

Penerapan Teknik *Behavior Contract* dalam Mereduksi Perilaku Terlambat Siswa Madrasah Aliyah Wahid Hasyim

Nadiatul Fahiroh^{1*}, Zahrotur Rodiyah², Muhammad Ilham Jamil³, Alya Susanti⁴, Syufi Maulidatur Rohmah⁵, Muhammad Fikri Fauzi⁶

¹⁻⁶Universitas Al-Falah As-Sunniyyah, Jember, Indonesia

*E-mail: 2244510281@inaifas.ac.id

Received: 30 January 2026

Accepted: 16 February 2026

Published: 2 March 2026

ABSTRAK

Perilaku terlambat hadir ke sekolah merupakan bentuk pelanggaran disiplin yang berdampak pada efektivitas pembelajaran serta mencerminkan rendahnya kemampuan regulasi diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam penerapan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dalam mereduksi perilaku keterlambatan siswa di Madrasah Aliyah Wahid Hasyim. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian terdiri atas delapan siswa kelas X dan XI yang memiliki frekuensi keterlambatan tinggi (10–15 kali dalam satu semester). Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, keterlambatan dipengaruhi oleh kebiasaan bangun kesiangan, ketergantungan pada teman, keterbatasan transportasi, serta rendahnya kesadaran terhadap konsekuensi perilaku. Pelaksanaan konseling kelompok memfasilitasi proses refleksi diri, pertukaran pengalaman, dan terbentuknya kesadaran tanggung jawab melalui dinamika kelompok. Penyusunan kontrak perilaku secara kolaboratif memperkuat komitmen siswa melalui penetapan target perilaku, jangka waktu, serta konsekuensi yang disepakati bersama. Setelah intervensi, seluruh siswa menunjukkan penurunan frekuensi keterlambatan disertai perubahan perilaku adaptif, seperti kesiapan berangkat lebih awal, perencanaan kegiatan pagi hari, serta meningkatnya kepatuhan terhadap aturan sekolah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa teknik *behavior contract* efektif diterapkan dalam konseling kelompok karena tidak hanya berfungsi sebagai pengendalian perilaku, tetapi juga sebagai sarana pembentukan regulasi diri dan internalisasi tanggung jawab. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi layanan bimbingan dan konseling dalam menangani masalah kedisiplinan siswa secara edukatif dan preventif.

Kata Kunci: Konseling Kelompok; *Behavior contract*; Kedisiplinan Siswa; Regulasi Diri; Keterlambatan Sekolah

The Application of Behavior Contract Techniques in Reducing Tardiness Among Students at Wahid Hasyim Islamic High School

ABSTRACT

Student tardiness is a form of disciplinary violation that disrupts learning effectiveness and reflects low levels of self-regulation. This study aimed to provide an in-depth description of the implementation of group counselling using the behavior contract technique to reduce student tardiness at Madrasah Aliyah Wahid Hasyim. The study employed a qualitative case study design. The participants consisted of eight students in grades X and XI who demonstrated a high frequency of lateness (10–15 occurrences within one semester). Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation and were analyzed thematically. The findings revealed that prior to the intervention, tardiness was influenced by habitual late waking, dependence on peers, transportation constraints, and low awareness of behavioral consequences. The group counselling sessions facilitated self-reflection, experience sharing, and the development of responsibility through group dynamics. The collaboratively constructed behavior contract strengthened students' commitment through clearly defined behavioral targets, time frames, and mutually agreed consequences. Following the intervention, all participants showed a reduction in tardiness accompanied by adaptive behavioral changes, including earlier preparation for school, better morning planning, and improved adherence to school rules. The study concludes that the behavior contract technique is effective in group counselling settings not only as a behavior control mechanism but also as a means of fostering self-regulation and internalizing responsibility. These findings provide practical implications for guidance and counselling services in addressing student discipline problems through educational and preventive approaches.

Keywords: Group Counselling; Behavior contract; Student Discipline; Self-Regulation; School Tardines

PENDAHULUAN

Kedisiplinan merupakan aspek penting dalam pembentukan karakter peserta didik karena mencerminkan kemampuan individu dalam mengelola diri, mematuhi aturan, serta menghargai waktu. Dalam konteks pendidikan formal, disiplin kehadiran, terutama ketepatan waktu hadir di sekolah memegang peranan penting dalam menunjang efektivitas proses pembelajaran. Ketidapatuhan terhadap aturan waktu tidak hanya berdampak pada peserta didik secara individu, tetapi juga berpotensi mengganggu keberlangsungan pembelajaran di kelas. Karena perilaku terlambat siswa mempengaruhi waktu belajar yang didapatkan siswa (Jannah et al., 2022). Melalui pendidikan, manusia bisa mengubah tingkah laku dan mengembangkan kemampuannya untuk menciptakan kehidupan yang baik di masa mendatang (Putra et al., 2020).

Kebiasaan siswa datang terlambat ke sekolah tidak terpisahkan dari karakteristik perkembangan remaja akhir. Pada fase ini, individu diharapkan untuk memiliki kemampuan self-regulation dan responsibility, yakni kemampuan mengatur perilaku secara mandiri serta bertanggung jawab atas konsekuensi tindakannya. Kedatangan terlambat ke sekolah menunjukkan kelemahan dalam regulasi diri, terutama dalam hal mengelola waktu, membuat keputusan, dan komitmen terhadap aturan yang telah disepakati (Febriyanti et al., 2024).

Perilaku terlambat hadir ke sekolah merupakan salah satu bentuk pelanggaran disiplin yang umum ditemukan di banyak lembaga pendidikan (Astari, 2024). Menurut Aini et al. (2023) perilaku terlambat menjadi salah satu bentuk ketidakmampuan siswa untuk berada pada tempat dan waktu yang telah disepakati sebelumnya. Selain itu, pendapat Puteri et al. (2024) terlambat memang bukan termasuk kategori pelanggaran berat, tetapi merupakan salah satu bentuk pelanggaran yang sering dijumpai di sekolah meskipun sudah ada jadwal kegiatan belajar mengajar yang

disusun dan di tetapkan pihak sekolah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterlambatan dapat muncul dari faktor internal seperti rendahnya motivasi belajar, kurangnya kemampuan manajemen waktu, serta kebiasaan bangun kesiangsan, sedangkan faktor eksternal seperti kondisi keluarga, jarak tempat tinggal, lingkungan pertemanan, dan akses transportasi (Febriyanti, 2024). Faktor lain yaitu siswa yang secara sadar datang terlambat karena menganggap keterlambatan sebagai pelanggaran ringan yang tidak memiliki konsekuensi yang berarti. Kondisi ini sejalan dengan pendapat Prakarsari (2024) yang menyatakan bahwa karena tidak adanya konsekuensi yang dirasakan secara langsung dan konsisten, perilaku tidak disiplin siswa sering kali dipertahankan.

Pada jenjang Madrasah Aliyah (MA), siswa memasuki perkembangan remaja akhir yang ditandai dengan kebutuhan untuk meningkatkan kemampuan self-regulation dan tanggung jawab pribadi. Pada fase ini, remaja diharapkan mampu mengelola waktu, membuat keputusan secara mandiri, serta bertanggung jawab atas konsekuensi perilakunya (Moilanen, 2024). Oleh karena itu, kebiasaan datang terlambat tidak hanya dianggap sebagai pelanggaran aturan sekolah, tetapi juga sebagai tanda bahwa kemampuan mengendalikan diri dan tanggung jawab belum berkembang secara optimal. Apabila tidak ditangani dengan tepat, pola perilaku ini berpotensi berlanjut hingga tahap berikutnya (Maiyulita & Syukur, 2024; H. F. Wahyudi & Hasanah, 2024).

Data menunjukkan bahwa pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026 di Madrasah Aliyah Wahid Hasyim Balung-Jember, Indonesia terdapat delapan siswa kelas X dan XI yang memiliki frekuensi keterlambatan tinggi, yaitu mencapai 10–15 kali. Hasil observasi dan wawancara awal mengungkapkan bahwa keterlambatan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kebiasaan pribadi, ketergantungan pada teman, keterbatasan transportasi, serta sikap permisif terhadap aturan sekolah. Kondisi ini menunjukkan

perluanya intervensi yang lebih terarah, khususnya melalui layanan bimbingan dan konseling.

Upaya mereduksi perilaku terlambat siswa dan menumbuhkan kedisiplinan diperlukan strategi layanan yang memungkinkan siswa menyadari pentingnya disiplin. Salah satu cara yang relevan adalah melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*. Dengan bimbingan dan konseling, individu atau kelompok dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri, perasaan, dan kebutuhan (Khairat Hsb, 2022). Selaras dengan pendapat Nakhma'ussolikhah (2022) pendekatan bimbingan dan konseling komprehensif didasarkan pada upaya pencapaian tugas perkembangan, pengembangan potensi, dan pengentasan masalah-masalah konseli.

Tohirin dalam penelitian Wahyudi (2020) menjelaskan konseling kelompok mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Konseling kelompok memungkinkan peserta saling memberi umpan balik, mengenali perilaku bermasalah, serta memperoleh motivasi untuk berubah melalui dinamika kelompok. Melalui interaksi kelompok, siswa tidak hanya menyadari adanya masalah dalam perilakunya, tetapi juga belajar bertanggung jawab secara sosial atas kesepakatan yang telah dibuat bersama.

Pendekatan konseling perilaku (behavioristik) menurut Muslih dalam penelitian Habsy (2025) ialah proses modifikasi tindakan individu dengan mereduksi kebiasaan negatif dengan mengganti menjadi kebiasaan yang positif. Penerapan teknik *behavior contract* dalam konseling kelompok juga dapat memperkuat komitmen siswa dalam mengubah perilaku melalui pembuatan kesepakatan tertulis yang berisi target perilaku, jangka waktu, serta konsekuensi yang harus dipenuhi. Teknik ini terbukti mampu meningkatkan kontrol diri, tanggung jawab, dan konsistensi perilaku.

Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan

bahwa *behavior contract* memiliki rekam jejak positif dalam mengurangi perilaku bermasalah siswa, namun mayoritas kajian hanya menyoroiti efektivitas akhirnya tanpa menguraikan proses implementasinya secara rinci. Hingga saat ini, belum ada penelitian yang secara spesifik mendeskripsikan proses implementasi teknik *behavior contract* secara rinci dalam layanan konseling kelompok di Madrasah Aliyah. Belum banyak penelitian yang mendokumentasikan bagaimana kontrak dirumuskan, dinegosiasikan, dipantau, serta bagaimana proses tersebut berkaitan dengan perubahan perilaku siswa. Keterbatasan literatur ini membuat pemahaman prosedural mengenai penerapan teknik *behavior contract* di lingkungan MA belum terpetakan dengan baik.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk menilai peran konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dalam upaya penanganan perilaku terlambat, tetapi juga untuk memahami implikasi konseling terhadap penguatan regulasi diri dan tanggung jawab siswa. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi masalah disiplin kehadiran secara lebih edukatif dan fokus pada perkembangan siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Studi kasus merupakan metode penelitian yang dilakukan secara mendalam dan rinci terhadap suatu program, peristiwa, atau aktivitas pada tingkat individu, kelompok, lembaga, maupun organisasi (Septiana et al., 2024). Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai proses pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* pada siswa yang memiliki kebiasaan terlambat. Waruwu (2024) menyatakan bahwa metode penelitian kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang menghasilkan data deskriptif. Data deskriptif tersebut bersumber

dari hasil pengamatan, baik dalam bentuk tertulis, lisan, maupun perilaku subjek penelitian.

Tabel 1. Kriteria Subjek Penelitian

No.	Aspek Kriteria	Deskripsi Kriteria
1.	Frekuensi keterlambatan	Siswa memiliki frekuensi keterlambatan ke sekolah kurang lebih 10-15 kali.
2.	Tingkat kelas	Siswa berasal dari kelas X atau XI Madrasah Aliyah Wahid Hasyim.
3.	Kesediaan mengikuti layanan	Siswa bersedia mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh.
4.	Jumlah subjek	Delapan siswa yang memenuhi seluruh kriteria penelitian.

Subjek penelitian ditentukan melalui purposive sampling, yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2022). Data diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk melihat dinamika perilaku sebelum dan selama intervensi; wawancara digunakan untuk menggali alasan keterlambatan dan perubahan perilaku; sedangkan dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data presensi, catatan kontrak perilaku, dan bukti pelaksanaan layanan.

Tabel. 2 Prosedur Konseling

No.	Tahap Prosedur Konseling	Deskripsi Data
1.	Identifikasi Masalah	Konselor mengidentifikasi masalah melalui observasi awal, wawancara dan pemeriksaan data kehadiran siswa. Tahap ini bertujuan untuk memastikan bahwa perilaku terlambat merupakan masalah utama dan berulang. Konselor berperan sebagai <i>assesment</i>

No.	Tahap Prosedur Konseling	Deskripsi Data
		<i>facilitator</i> yang menggali faktor internal dan eksternal keterlambatan siswa sebelum memberikan layanan.
2.	Pembentukan Kelompok	Konselor membentuk kelompok konseling yang terdiri dari 8 siswa dengan masalah yang relatif serupa, yaitu frekuensi keterlambatan tinggi. Pada tahap ini, konselor berperan sebagai <i>group leader</i> yang menetapkan aturan dasar dan menciptakan suasana aman serta tidak menghakimi.
3.	Pelaksanaan Sesi Konseling	Konseling kelompok dilaksanakan dalam 4 sesi, dengan setiap sesi berlangsung 30-45 menit. Konselor berperan aktif dalam memfasilitasi diskusi, mengelola dinamika kelompok, serta mendorong <i>peer influence</i> dan <i>social learning</i> antar anggota.
4.	Penyusunan Kontrak Perilaku	Konselor dan siswa menyusun kontrak perilaku secara tertulis sebagai komitmen untuk mengubah perilaku melalui proses negosiasi. Konselor bertindak sebagai <i>behavioral mediator</i> yang memastikan kontrak disusun dalam konteks konseling, bukan sebagai hukuman institusional.
5.	<i>Monitoring</i> dan Evaluasi	Konselor melakukan <i>monitoring</i> selama 2 minggu setelah kontrak diterapkan melalui observasi kehadiran, umpan balik siswa, dan refleksi kelompok singkat. Evaluasi dilakukan untuk menilai perubahan perilaku,

No.	Tahap Prosedur Konseling	Deskripsi Data
		konsistensi dalam melaksanakan kontrak, serta faktor pendukung dan penghambat. Pada tahap ini, konselor bertindak sebagai <i>reinforcement agent</i> yang memberikan dorongan terhadap perubahan perilaku positif.

Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Hamila & Rustan, 2023; Miles & Huberman, 1994). Pada tahap reduksi data, peneliti memilih dan memfokuskan data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang relevan dengan perilaku keterlambatan siswa, seperti kebiasaan datang terlambat, alasan keterlambatan, serta respons siswa terhadap kontrak perilaku.

Selanjutnya, pada tahap penyajian data, data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk deskriptif naratif dan tabel ringkas untuk menggambarkan proses konseling kelompok, dinamika interaksi antar siswa, serta perubahan perilaku sebelum dan sesudah penerapan kontrak perilaku. Tahap penarikan kesimpulan dilakukan dengan menginterpretasikan pola dan hubungan antar tema, khususnya bagaimana komitmen yang dibangun melalui kontrak perilaku dalam dinamika kelompok berkontribusi terhadap perubahan perilaku keterlambatan siswa. Kesimpulan bersifat sementara dan terus diverifikasi melalui penelusuran ulang data hingga diperoleh temuan yang konsisten. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dengan membandingkan informasi dari siswa dan guru BK, serta triangulasi teknik melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian disajikan berdasarkan temuan utama

yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap delapan siswa yang mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*. Temuan disajikan dalam tiga tema utama berikut.

Tabel. 3 Tema Utama Temuan

No.	Tema Utama	Uraian Singkat
1.	Pola perilaku keterlambatan siswa	Menggambarkan kebiasaan dan bentuk keterlambatan siswa sebelum diberikan intervensi.
2.	Dinamika konseling kelompok dan proses penyusunan <i>behavior contract</i>	Menjelaskan proses konseling kelompok dan penyusunan kontrak perilaku.
3.	Perubahan perilaku siswa setelah intervensi	Menguraikan perubahan perilaku siswa setelah intervensi dilakukan.

Pola Perilaku Keterlambatan Sebelum Intervensi

Data presensi menunjukkan bahwa delapan siswa (MRN, ABA, AF, ATN, MIF, MDH, ADU, dan MRA) memiliki frekuensi keterlambatan tinggi, yaitu antara 10–15 kali selama semester ganjil tahun ajaran 2024/2025. Observasi awal memperlihatkan bahwa keterlambatan terjadi hampir setiap hari pada siswa yang sama.

Wawancara awal mengungkapkan bahwa penyebab keterlambatan didominasi oleh faktor kebiasaan dan lingkungan. Beberapa siswa menyatakan sering bangun kesiang dan kurang mampu mengatur waktu pada pagi hari. Sebagian lainnya mengalami kendala transportasi, seperti menunggu teman untuk berangkat bersama atau tidak memiliki kendaraan pribadi. Ada pula siswa yang secara sengaja datang terlambat karena menganggap keterlambatan bukan masalah serius dan tidak jera meskipun telah mendapat teguran guru piket. Secara analitis, pola ini menunjukkan indikasi rendahnya kemampuan self-

regulation, khususnya pada aspek manajemen waktu, pengendalian impuls, dan evaluasi konsekuensi perilaku.

Selain itu, observasi guru menunjukkan bahwa beberapa siswa tidak menunjukkan rasa bersalah ketika terlambat dan tetap masuk kelas dengan santai meskipun pembelajaran telah berlangsung. Kondisi tersebut memperlihatkan lemahnya internalisasi nilai kedisiplinan serta kurangnya kesadaran reflektif terhadap dampak sosial dari perilaku yang dilakukan.

Dinamika Konseling Kelompok dan Proses Penyusunan *Behavior contract*

Proses konseling kelompok berlangsung dalam beberapa sesi yang melibatkan diskusi mengenai dampak keterlambatan, refleksi diri, serta pemahaman konsekuensi perilaku. Selama konseling, siswa mulai menyadari bahwa keterlambatan tidak hanya memengaruhi diri sendiri, tetapi juga mengganggu proses pembelajaran dan menambah beban guru mata pelajaran. Salah satu siswa menyatakan, "Saya baru sadar ternyata guru harus mengulang materi karena saya terlambat, jadi bukan hanya saya yang rugi." Pernyataan ini menunjukkan adanya proses refleksi yang muncul melalui diskusi kelompok.

Pada tahap berikutnya, konselor memfasilitasi penyusunan kontrak perilaku. Kontrak disusun secara tertulis dan memuat komponen berikut.

Tabel 4. Komponen Teknik *Behavior contract*

No.	Komponen Kontrak Perilaku	Implementasi dalam Konseling Kelompok
1.	Target Perubahan Perilaku	Perilaku yang ditargetkan adalah kedatangan siswa ke sekolah tepat waktu sesuai dengan jam masuk yang telah ditentukan.
2.	Jangka Waktu Komitmen	Kontrak perilaku dilaksanakan dalam jangka waktu tertentu sesuai kesepakatan antara

No.	Komponen Kontrak Perilaku	Implementasi dalam Konseling Kelompok
		konselor dan anggota kelompok konseling.
3.	Konsekuensi Positif	Siswa yang berhasil menjalankan komitmen memperoleh penguatan positif berupa nilai tambahan dari guru mapel.
4.	Konsekuensi Pelanggaran	Apabila komitmen dilanggar, siswa menerima konsekuensi yang telah disepakati bersama sebagai bentuk tanggung jawab.

Keterlibatan aktif siswa dalam merumuskan kontrak membuat mereka merasa memiliki tanggung jawab pribadi terhadap kesepakatan tersebut. Salah satu siswa mengungkapkan, "Karena ini kesepakatan kami sendiri, jadi rasanya lebih malu kalau melanggar." Proses ini memperkuat motivasi internal karena kontrak dibangun melalui relasi konseling, bukan sebagai bentuk hukuman institusional. Secara awal, dinamika ini menunjukkan mulai berkembangnya kesadaran diri dan tanggung jawab personal sebagai bagian dari proses regulasi diri.

Perubahan Perilaku Setelah Intervensi

Berdasarkan catatan guru BK dan hasil observasi selama masa intervensi, sebagian besar siswa secara konsisten menunjukkan penurunan frekuensi keterlambatan dibandingkan kondisi sebelum konseling dilaksanakan. Siswa mulai berupaya hadir lebih awal, dan beberapa di antaranya menyampaikan bahwa mereka menyiapkan kebutuhan sekolah pada malam hari agar lebih mudah mengatur waktu.

Secara observasional, siswa terlihat datang sebelum bel berbunyi dan langsung menuju kelas tanpa singgah ke kantin seperti sebelumnya. Perubahan

perilaku ini mengindikasikan bahwa kontrak perilaku membantu siswa membangun kebiasaan yang lebih terstruktur dalam mengelola waktu kehadiran. Secara keseluruhan, temuan ini memperlihatkan berkembangnya regulasi diri dan tanggung jawab personal dalam konteks kedisiplinan sekolah.

Pembahasan

Keterlambatan Siswa sebagai Pola Perilaku dan Masalah Regulasi Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku mampu menurunkan frekuensi keterlambatan siswa di Madrasah Aliyah Wahid Hasyim. Temuan ini mengindikasikan bahwa keterlambatan tidak sekadar pelanggaran tata tertib sekolah, melainkan pola perilaku yang terbentuk melalui interaksi antara kebiasaan personal dan konteks lingkungan sosial.

Pada tahap awal penelitian, siswa mengalami keterlambatan berulang yang dipengaruhi oleh kebiasaan bangun kesiangan, menunggu teman berangkat bersama, serta persepsi bahwa keterlambatan tidak memiliki konsekuensi yang berarti. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa keterlambatan telah berfungsi sebagai kebiasaan yang dipertahankan oleh penguatan lingkungan. Oleh karena itu, perubahan perilaku tidak dapat terjadi secara spontan, tetapi membutuhkan intervensi sistematis yang melibatkan kesadaran dan komitmen aktif siswa.

Tingginya keterlambatan sebelum intervensi juga menunjukkan adanya masalah regulasi diri. Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk merencanakan, memantau, dan mengevaluasi perilaku dalam mencapai tujuan tertentu (Moilanen, 2024; Rodzeń & Gajda, 2024). Dalam konteks penelitian ini, siswa tidak hanya mengalami kesulitan mengatur waktu, tetapi juga dalam pengambilan keputusan dan prioritas perilaku. Beberapa siswa menunda persiapan sekolah hingga pagi hari, bergantung pada teman, serta tidak menunjukkan rasa bersalah ketika terlambat. Hal

tersebut menunjukkan lemahnya kontrol diri dan rendahnya evaluasi konsekuensi perilaku. Dengan demikian, keterlambatan bukan sekadar persoalan kedisiplinan, melainkan berkaitan dengan kemampuan regulasi diri, khususnya dalam manajemen waktu dan tanggung jawab personal.

Peran Dinamika Konseling Kelompok dalam Pembentukan Kesadaran Diri

Dalam konseling kelompok, perubahan perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh arahan konselor, tetapi terbentuk melalui dinamika kelompok. Komitmen perubahan muncul melalui pengaruh teman sebaya (peer influence) yang berfungsi sebagai kontrol sosial terhadap perilaku individu (Bunda et al., 2024; Falk et al., 2025). Berbeda dengan pendekatan disiplin formal yang bersifat eksternal, komitmen dalam penelitian ini dibangun melalui relasi konseling yang kolaboratif sehingga siswa terlibat secara sadar dalam proses perubahan.

Dinamika kelompok menyediakan ruang reflektif yang aman bagi siswa. Melalui diskusi dan pertukaran pengalaman, siswa mulai menyadari bahwa keterlambatan tidak hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga mengganggu proses pembelajaran dan membebani guru. Ketika siswa mendengar pengalaman anggota lain, terjadi proses pembelajaran sosial. Proses ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang menyatakan bahwa individu mempelajari perilaku melalui observasi dan interaksi dengan orang lain dalam lingkungan sosial (Mangal et al., 2024; Ott, 2024). Siswa kemudian membandingkan perilakunya dengan anggota kelompok lain sehingga muncul evaluasi diri.

Perubahan perilaku dalam kondisi ini tidak hanya dipengaruhi oleh instruksi konselor, melainkan oleh internalisasi norma kelompok. Dengan demikian, kelompok berfungsi sebagai media pembentukan kesadaran sosial sekaligus penguatan norma kedisiplinan.

Kontrak Perilaku sebagai Mekanisme Pembentukan Komitmen dan Kontrol Diri

Penerapan teknik kontrak perilaku memberikan struktur konkret bagi perubahan perilaku. Secara teoretis, teknik ini berakar pada pendekatan behavioristik yang menekankan hubungan antara stimulus, respons, dan konsekuensi dalam pembentukan perilaku (Addaeroby & Febriani, 2024; Anggriani, 2023). Kontrak perilaku tidak hanya berupa kesepakatan tertulis, tetapi berfungsi sebagai penguatan terstruktur yang membantu siswa memahami hubungan antara tindakan dan akibat yang diperoleh.

Melalui penetapan target kedatangan tepat waktu, jangka pelaksanaan, serta konsekuensi yang disepakati, siswa memahami bahwa setiap perilaku memiliki dampak tertentu. Keterlibatan siswa dalam menyusun kontrak menjadi faktor penting karena kontrak dirumuskan bersama sehingga menumbuhkan rasa kepemilikan terhadap kesepakatan tersebut. Selain itu, keberadaan anggota kelompok lain menciptakan ekspektasi sosial yang mendorong siswa mempertahankan komitmennya. Hal ini menjelaskan mengapa kontrak perilaku dalam setting kelompok lebih efektif dibandingkan pemberian aturan sepihak oleh sekolah.

Perubahan Perilaku dan Pembentukan Kebiasaan Adaptif

Perubahan perilaku setelah intervensi memperkuat interpretasi tersebut. Siswa mulai menyiapkan perlengkapan sekolah sejak malam hari, berangkat lebih awal, dan langsung masuk kelas tanpa singgah ke kantin. Perubahan ini menunjukkan terbentuknya kebiasaan baru, bukan sekadar kepatuhan sementara.

Kontrak perilaku berfungsi sebagai sarana pembentukan kebiasaan adaptif melalui pengulangan perilaku yang konsisten (DiMatteo et al., 2025). Ketika perilaku baru dilakukan berulang dan diperkuat oleh lingkungan kelompok, terbentuk regulasi diri yang lebih

stabil. Dengan demikian, siswa datang tepat waktu bukan karena takut hukuman, melainkan karena memahami konsekuensi dan merasa bertanggung jawab terhadap komitmen kelompok.

Implikasi Teoretis dan Praktis dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa efektivitas *behavior contract* tidak hanya ditentukan oleh keberadaan kesepakatan tertulis, tetapi oleh proses psikologis yang menyertainya, yaitu refleksi diri, pengaruh sosial kelompok, dan internalisasi tanggung jawab. Penelitian ini memperluas kajian sebelumnya yang umumnya hanya menekankan penurunan perilaku bermasalah tanpa menjelaskan mekanisme perubahan perilaku.

Implikasinya, kontrak perilaku tidak seharusnya dipahami sebagai alat kontrol atau hukuman, melainkan sebagai strategi pembelajaran perilaku yang membantu siswa mengembangkan regulasi diri. Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam menangani masalah kedisiplinan secara edukatif dan preventif karena tidak hanya menekankan kepatuhan aturan, tetapi membangun kesadaran serta tanggung jawab personal siswa.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku terlambat siswa di Madrasah Aliyah Wahid Hasyim dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal, antara lain kebiasaan bangun kesiangan, ketergantungan pada teman, keterbatasan transportasi, serta rendahnya kesadaran terhadap pentingnya kedisiplinan waktu. Tingginya frekuensi keterlambatan pada delapan siswa mengindikasikan perlunya intervensi yang sistematis melalui layanan bimbingan dan konseling.

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku terbukti mampu memfasilitasi siswa memahami dampak keterlambatan serta

menumbuhkan motivasi untuk melakukan perubahan. Penyusunan kontrak perilaku secara kolaboratif memberikan kejelasan target perilaku, konsekuensi, serta komitmen yang lebih kuat dari siswa. Dinamika kelompok berperan penting dalam membangun kesadaran diri melalui umpan balik antaranggota dan pengalaman bersama.

Setelah intervensi dilakukan, seluruh siswa menunjukkan penurunan frekuensi keterlambatan disertai perubahan perilaku yang lebih adaptif, seperti datang lebih awal, menyiapkan kebutuhan sekolah sejak malam hari, mengurangi ketergantungan pada teman, serta menunjukkan tanggung jawab yang lebih baik terhadap aturan sekolah. Temuan ini menegaskan bahwa teknik kontrak perilaku efektif diterapkan dalam konseling kelompok untuk meningkatkan regulasi diri dan kedisiplinan kehadiran siswa.

Secara praktis, konseling kelompok berbasis kontrak perilaku dapat menjadi strategi intervensi yang tepat bagi guru BK dalam menangani masalah kedisiplinan secara edukatif dan preventif. Secara keilmuan, penelitian ini menunjukkan bahwa kontrak perilaku yang disusun secara kolaboratif dalam dinamika kelompok tidak hanya berfungsi sebagai alat kontrol perilaku, tetapi juga sebagai sarana internalisasi tanggung jawab dan penguatan kontrol diri siswa. Temuan ini membuka peluang penerapan pada penanganan perilaku maladaptif lainnya di lingkungan sekolah.

Penelitian selanjutnya disarankan melakukan studi komparatif dengan teknik behavioristik lain, seperti positive reinforcement, serta penelitian longitudinal untuk mengkaji keberlanjutan perubahan perilaku siswa setelah layanan konseling berakhir.

REFERENSI

Addaeroby, M. F., & Febriani, E. (2024). Application Of Skinner's Behaviorist Learning Theory In Learning Arabic Speaking Proficiency/ Penerapan

Teori Belajar Behavioristik Skinner Dalam Pembelajaran Maharah Kalam. *Jurnal Bahasa Arab*, 1(1), 33–42. <https://doi.org/10.69988/mx5kzs45>

Aini, W. H., Saman, A., & Pandang, A. (2023). Pengaruh Teknik Self-Management Dalam Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Pada Siswa SMP Negeri 2 Bajeng Barat the Influence of Self-Management Techniques in Overcoming Tardiness Behavior Among Students of SMP Negeri 2 Bajeng Barat. *Pinisi Journal of Education*, 3, 1–20.

Anggriani, N. (2023). Behaviorism category of individual Behavior profile. *Indonesian Journal Education*, 2(3), 70–74. <https://doi.org/10.56495/ije.v2i3.375>

Astari, Z. (2024). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Terlambat Siswa ke Sekolah (Studi Kasus di SMA Swasta Mujahidin Pontianak). *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 10397–10405.

Bunda, I. P., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2024). Penerapan Pendekatan Kelompok dalam Konseling Remaja: Evaluasi terhadap Perubahan Perilaku. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 3777–3787. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1378>

DiMatteo, M. R., Martin, L. R., & Haskard-Zolnierrek, K. B. (2025). Habits. In *Health Behavior Change and Treatment Adherence* (pp. 170–203). Oxford University Press New York. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197778586.003.0007>

Falk, E., Scholz, C., Cooper, N., & Gomes, V. (2025). Behavior Change and Social Influence. In *Handbook of Social Psychology 6th Edition. Situational* Press. <https://doi.org/10.70400/CGDA1887>

- Febriyanti, P. (2024). Gambaran Faktor-Faktor Yang Melandasi Perilaku. *HELPER Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran*, 41(2), 58–67.
- Febriyanti, P., Deliviana, E., & Wigunawati, E. (2024). Gambaran Faktor-Faktor Yang Melandasi Perilaku Terlambat Siswa Di SMK Hatawana. *Cendikia: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(6), 454–474.
- Habsy, B. A. (2025). Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Di Sman 18 Surabaya. *CONS-IEDU: Islamic Guidance and Counseling Journal*, 05(01), 138–149.
- Hamila, H., & Rustan, E. (2023). The Impact of the Free Fire Online Game on Language Attitudes Elementary School Students. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 6(1), 97–110. <https://doi.org/10.24256/pijies.v6i1.3963>
- Jannah, F., B, N., & Wahyudi, A. (2022). Upaya Sekolah Dalam Meminimalisir Keterlambatan Masuk Kelas Siswi Kelas VIII Di MTS Al-Mardiyah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Penelitian Thawalib*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.54150/thame.v1i1.45>
- Khairat Hsb, F. H. (2022). Kajian Bimbingan Dan Konseling: Kualitas Hubungan Suami-Istri Dan Kesehatan Mental Ibu Rumah Tangga. *Journal of Islamic Education Guidance and Counseling*, 3(1), 7–14.
- Maiyulita, R., & Syukur, Y. (2024). Hubungan Kontrol Diri dengan Kenakalan Remaja di Sekolah. *AHKAM*, 3(1), 376–386. <https://doi.org/10.58578/ahkam.v3i1.2742>
- Mangal, J. P., Clark, A. E., & Hildenbrand, J. D. (2024). *Social Learning Theory and the Health Professions Educator* (pp. 77–98). <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-6756-5.ch004>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. sage.
- Moilanen, K. L. (2024). Self-regulation. In *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 444–457). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-96023-6.00080-4>
- Nakhma'ussolikhah, M. R. (2022). Pendidikan karakter melalui layanan bimbingan dan konseling pada siswa sekolah menengah pertama. *Proceeding of International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 2, 61–78.
- Ott, D. L. (2024). Learning theory—social. In *A Guide to Key Theories for Human Resource Management Research* (pp. 164–170). Edward Elgar Publishing. <https://doi.org/10.4337/9781035308767.ch20>
- Prakarsari, L. T. (2024). Studi Literatur : Penerapan Konseling Kontrak Perilaku (Behavior Contract) Pada Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 4(6), 6–10. <https://doi.org/10.17977/um065.v3.i10.2024.11>
- Puteri, I., Saman, A., & Harum, A. (2024). Penerapan Teknik Behavior Contract Untuk Mereduksi Perilaku Terlambat Siswa Sekolah Menengah Atas Kelas di Kabupaten Soppeng. *PINISI JOURNAL OF EDUCATION*, 4(3), 324–339.
- Putra, H. M., Setiawan, D., Fajrie, N., & Artikel, S. (2020). Perilaku Kedisiplinan Siswa Dilihat Dari Etika Belajar Di Dalam Kelas Info Artikel. *Jurnal Prakarsa Paedagogja*, 3(1), 97–104.
- Rodzeń, W., & Gajda, M. (2024). Research on the Polish short version of the Self-Regulation Scale: a study across adolescents and adults with three independent samples. *Current Issues in Personality Psychology*. <https://doi.org/10.5114/cipp/194596>

- Septiana, N. N., Khoiriyah, Z., & Shaleh. (2024). Metode Penelitian Studi Kasus Dalam Pendekatan Kualitatif. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10(4).
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wahyudi, A. N. (2020). Layanan Konseling Kelompok Dalam Upaya Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik. *IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*, 1(1), 13–16.
- Wahyudi, H. F., & Hasanah, E. (2024). Behavioral Approach Using Shaping Techniques to Increase the Responsibility of Late Student Students in Islamic Boarding Schools. *Demagogi: Journal of Social Sciences, Economics and Education*, 2(2), 73–80. <https://doi.org/10.61166/demagogi.v2i2.18>
- Waruwu, M. (2024). Pendekatan Penelitian Kualitatif : Konsep , Prosedur , Kelebihan dan Peran di Bidang Pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 5, 198–211.