siswa, yang



berisi kesepakatan tentang target kehadiran, konsekuensi jika melanggar, serta bentuk penghargaan jika berhasil memenuhi komitmen. Menurut Karyanto et al. (2023), keterlibatan aktif siswa dalam menyusun kontrak membuat mereka merasa memiliki tanggung jawab dan kontrol terhadap perilaku mereka sendiri.

Salah satu siswa menyatakan bahwa kontrak perilaku membuatnya lebih termotivasi untuk hadir di sekolah karena adanya penghargaan yang disepakati seperti pujian guru atau kesempatan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini sejalan dengan temuan (Rayoet al. 2023), yang menyebutkan bahwa penguatan positif dalam kontrak perilaku dapat meningkatkan motivasi intrinsik siswa.

Namun terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan teknik ini, seperti kurangnya waktu konselor untuk melakukan monitoring intensif dan adanya siswa yang kurang responsif terhadap kontrak. Adinda, 2024, menekankan bahwa keberhasilan teknik *behaviour contract* sangat bergantung pada konsisten pelaksanaan dan dukungan lingkungan sekolah. Secara keseluruhan, teknik *behaviour contract* terbukti efektif dalam mengurangi perilaku membolos, terutama jika dilakukan secara sistematis dan didukung oleh komunikasi yang baik antara konselor, siswa dan pihak sekolah.

SIMPULAN

Implementasi konseling individu dengan teknik *behaviour contract* di SMAN 3 Lubuk Basung menunjukkan efektivitas dalam mengatasi perilaku membolos siswa. Melalui kesepakatan tertulis yang melibatkan siswa secara aktif, pendekatan ini mampu meningkatkan kesadaran, tanggung jawab, dan motivasi siswa untuk hadir di sekolah. Meskipun terdapat beberapa kendala seperti keterbatasan waktu dan respons siswa yang bervariasi, teknik ini tetap menjadi alternatif yang relevan dan aplikatif dalam layanan bimbingan dan konseling.

Keberhasilan teknik ini sangat dipengaruhi oleh komitmen konselor, dukungan lingkungan sekolah, serta keterlibatan siswa dalam proses perubahan perilaku. Oleh karena itu, disarankan agar sekolah memberikan ruang dan waktu yang cukup bagi guru bimbingan konseling untuk melaksanakan layanan konseling secara optimal, serta membangun budaya sekolah yang mendukung perubahan perilaku positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, Z. N. (2017). Portofolio Teknik-Teknik Konseling (teori dan contoh aplikasi penerapan). *Unnes, July*, 1–57.
- Adinda, F. A. (2024). *Implementasi layanan konseling individu teknik behavior contract dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas XI di SMK Negeri 3 Bandar Lampung* [Skripsi, UIN Raden Intan Lampung]. Raden Intan Repository. <https://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/35058>
- Anidar, J., Firosad, A. M., & Mardison, S. (2024). *Konseling Individual*. 1–23.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Karyanto, K., Masturi, M., & Kiswantoro, A. (2023). Mengatasi perilaku membolos melalui konseling behavioristik dengan teknik behavior contract. *Muria Research Guidance and Counselling Journal*, 2(2), 113–119. <https://doi.org/10.24176/mrgc.v2i2.9902>
- Mauliddiana, A. P., Putri, V. M., Puspitasari, S. D., Sa'adah, K. F. N., Azzahroh, S. A., & Trisya



- Ramadhani, K. K. (2025). Strategi BK Komprehensif dengan Memperhatikan Perkembangan Siswa. *Guidance*, 22(1), 67–79. <https://doi.org/10.34005/guidance.v22i1.4583>
- Marisa, C., Yekti, W. B., & Karneli, Y. (2020). Konseling behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos sekolah di tingkat menengah kejuruan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 330–338. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42421>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Nova, A., Lubis, S. A., & Siddik, D. (2017). Implementasi konseling individu dan konseling kelompok untuk pembinaan akhlak di Madrasah Aliyah Islamic Centre Sumatera Utara. *Edu Riligia*, 1(2), 206–221.
- Pristanti, N. A., & Ardhiyah, U. (2023). Evaluasi Dan Supervisi Bimbingan Dan Konseling Menggunakan Model CIPP. *Coution: Journal of Counseling and Education*, 4(1), 18–29.
- Rayo, V. S., Pandang, A., & Harum, A. (2023). Teknik behavior contract untuk mengurangi perilaku membolos siswa sekolah menengah atas di Kota Makassar. *Pedagogik Journal of Education*, 3(6), 1–10. <https://ojs.unm.ac.id/PJE/article/download/51966/23326>
- Safitri, A. R., Anggraini, D. M., & Muhyatun, M. (2021). Peran pendidikan karakter dalam penggunaan media sosial bagi remaja. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(2), 143–148.
- Sidiq, U., & Choiri, M. M. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*. CV Nata Karya.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tutiona, M. Y., Munir, A., & Ratu, B. (2016). Upaya mengurangi perilaku membolos melalui konseling individual dengan teknik behavior contract pada siswa SMP Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*, 1(1).

