

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN
PENDEKATAN *BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT*
UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP N 2 BANDAR LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan untuk melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu
Bimbingan Dan Konseling

Oleh :

TOVIK SANJAYA

NPM : 1511080310

Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1442 H / 2020 M**

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN
PENDEKATAN *BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT*
UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP N 2 BANDAR LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu
Bimbingan Dan Konseling

Oleh :

TOVIK SANJAYA

NPM : 1511080310

Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Pembimbing I : Nova Erlina, S.I.Q.,M.Ed

Pembimbing II : Dr. Hj Rifda El Fiah, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1442 H / 2020 M**

ABSTRAK

PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN PENDEKATAN *BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 2 BANDAR LAMPUNG

Oleh

Tovik Sanjaya

1511080310

Penelitian ini di latar belakang oleh adanya peserta didik yang memiliki perilaku kurang disiplin sekolah. Terdapat Tiga peserta didik yang menjadi fokus peneliti untuk dilakukannya pembinaan atau bimbingan melalui konseling individu. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan konseling Behavioral dengan teknik yaitu teknik *Behavior Contract* dengan harapan dapat mengubah perilaku yang tidak sesuai menjadi perilaku yang sesuai terhadap peraturan tata tertib sekolah. Dan diharapkan dapat mengubah perilaku kurang disiplin sekolah peserta didik. Karena hal ini sangat berkaitan terhadap proses belajar mengajar dan keberhasilan belajar peserta didik di SMP Negeri 2 Bandar Lampung.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui proses konseling individu dengan teknik *Behavior Contract* dalam menangani peserta didik yang kurang disiplin sekolah. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif dan bersifat deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang di tuju untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada. Teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Objek penelitian yaitu peserta didik yang melanggar peraturan tata tertib sekolah. Sample yang ada dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Bandar Lampung.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Negeri 2 Bandar Lampung telah dilaksanakan dengan baik. Namun masih perlu ditingkatkan agar dapat meminimalisir peserta didik yang masih memiliki kedisiplinan rendah.

Kata kunci : *Teknik Behavior Contract, perilaku Kurang Disiplin, Konseling Individu.*



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl.Letkol H.Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)783260

PERSETUJUAN

Judul : **PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU
MENGUNAKAN PENDEKATAN *BEHAVIOR*
DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA
DIDIK KELAS VIII SMP N 2 BANDAR LAMPUNG**

Nama : **TOVIK SANJAYA**
NPM : **1511080310**
Jurusan : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**
Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqasyah Fakultas
Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Nova Erlina, S.I.Q.,M.Ed
NIP.197811142009122003

Pembimbing II

Dr. Hj Rifda El Fiah, M.Pd
NIP.196706221994032002

Mengetahui
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Hj Rifda El Fiah, M.Pd
NIP.196706221994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Letkol H.Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)783260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN PENDEKATAN *BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 2 BANDAR LAMPUNG”**. Disusun oleh **Tovik Sanjaya, NPM : 1511080310**, Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah di Ujikan dalam sidang Munaqosah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal : **Jumat, 26 Juni 2020**.

TIM SIDANG MUNAQOSAH

Ketua Tim Penguji	: Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag	(.....)
Sekretaris	: Mega Aria Monica, M.Pd	(.....)
Penguji Utama	: Andi Thahir, M.A., Ed.D	(.....)
Penguji Pendamping I	: Nova Erlina, S.I.Q., M. Ed	(.....)
Penguji Pendamping II	: Dr. Rifda El Fiah, M.Pd	(.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

**Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd
NIP. 196408281988032002**

MOTTO

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اَوْفُوْا بِالْعُقُوْدِ^ع

Artinya: *“Hai orang- orang yang beriman, penuhilah aqad-aqad itu.”*

(QS.AL-Maidah: 1)¹

اِنَّ اللّٰهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰى يُغَيِّرُوْا مَا بِاَنْفُسِهِمْ^ط

Artinya: *“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”*

(QS. AR-Ra'd : 11)²

¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, Diponegoro, Bandung, 2012,h.106

²*Ibid*, h. 250.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT atas nikmat dan karunia yang diberikan-nya, Sekripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua ku tercinta, untuk Ayahanda Tohir dan Ibunda Sunarti atas segala hal yang telah kalian berikan, atas untaian doa yang tak pernah henti, atas keridoan kalian sehingga anakmu dipermudahkan oleh Dzat yang maha pengasih dan penyayang. Terimakasih atas nasehat, kasih sayang, pengorbanan serta dorongan untuk menyelesaikan karya ini. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu wujud bakti dan ungkapan rasa terimakasih yang tak terhingga.
2. Kakak ku tersayang serta kedua adik ku tercinta yang selalu mendoakan ku serta pemberi semangat kepadaku, terimakasih atas segala kasih sayangmu.
3. Almamater yang saya banggakan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan pada tanggal 04 Juli 1996 di Desa Margajaya, Kecamatan Metro Kibang, Kabupaten Lampung Timur Provinsi Lampung. Penulis Adalah anak ke Dua dari Empat Bersaudara dari pasangan bapak Mardi dan Ibu Sunarti.

Penulis mengawali Pendidikan di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 2 Margajaya Kecamatan Metro Kibang Lampung Timur pada tahun 2003 tamat pada tahun 2009, lalu melanjutkan ke jenjang Pendidikan di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Kibaang Lampung Timur Pada tahun 2009 dan tamat pada tahun 2012, kemudian melanjutkan Pendidikan di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Metro pada tahun 2012 dan tamat pada tahun 2015. Pada tahun 2015 penulis melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Selama menjadi peserta didik dan mahasiswa penulis aktif dalam mengikuti kegiatan intra maupun ekstra. Pada saat penulis menempuh Pendidikan di SMP, penulis pernah menjabat sebagai ketua OSIS, pada saat menempuh Pendidikan di MAN, penulis menjabat sebagai sekretaris MPK dan sebagai ketua Pramuka. Pada saat menjadi mahasiswa, penulis aktif di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Pramuka, dan dipercaya menjabat sebagai Ketua bidang Kegiatan dan Oprasional di tahun 2018, dan sebagai Sekretaris Pramuka Pada tahun 2019.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada sah pelita kehidupan, seiring berjalan menuju ilahi, Nabi Muhammad SAW. Serta kepada keluarga, sahabat dan para pengikutnya.

Skripsi dengan judul **“PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN PENDEKATAN *BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMPN 2 BANDAR LAMPUNG”** adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan, namun berkat bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus tulusnya kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya.
2. Ibu Dr. Hj Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Sekaligus Sebagai Pembimbing II
3. Ibu Rahma Diani, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
4. Ibu Nova Erlina, S.I.Q.,M.Ed selaku pembimbing I, yang telah banyak meluangkan waktu atas bimbingan, kesabaran dan pengorbanan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Bapak dan ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menimba ilmu di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
6. Bapak kepala sekolah, para Dewan Guru, dan Peserta didik SMPN 2 Bandar Lampung yang telah bersedia membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
7. Keluarga besar yang selalu mendukung, mendoakan penulis untuk menyelesaikan skripsi.
8. Sahabat seperjuangan serta rekan-rekan Bimbingan Konseling Angkatan 2015.
9. Semua pihak yang telah membantu yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas semuanya.

Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, hal ini disebabkan masih terbatasnya ilmu dan teori penelitian yang penulis kuasai. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan dan kritik yang bersifat membangun untuk skripsi ini.

Akhirnya dengan iringan terimakasih penulis memanjatkan doa kehadiran Allah SWT semoga jerih payah dan amal bapak-bapak dan ibu-ibu serta teman-teman sekalian akan mendapatkan balasan yang sebaik-baiknya dari Allah SWT dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan para pembaca pada umumnya. Aamiin..

Bandar Lampung, 26 Juni 2020
Penulis

Tovik Sanjaya
NPM : 1511080310

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
ABSTRAK	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identikasi Masalah	14
C. Fokus Penelitian.....	14
D. Batasan Masalah	15
E. Rumusan Masalah.....	15
F. Tujuan Penelitian	15
G. Manfaat Penelitian	15

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Individual	17
1. Pandangan Umum atau Paradigma Bimbingan Konseling	17
2. Pengertian Konseling	19
3. Pengertian Konseling Individual.....	19
4. Unsur-unsur Individual	21
5. Prinsip-prinsip Konseling Individual	23
6. Kepribadian atau Personaliti Seorang Konselor	24
7. Tujuan Konselig Individual.....	28
8. Problematika Konseling Individual.....	30

9. Langkah-langkah Konseling Individual	31
10. Pentingnya Konseling Individual	32
11. Azas Dalam Konseling Individual	32
12. Keterampilan Dasar Konseling Individual	36
B. Pendekatan Konseling Behavioral	37
1. Pengertian Konseling Behavioral	37
2. Hakikat Manusia	39
3. Konsep Dasar dan Karakteristik Behavioral	40
4. Tujuan Konseling Behavioral	41
5. Fungsi Terapi Behavior	44
6. Ciri Terapi Behavior	45
7. Teknik-Teknik Terapi Behavior	45
8. Kelebihan dan Kekurangan Behavior	48
C. Teknik Kontrak Perilaku	49
1. Pengertian Behavior Contract	49
2. Syarat-syarat Dalam Memantapkan Behavior Contract	54
3. Prinsip Dasar Behavior Contract	55
4. Tujuan Behavior Contract	56
5. Manfaat Behavior Contract	56
6. Tahap-tahap Behavior Contract	56
7. Kelebihan dan Kekurangan Behavior Contract	57
D. Kedisiplinan Peserta Didik	57
1. Pengertian Kedisiplinan	57
2. Aspek-aspek Kedisiplinan	60
3. Bentuk-bentuk Kedisiplinan	61
4. Indikasi Perilaku Kedisiplinan	63
5. Tujuan Diadakanya Disiplin	65
6. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Disiplin	67
7. Cara Menanamkan Kedisiplinan	69
E. Kerangka Berfikir	72
F. Kajian Penelitian Yang Relevan	74

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Sifat Penelitian.....	78
B. Tempat, Waktu Dan Subyek Penelitian	80
C. Sumber Data.....	80
D. Metode Pengumpulan Data	81
1. Observasi.....	82
2. Wawancara.....	83
3. Dokumentasi	85
E. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data.....	86
1. Ketekunan Pengamatan.....	86
2. Triangulasi Data	87
F. Analisis Data	89
1. Reduksi Data	89
2. Penyajian Data (Display Data).....	90
3. Verifikasi Data	90

BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Penelitian.....	92
B. Pembahasan Hasil Penelitian	113

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	124
B. Saran.....	126

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Peserta Didik Kurang Disiplin Di Kelas VIII SMP N 2 Bandar Lampung	11
2. Data Peserta Didik Yang Kurang Disiplin dan Jenis-jenis Pelanggaran Tata Tertib	13
3. Kerangka Berfikir	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :

- 1 Surat balasan penelitian dari sekolah SMP N 2 Bandar Lampung
- 2 Rencana Pelaksanaan Layanan
- 3 Lembar keterangan validasi wawancara
- 4 Pedoman Observasi
- 5 Pedoman wawancara
- 6 Profil SMP N 2 Bandar Lampung
- 7 Form Perjanjian Kontrak Perilaku
- 8 Foto Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Suatu lembaga yang formal bagi siswa untuk menuntut serta memperoleh pengetahuan dalam pengembangan bakat dan minat disebut sekolah. Dalam menggapai kesuksesan dimasa depan, maka pendidikan adalah hal yang sangat dibutuhkan. Pendidikan dibutuhkan guna menaikkan martabat manusia, dan kesejahteraan. Sekolah adalah suatu bagian dari pendidikan. Sekolah juga dijadikan tempat untuk melakukan kegiatan pembelajaran, dari sinilah siswa dapat mengembangkan dan menambah pengetahuan.

Pendidikan moral, etika, mental, spiritual, dan positif dikembangkan untuk membangun karakteristik siswa. Pada proses pendidikan, guru dan siswa bersifat interaktif. Ada kemungkinan bahwa tindakan yang dapat menyesuaikan dengan norma ataupun peraturan sekolah dapat menumbuh dan mengembangkan nilai-nilai disiplin pada siswa. Sekolah merupakan suatu lembaga yang formal mempunyai aturan maupun peraturan khusus, ini sejalan berdasarkan tujuan pendidikan nasional yang tercantum pada UU No. 20 tahun 2002 pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional.¹

¹Undang – undang Nomor 20 Tahun 2003 *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, (Jakarta: Lembar Negara Republik Indonesia, 2003), h.6.

Aturan sekolah salah satunya adalah disiplin, lebih dikenal dengan istilah kode etik sekolah. Mencapai keberhasilan kegiatan belajar mengajar, siswa dituntut untuk mematuhi disiplin sekolah guna melatih individu untuk bersikap tanggung jawab.

Disiplin sekolah merupakan suatu perilaku yang memastikan standar moral dibutuhkan, sehingga pendidikan berjalan lancar dan tanpa gangguan, hal ini diungkapkan oleh Foerster.² Dengan disiplin, perasaan malas, tidak terorganisir, dan keberatan yang harus diatasi, siswa tahu bahwa disiplin akan memfasilitasi proses pendidikan yang lancar, lingkungan belajar yang mendukung, dan tentunya mereka dapat menerapkan suatu tindakan yang disiplin.

Peraturan sekolah merupakan kegiatan untuk mendidik siswa agar dapat berperilaku sesuai aturan, hal ini siswa dituntut untuk menerapkan kedisiplinan di sekolah. Kemajuan sekolah dapat ditentukan dari berbagai aspek, salah satunya yaitu kedisiplinan siswa. Sekolah yang terorganisir akan menerapkan proses belajar yang baik, sedangkan di sekolah yang tidak terorganisir akan jauh berbeda. Cara memperbaiki situasi dan kondisi yang tidak disiplin itu tidak mudah, karena pelanggaran yang terjadi di sekolah telah terbiasa dilakukan. Ini membutuhkan usaha dari berbagai pihak untuk berubah, sehingga beberapa macam yang melanggar aturan dan disiplin sekolah dapat dihindari.

²Koesuma, *Pendidikan Karakter Strategi Mendidik Anak Di Zaman Global*, (Jakarta: Grasindo, 2010), h. 234.

Peran guru BK diharapkan dapat membantu dalam menangani masalah siswa, terutama dalam ranah perilaku yang dapat membahayakan siswa, hal ini untuk meningkatkan perilaku di sekolah.

Adanya bimbingan dan konseling di sekolah diharapkan dapat membantu untuk memecahkan masalah motivasi guna untuk memberikan bantuan pada siswa untuk mencapai tujuan dari pendidikan yang diharapkan. Sebagaimana dijelaskan pada surat Al-Maidah ayat 2 tentang konsep dasar dari bimbingan dan konseling juga memberikan pertolongan serta bantuan:

.....» وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ۚ

Artinya: “Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya(Q.S. Al-Maidah: 2).”³

Berlandaskan ayat di atas Anda harus membantu sesama manusia, dan jangan menjerumuskan seseorang ke dalam tindakan berbahaya (merugikan). Karena sebenarnya segala yang dilakukan dengan baik akan mendapat berkah dari Allah SWT. Guru BK diharapkan bisa membantu dan menolong siswa yang memiliki masalah berkaitan dengan tindakan sehingga dapat membahayakan aspek pribadi dan sosial mereka. Salah satu tindakan yang merugikan siswa di bidang pendidikan adalah kurangnya perilaku disiplin.

³Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, (Bandung: Depag RI Pusat, 2007) h.106.

Tujuan pendidikan nasional memiliki tujuan yang sama dengan lembaga pendidikan formal salah satunya yaitu sekolah. Pencapaian ini tidak selalu berjalan dengan lancar sebab penyelenggara pendidikan tidak sederhana akan tetapi bersifat kompleks. Beberapa aspek yang dapat mempengaruhi pencapaian tujuan dari pendidikan, diantaranya aspek dari siswa maupun dari sekolah. Salah satu aspek utama yang dihadapi siswa adalah kurangnya tindakan disiplin. Maka dari itu, dalam mencapai tujuan dari pendidikan adalah dengan cara menerapkan kedisiplinan.

Kedisiplinan adalah suatu kondisi yang diciptakan dan dibentuk melalui proses serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai kepatuhan, ketaatan, kesetiaan, ketertiban, dan keteraturan. Sikap dan perilaku ini diciptakan melalui proses pengasuhan sejak usia dini, dimulai dari lingkungan keluarga pendidikan dan pengalaman dapat dicontohkan dalam lingkungannya.⁴

Disiplin sekolah yang ada akan berguna dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif dan efektif, peraturan yang ada tidak menghambat atau membatasi tetapi sebaliknya mengatur, mempercepat, dan menciptakan suasana kegiatan bersama yang adil, terorganisir, tertib, teratur rapi, dan menjaga suasana perdamaian bersama. Masalah disiplin sekolah sangat luas dan beragam, dalam pembahasan ini penulis membatasi pembahasan disiplin khusus yang lebih mengarah terhadap tata tertib di sekolah.

⁴Parijodarminto, Soegeng, *Disiplin Kiat Menuju Sukses*, (Jakarta : Pradya Paramita, 2004) h. 23.

Dalam Al-Quran ditetragkan tentang kedisiplinan dalam surat Al-Ashr ayat 1-3 yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ٢ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا
بِالصَّبْرِ ٣

Artinya: “*Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal shaleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran*(Al- Ashr Ayat 1-3).”⁵

Surat di atas menjelaskan bahwasannya manusia yang tidak bisat menggunakan waktu mereka dengan sebaiknya adalah di antara kelompok yang kurang beruntung. Surat itu dengan jelas memberitahukan kepada kita semua bahwasannya Allah sudah memerintahkan para hamba-Nya untuk menerapkan hidup disiplin. Sebab dengan disiplin kita bisa hidup terarah, tetapi jika kita hidup tanpa disiplin, itu dapat diartikan bahwa hidup kita tidak terarah dan nantinya akan menjadi berantakan.

Pada dasarnya disiplin siswa di sekolah berguna sebagai pengontrol diri, rasa hormat, dan tanggung jawab pada aturan yang berlaku. Tindakan disiplin jika dapat diterapkan dengan baik, konsisten, dan akibatnya akan berdampak baik pada kehidupan siswa. Tindakan disiplin juga dapat menyemangati mereka untuk belajar sebanyak mungkin. Dengan penerapan disiplin, siswa bisa belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya,

⁵Departemen Agama RI, *Al- Quran Dan terjemahanya* (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2006), h. 601.

dan dengan demikian menyeimbangkan diri mereka berinteraksi dengan orang lain.⁶

Banyak disiplin yang berkaitan dengan peraturan yang perlu dipatuhi. Disiplin seperti itu disebabkan oleh eksternalitas. Disiplin yang baik adalah disiplin internal, yang merupakan disiplin yang disertai dengan sikap tanggung jawab dan kesadaran. Disiplin negatif sering disebut dengan disiplin eksternal, sedangkan disiplin positif dapat disebut dengan disiplin internal.

Terdapat dua konsep tentang disiplin, diantaranya yakni disiplin positif dan disiplin negatif. Disiplin positif identik pada pendidikan dan pengajaran sebab ia mendorong perkembangan pribadi yang meliputi pengendalian diri. Disiplin positif ini mengacu pada motivasi diri. Disiplin negatif berarti kontrol oleh kekuatan eksternal yang biasanya dilakukan dengan cara yang kurang memuaskan atau takut akan hukuman.⁷

Sikap-sikap disiplin yang diungkapkan oleh Winkel W.S dan Sri Hastutidiantaranya yaitu: a) datang di kelas tepat waktu. b) mematuhi hubungan sosial di sekolah c) dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, d) dapat belajar di rumah.⁸

⁶Tu'u, Tulus, *Peran disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*, (Jakarta: Grasindo. 2004), h. 35.

⁷Yusuf, Syamsu. *Disiplin Diri Dalam Belajar Dihubungkan Dengan penanaman Disiplin Yang dilakukann Orang Tua Dan Guru*. (Bandung : Tesis. FPS. IKIP.1989) h. 22.

⁸Winkel W.S. Dan Sri Hastuti. *Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Institut Pendidikan. 2004) h. 205.

Sementara itu, menurut pendapat Adi Hakim Nasution, dkk, dalam kaitannya dengan pertumbuhan sosial, siswa yang memiliki masalah menunjukkan gejala perilaku menyimpang (pelanggaran) atau menunjukkan tindakan yang tidak biasa dalam diri mereka sendiri, yaitu:

- a. Datang terlambat ke sekolah;
- b. Tidak disiplin dalam seragam;
- c. Malas dalam belajar diantaranya seperti malas mengerjakan tugas, menyontek, mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah, tidak dapat membagi waktu;
- d. Kurang belajar sendiri;
- e. Tidak bisa bagi waktu untuk belajar;
- f. Sering menyontek hasil belajar teman;
- g. Mengerjakan pekerjaan rumah (PR) ketika mengikuti kegiatan belajar mengajar, berkurangnya kemajuan dalam kegiatan dan sebagainya.⁹

Sikap disiplin siswa juga terkait dengan kesadaran diri pada siswa. Kesadaran diri (*self-awareness*) adalah kesadaran proses mental seseorang atau tentang keberadaannya sebagai individu yang unik. Siswa dinilai dalam pembelajaran, jika mereka melakukan hal-hal yang sadar dan berkelanjutan yang telah ditentukan atau telah diprogram oleh pihak sekolah.¹⁰

Disiplin mengarahkan kegiatan dengan tertib, teratur, dan rapi, karena rutinitas juga menentukan kesuksesan untuk menggapai tujuan pembelajaran. Namun, pada dasarnya aturan telah ditulis tetapi nyatanya masih ada siswa yang melanggar aturan berdasarkan yang dilihat. Ada juga siswa yang masih

⁹Andi Hakim Nasution. *Pendidikan Agama dan Akhlak bagi anak dan remaja* (Ciputat : Logos Wacana Ilmu. 2002) h.135.

¹⁰Abdurrahman. *Psikologi Pendidikan Tanpa Kekerasan* . (Yogyakarta Tiara Wacana. 2004) h. 78.

tidak taat dengan peraturan sekolah seperti terlambat sekolah, sering tidak bersekolah (bolos), tidak mendisiplinkan diri sendiri dalam berseragam, tidak disiplin dalam kegiatan ekstrakurikuler, tidak dapat mengatur waktu belajar mereka di rumah. Faktor-faktor ini dapat menghambat pencapaian target pembelajaran maksimum.

Disiplin waktu berkaitan erat dengan implementasi peraturan sekolah yang jelas, tegas, dan disertai dengan kerja sama antar personil di sekolah (guru, siswa, kepala sekolah, maupun karyawan) yang akan mengoptimalkan tujuan pembelajaran siswa. Beberapa pendapat yang sudah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwasannya disiplin merupakan kepatuhan terhadap tata tertib, norma, dan peraturan yang diberlakukan di sekolah. Hadits Nabi saw., memperingatkan kepada manusia untuk memanfaatkan waktu sebaik mungkin. Sabda Nabi SAW yang berbunyi :

وَالْفَرَاحُ الصَّحَّةُ ، النَّاسِ مِنْ كَثِيرٍ فِيهِمَا مَعْبُورٌ نِعْمَتَانِ

Artinya: "Dua nikmat yang sering disia-siakan oleh banyak orang, yaitu kesehatan dan waktu luang (HR Al-Bukhari dari Ibnu 'Abbas)."

Ayat tersebut menerangkan bahwasannya manusia mengalami kerugian ketika kehilangan waktu yang tidak dilalui secara benar-benar, karena waktu yang tidak berguna tidak dapat diulangi lagi, maka semua harus menggunakan waktu untuk melakukan perbuatan baik, mematuhi semua aturan yang telah dibuat, mencari pahala, dan dijauhkan dari larangan. Sebab pada ayat tersebut Allah menerangkan bahwasannya kehilangan akan terjadi pada manusia kecuali mereka yang beriman. Di sinilah peranan guru BK yang

diperlukan untuk berurusan dengan siswa dalam memecahkan masalah, salah satu kelemahan dari disiplin siswa.

Sehingga peran guru BK dapat membantu mengurangi ketidakdisiplinan para siswa, siswa dapat berpartisipasi saat kegiatan belajar mengajar di sekolah sebanyak yang mereka inginkan, dan siswa dapat mencapai hasil belajar seperti rekan-rekan mereka. Salah satu pencegahan yang bisa dilakukan untuk mengurangi siswa yang memiliki disiplin rendah diantaranya menggunakan teknik *Behavior Contract*.

Behavior Contract merupakan perjanjian tertulis ataupun tidak tertulis diantara kedua pihak, hal ini berdasarkan kamus konseling dan terapi,. Thomas Hobbes mengungkapkan dalam filsafat sosial, yang digunakan pada konseling adalah antara konseli dan konselor dijadikan sebagai sarana untuk memperoleh perjanjian, memfasilitasi pencapaian tujuan untuk penyembuhan.¹¹ Sementara itu, Latipun mengungkapkan bahwa *Behavior Contract* merupakan perjanjian antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk merubah tindakan konseli. Konselor dapat memilih tindakan mana yang nyata dan dapat diperoleh dari kedua belah pihak. Sesudah perilakunya ditampakkan, hadiah dapat diberikan kepada konseli.¹²

¹¹Mapiare A.T Andi, *Kamus Istilah Konseling dan Terap*, (Jakarta: Grafindo Persada Raja, 2006), h. 64-65.

¹²Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UPTUMM, 2008), h. 145.

Beberapa pendapat ahli di atas peneliti menyimpulkan bahwasannya *Behavior Contract* sebagai kontrak dan perjanjian, dua atau lebih (penasihat dan konseli) tujuannya mengubah perilaku konseli maladaptif ke tindakan adaptif. Setelah perilaku dipertimbangkan, hadiah dapat diberikan kepada konseli. Peneliti memilih teknik ini sebab memfokuskan pada pemberian hadiah, hukuman, dan penguatan. Konseli diberi hukuman jika tidak dapat mematuhi kontrak yang disepakati dan sebaliknya jika konseli dapat mengubah perilakunya sesuai dengan kontrak yang disepakati, maka hadiah akan diberikan sehingga konseli dapat mempertahankan tindakan adaptif yang telah diambilnya.

Dari hasil pengamatan awal (pra-penelitian) siswa di SMP N 2 Bandar Lampung, peneliti menemukan bahwa masih ada sejumlah kasus yang terjadi pada saat kegiatan pembelajaran di sekolah. Kasus yang terjadi salah satunya yaitu kurangnya perilaku disiplin.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK di SMPN 2 Bandar Lampung, bahwasanya sebanyak 15 % dari jumlah seluruh peserta didik 307 peserta didik mengalami disiplin belajar yang rendah. Dari keterangan guru BK, masih ada peserta didik yang terkesan kurang serius bahkan kadang terkesan belajar semaunya sendiri dalam mengikuti pelajaran. Hal ini dapat diketahui saat proses belajar mengajar berlangsung, masih ada peserta didik yang datang terlambat dalam masuk kelas, tidak pernah mencatat pelajaran, mengobrol dengan teman saat belajar, tidak mendengarkan dan memperhatikan penjelasan guru karena sibuk

mengerjakan PR bidang study yang lain, lambat dalam mengerjakan tugas atau PR.¹³

Dari sini peneliti mendapatkan data-data guna memperkuat keberadaan siswa yang memiliki tindakan disiplin rendah berdasarkan rekap data pada disiplin siswa dan hasil dari wawancara dengan guru BK di SMPN 2 Bandar Lampung. Data siswa kurang disiplin, dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

**“Tabel 1
Data Peserta Didik Kurang Disiplin di Kelas VIII
SMP N 2 BandarLampung”**

No	Kelas	Jumlah peserta didik kurang disiplin	Peserta didik
1	8.1	2	DK,PH
2	8.2	6	AH,CR,FS,KA,MR,NA
3	8.3	6	AF,AH,EG,FSM,KAA,MB
4	8.4	4	DR,IG,MRO,NN
5	8.5	3	AK,FZ,FA
6	8.6	2	AR,LA
7	8.7	3	CM,DS,IK
8	8.8	4	AA,AN,DA,FI
9	8.9	8	ARR,CD,DR,FQ,FS,HB,IC,KI
10	8.10	3	AS,GS,RO

“Sumber: Dokumentasi di SMPN 2 Bandar Lampung Tanggal 02 Juli 2019”

Hasil data didapatkan dari wawancara dengan guru BK yaitu Ibu Tri Astuti Yuliandari, S.Pd dan data rekapitulasi tentang aturan perilakubagi siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Bandar Lampung terdapat dalam tabel 1, guru BK dan peneliti fokus pada tiga siswa, termasuk AF, MRO, dan FQ yang bisa digunakan sebagai bahan penelitian untuk memberikan penerapan

¹³Hasil Observasi Di SMP Negeri 2 Bandar Lampung, Tanggal 02 Juli 2019.

konseling perilaku menggunakan teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandar Lampung.

Hasil dari wawancara guru BK yaitu Ibu Tri Astuti Yuliandari, S.Pd ditemukan bahwasannya latar belakang siswa yang tidak melakukan perilaku disiplin meliputi kurangnya perhatian dari orang tua kepada anak-anak mereka karena orang tua selalu sibuk bekerja, pengaruh hubungan dalam lingkungan, pengaruh perkembangan *game online*, mencari perhatian dari guru, bosan dengan pelajaran sekolah, dan latar belakang sekolah yang berbeda.

Peraturan yang sering dilanggar oleh siswa adalah datang terlambat ke sekolah, tidak disiplin ketika berseragam, malas dalam mengerjakan tugas, tidak dapat belajar dengan sendiri, tidak bisa membagi waktu untuk belajar, sering menyontek hasil kerja teman, dan mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah saat belajar di kelas.¹⁴

Dalam hal perilaku tidak disiplin dari 3 siswa, dapat dilihat faktor-faktor yang menyebabkan kurangnya perilaku disiplin. Data dapat dilihat pada tabel berikut:

¹⁴Siti Fatimah, Guru Bimbingan Dan Konseling SMP N 2 Bandar Lampung, *Wawancara*, Tanggal 02 Juli 2019.

“Tabel 2
Data Peserta Didik yang Kurang Disiplin dan Jenis-jenis Pelanggaran
Tata Tertib”

No	Pelanggaran Tata Tertib	Peserta didik			Ket
		AF	MRO	FQ	
1	Terlambat datang ke sekolah	✓		✓	
2	Tidak disiplin dalam berseragam	✓	✓	✓	
3	Malas dalam mengerjakan tugas-tugas	✓	✓	✓	
4	Kurang bisa belajar sendiri		✓	✓	
5	Tidak dapat membagi waktu untuk belajar	✓	✓		
6	Sering mencontek hasil pekerjaan teman	✓	✓	✓	
7	Mengerjakan tugas PR saat mengikuti mata pelajaran	✓	✓	✓	

“Sumber: Dokumentasi di SMP N 2 Bandar Lampung Tanggal 02 Juli 2019”

Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling berfokus pada tiga siswa ini karena mereka sangat mengkhawatirkan tentang tindakan disiplin dan nantinya dapat berakibat negatif pada siswa, diantaranya seperti: minat pada pelajaran akan berkurang, kegagalan dalam mengerjakan ulangan maupun ujian sekolah, hasil studi yang diperoleh mungkin tidak sesuai dengan potensi, tidak naik kelas, dan tertinggal dari teman-temannya dalam penguasaan materi pelajaran.

Dari teori dan data lapangan, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut tentang penanganan guru BK dalam menangani perilaku siswa yang tidak disiplin secara kualitatif deskriptif dan dalam layanan konseling individu menggunakan pendekatan perilaku dengan teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan disiplin siswa di kelas VIII SMPN 2 Bandar Lampung.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah adalah aktivitas untuk melacak, mendeteksi, dan menjelaskan bermacam-macam aspek masalah yang berkaitan dengan topik penelitian maupun masalah yang akan diteliti. Dari uraian latar belakang yang sudah dipaparkan, beberapa temuan penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Upaya meningkatkan kedisiplinan penting bagi siswa, namun masih ada siswa kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Bandar Lampung yang belum disiplin, ini terlihat pada perilaku siswa di sekolah, yaitu masih ada siswa yang melanggar disiplin dan aturan yang berlaku di sekolah.
2. Layanan konseling individual untuk mengatasi masalah kedisiplinan siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandar Lampung.

C. Fokus Penelitian

1. Fokus Penelitian

Fokus Penelitian ini yakni bagaimanakah pelaksanaan pemberian layanan konseling individu menggunakan Teknik Behavior Contract.

2. Sub Fokus Penelitian

Sub fokus penelitian ini yakni bagaimana proses dalam pembuatan kontrak, pelaksanaan kontrak hingga pada evaluasi pelaksanaan kontrak.

D. Batasan Masalah

Penulis membatasi masalah yang akan diteliti, yaitu “Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Pendekatan Behavior dengan Teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik Di Kelas VIII SMPN 2 Bandar Lampung”

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, penulis merumuskan masalah yaitu: “Bagaimana Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Pendekatan Behavior dengan Teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik Di Kelas VIII SMPN 2 Bandar Lampung.”

F. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian adalah: “Untuk mengetahui Bagaimanakah Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Pendekatan Behavior dengan Teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di Kelas VIII SMPN 2 Bandar Lampung.”

G. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan materi pembelajaran, menambah berbagai wawasan serta kontribusi baru bagi para praktisi dan peneliti pada bidang BK (bimbingan dan konseling), terutama untuk para konselor sekolah dalam menghadapi kurangnya tindakan disiplin siswa dan dapat memberikan pengayaan teori, terutama yang terkait dengan disiplin siswa di sekolah.

2. Secara praktis

a) Bagi sekolah

Penelitian ini dapat memberikan informasi tambahan dan referensi dalam melakukan konseling individu dengan teknik *Behavior Contract* di sekolah yang berkaitan dengan peningkatan disiplin siswa.

b) Bagi guru di sekolah

Penelitian ini dapat memberikan informasi tambahan dan referensi dalam memberikan bantuan kepada siswa untuk meningkatkan disiplin siswa.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Individual

1. Pandangan Umum Atau Paradigma Bimbingan dan Konseling

Paradigma bimbingan dan konseling adalah psikopedagogis dalam acuan budaya Indonesia. Pernyataan ini bermakna bahwa para pelaksana yang berkecimpung dalam dunia bimbingan dan konseling wajib menguasai materi-materi psikologi baik psikologi umum psikologi perkembangan, psikologi belajar, psikologi kepribadian, maupun psikologi sosialserta materi pedagogis yakni filsafat, antropologi, dasar-dasar pendidikan, kurikulum, proses belajar dan pembelajaran dan penilaian pendidikan. Selanjutnya dikemas dalam ilmu dan teknologi bimbingan dan konseling dengan warna budaya – termasuk nilai dan norma – Indonesia arah bimbingan dan konseling mengembangkan potensi siswa agar dapat memenuhi tugas- tugas perkembangannya secara optimal.

Pada saat ini telah terjadi pergeseran atau pergeseran paradigma pendekatan bimbingan dan konseling yaitu dari pendekatan yang berorientasi tradisional, remedial, klinis, dan berpusat pada konselor kepada pendekatan yang berorientasi perkembangan dan preventif. Pendekatan bimbingan dan konseling perkembangan (developmental guidance and counseling) atau bimbingan dan konseling komperhensif (comprehensive guidance and counseling). Layanan bimbingan dan

konseling komperhensif didasarkan pada upaya pencapaian tugas-tugas perkembangan, pengembangan potensi, dan pengentasan masalah-masalah konseli. Tugas – tugas perkembangan dirumuskan sebagai standar kompetensi yang harus dicapai konseli, sehingga pendekatan ini disebut juga bimbingan dan konseling berbasis standar yaitu standar kompetensi kemandirian.

Dalam praktiknya, pendekatan ini menekankan kolaborasi antara konselor dengan para professional sekolah/madrasah lainnya. Orang tua konseli, dan pihak terkait lainnya. Pendekatan ini terintegrasi dengan proses pendidikan di sekolah/madrasah secara keseluruhan dalam upaya membantu para konseli agar dapat mengembangkan atau mewujudkan potensi dirinya secara penuh, baik yang menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier. Atas dasar itu maka implementasi bimbingan konseling di sekolah/madrasah diorientasikan kepada upaya memfasilitasi perkembangan potensi konseli yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier; atau terkait dengan pengembangan pribadi konseli sebagai makhluk yang berdimensi biopsikososiospiritual (biologis, psikis, sosial, spiritual).

2. Pengertian Konseling

Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada

individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada terasinya masalah yang dihadapi oleh konseli.¹⁵

3. Pengertian Konseling Individual

Dalam bimbingan dan konseling terdapat beberapa jenis layanan yang diberikan kepada peserta didik, salah satunya yaitu layanan konseling individual. Secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami". Sedangkan Anglo – Saxon, istilah konseling berasal dari "*sellan*" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan".

Menurut Maclean konseling merupakan suatu proses interaksi yang dilakukan secara tatap muka antara dengan seorang individu yang terganggu oleh adanya masalah – masalah yang tidak dapat diatasinya sendiri dengan seorang pekerja yang profesional, yaitu orang yang telah terlatih dan berpengalaman membantu orang lain mencapai pemecahan – pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi.¹⁶

Menurut Sofyan S. Willis "Konseling individual adalah pertemuan konselor dan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk

¹⁵Prayitno, Erma Amti, *Dasar - Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), h.100.

¹⁶*Ibit*100

pengembangan pribadi konseli dan konseli dapat mengantisipasi masalah – masalah yang dihadapinya”.¹⁷

Sedangkan menurut Umar dan Sartono, konseling individual adalah salah satu pemberian bantuan dilaksanakan secara *face to facerelationship* (hubungan langsung muka ke muka, atau hubungan empat mata), antara konselor dengan anak (kasus). Biasanya masalah – masalah pribadi.¹⁸ Diperkuat oleh Tohirin, konseling individu dapat dimaknai sebagai suatu bantuan dari pembimbing kepada terbimbing (individu) agar dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi dalam mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri dan lingkungan secara baik.¹⁹ Menurut Prayitno, layanan konseling individu bermakna sebagai pelayanan kusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan konseli.

Dalam hubungan itu masalah konseli di cermati dan diupayakan pengentasanya sedapat dapatnya dengan kekuatan konseli sendiri. Dalam kaitan itu, konseling di anggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah konseli. Berdasarkan uraian para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu atau perorangan merupakan layanan yang memungkinkan individu mendapatkan layanan langsung secara tatap muka untuk

¹⁷Sofyan. S Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 159.

¹⁸M. Umar & Sartono, *Bimbingan Dan Penyuluhan*, (Bandung: Pustaka Setia, 1998), h. 15.

¹⁹Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007). h. 26.

mengentaskan masalah pribadi yang dihadapinya dan perkembangan dirinya.

4. Unsur – unsur konseling individual

Bimbingan Konseling mempunyai beberapa unsur atau komponen yang saling terkait dan berhubungan antara satu sama lain. Unsur-unsur Bimbingan Konseling pada dasarnya adalah terkait dengan konselor, konseli dan masalah yang dihadapi.

a. Konselor

Konselor adalah orang yang amat bermakna bagi konseli, konselor menerima apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu konseli mengatasi masalahnya disaat yang amat kritis sekalipun dalam upaya menyelamatkan konseli dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka pendek dan utamanya jangka panjang dalam kehidupan yang terus berubah.²⁰ Sedangkan menurut Samsul Munir konselor Islam adalah seseorang yang memiliki kemampuan untuk melakukan konsultasi berdasarkan standar profesi.

b. Konseli

Menurut Sofyan S. Willis, konseli adalah individu yang diberi bantuan oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau atas permintaan orang lain. Sedangkan menurut Roger yang dikutip oleh Latipun menyatakan bahwa konseli itu adalah orang atau individu

²⁰Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2005), h. 45.

yang datang kepada konselor dan kondisinya dalam keadaan cemas atau tidak karuan. Konseli itu manusia yang mempunyai masalah, dan manusia itu sendiri pada hakikatnya tidak akan pernah lepas dari yang namanya masalah. Namun ada konseli yang mampu menghadapi masalahnya dengan bijaksana dan sebaliknya ada juga konseli yang menghadapi masalahnya dengan gejala emosi yang tidak terkendali. Jadi dapat disimpulkan bahwa konseli adalah seorang individu yang mempunyai masalah dan datang kepada konselor untuk menyelesaikan masalahnya karena dirinya sendiri tidak sanggup untuk menyelesaikan masalahnya.

c. Masalah

Sudarsono dalam kamus konseling memberi pengertian masalah adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang atau kelompok mengalami kerugian atau sakit.²¹ Dalam arti singkatnya adalah ketidak sinkronan antara keinginan dan kenyataan. Bimbingan Konseling sangat berkaitan dengan masalah yang dihadapi oleh konseli, baik pria, wanita, anak-anak, dan bahkan orang tua sepanjang itu masih membutuhkan penyelesaian.

5. Prinsip-prinsip Konseling Individual

Konseling sebagai proses membantu individu agar berkembang, memiliki beberapa prinsip penting yaitu:

²¹A. Zaenuri, *Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Dalam Mengatasi Dekadensi Ke-Imanan Seorang Mahasiswa Di Surabaya*, (Skripsi, IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2013), h. 28.

- a. Memberikan kabar gembira dan kegairahan hidup

Dalam hubungan konseling sebaiknya tidak mengungkapkan berbagai kelemahan, kesalahan, dan kesulitan konseli. Akan tetapi berupaya membuat situasi konseling yang menggembirakan. Situasi tersebut akan membuat konseli senang, tertarik untuk melibatkan diri dalam pembicaraan, dan akhirnya akan terbuka untuk membeberkan isi hati dan rahasianya. Dengan suasana yang gembira, kemungkinan besar hati konseli terbuka menerima peringatan-peringatan, dan mudah untuk mengungkapkan kelemahannya.

- b. Melihat konseli sebagai subjek dan hamba Allah

Konseli adalah subjek yang berkembang. Konseli merupakan hamba Allah yang menjadi tugas amanat bagi seorang konselor. Maka dari itu konseli harus dihargai sebagai pribadi yang merdeka. Dalam hubungan konseling, konseli yang harus banyak berbicara mengenai dirinya bukan konselor.²²

6. Kepribadian atau Personaliti Seorang Konselor

Kepribadian dalam bahasa Inggris adalah *personality*. Istilah itu berasal dari bahasa Yunani, yaitu *persona*, yang berarti topeng dan *personare*, yang artinya menembus. Istilah topeng berkenaan dengan salah satu atribut yang dipakai oleh para pemain sandiwara pada zaman Yunani Kuno. Dengan topeng yang dikenakan diperkuat

²² Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Program Bimbingan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta:PT Rineka Cipta, 2000), h. 23.

dengan gerak-gerik ucapannya, karakter tokoh yang diperankan tersebut dapat menembus keluar, dalam arti dapat dipahami oleh para penonton.

Dalam kajian Islam, kata “kepribadian” padanan katanya adalah kata *shakhshiyah*. Jadi, dalam psikologi Islam, kepribadian Islam atau *syakhshiyah Islamiyah* memiliki arti serangkaian perilaku normatif manusia, baik sebagai makhluk individu maupun makhluk sosial yang normanya diturunkan dari ajaran Islam yang bersumber dari Al Quran dan Sunnah.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat kita pahami bahwa kepribadian adalah semua bentuk perilaku dan kebiasaan individu yang terhimpun dalam diri dan digunakan untuk bereaksi dan berinteraksi serta menyesuaikan diri terhadap segala rangsangan baik dari dalam maupun dari luar dirinya.

Seorang konselor harus mempunyai kepribadian yang sehat agar dapat bertindak secara efektif. Kesuksesan praktik konseling sangat tergantung pada kepribadian konselor yang berperan sebagai pemandu, pengarah dan penunjuk jalan tengah dan solusi. Kepribadian yang sehat akan tercipta dengan latihan yang kontiniu, uji coba yang terus-menerus sehingga konselor benar-benar mampu menggiring konseli untuk keluar dari masalah yang dihadapi.

Kepribadian konselor mempengaruhi keefektifan profesi mereka sebagai konselor. Orang yang menjadi konselor juga mengalami kesulitan sama seperti orang lain, baik penuaan, penyakit, kematian, pernikahan,

perceraian dan masalah-masalah lainnya. Dan bisa saja konselor mengalami pengalaman traumatik yang menimbulkan stres, tapi yang paling penting di sini adalah bagaimana konselor menangani masalah yang ditimbulkan oleh peristiwa dalam kehidupannya.

Demi terwujudnya pelayanan dan pemberian bantuan yang tepat guna, maka pribadi konselor harus dipastikan sebagai pribadi yang sehat. Karena kepribadian itu ada kalanya sehat dan ada kalanya tidak sehat. Adapun makna dari kepribadian sehat (psychological wellness) adalah keadaan individu yang mengarah pada perkembangan yang kuat dan kemampuan mental yang memiliki kesesuaian fungsi, sehingga individu mampu mengembangkan kemampuan-kemampuan mentalnya secara lebih baik.

Dengan demikian dapat dipahami bahwa manusia yang berkepribadian sehat adalah manusia yang produktif (berkarakter produktif), yaitu mereka yang mampu mengembangkan potensi, memiliki cinta kasih, imajinasi, serta kesadaran diri yang baik. Orang-orang sehat menciptakan diri mereka dengan melahirkan semua potensi mereka dan pedoman kepribadian sehat untuk tingkah laku bersifat internal dan individual, yakni tingkah laku yang menghasilkan rasa persetujuan dan kebahagiaan dari dalam.

Beberapa kepribadian yang perlu dimiliki oleh seorang konselor adalah:

1. Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk merasakan secara tepat apa yang dirasakan dan dialami oleh orang lain mengkomunikasikan persepsinya. Orang yang memiliki tingkat empati tinggi akan menampakkan sikap bantuannya yang nyata dan berarti dalam hubungannya dengan orang lain, sementara mereka yang rendah empatinya menunjukkan sikap yang secara nyata dan berarti merusak hubungan antar pribadi.

Lebih lanjut Eisenberg and Strayer mengatakan bahwa salah satu yang paling penting dan mendasar pada proses empati adalah pemahaman adanya perbedaan antara individu (perceiver) dan orang lain.

Sehingga dapat diterjemahkan bahwa seseorang yang empatik memiliki sifat dan keahlian-keahlian yang terkait dengan personal komunikasi, perspektif dan kepekaan dalam berinteraksi dengan orang lain, karena orang yang empatik akan memiliki sifat pemahaman atas kondisi dan keadaan orang lain.

2. Respek

Respek menunjukkan secara tak langsung bahwa konselor menghargai martabat dan nilai konseli sebagai manusia. Hal ini mengandung arti juga bahwa konselor menerima kenyataan. Setiap konseli menerima hak untuk memilih sendiri, memiliki kebebasan, kemauan, dan mampu membuat keputusannya sendiri.

Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Patterson bahwa respek itusikap mengakui, menghargai dan menerima konseli apa adanya, tidak membodohbodohkan konseli, terbuka menerima pendapat dan pandangan konseli tanpa menilai atau mencela, terbuka untuk berkomunikasi dengan konseli.

3. Kemampuan

Kemampuan berarti memiliki kesanggupan, kecakapan dan kekuatan untuk melakukan sesuatu. Dari pengertian tersebut dapat diketahui bahwa ketika seseorang melakukan berbagai tugas dalam satu pekerjaan dan dinilai oleh orang lain, maka dapat diketahui kemampuan yang dimiliki orang tersebut. Kesanggupan sebagai suatu kekuatan yang dinamis dan magnetis dari kompetensi pribadi konselor. Konselor yang memiliki sifat potensi ini selalu menampakkan kekuatannya dalam penampilan pribadinya.

4. Kesiapan

Slameto menjelaskan bahwa kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang atau individu yang membuatnya siap untuk memberikan respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap suatu situasi dan kondisi yang dihadapi

5. Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur diri sendiri sehingga bebas dari berbagai tekanan baik yang berasal dari dalam diri maupun dari luar diri. Kemampuan seseorang

untuk mengatur diri sendiri dari tekanan internal dan eksternal dalam pengaktualisasian dirinya menunjukkan bahwa orang tersebut telah mencapai kematangan diri

Dengan demikian dapat dipahami bahwa aktualisasi diri merupakan suatu proses menjadi diri sendiri, tidak meniru dan tidak terkontaminasi dengan dialek; gaya atau sikap orang lain dengan cara mengembangkan sifat-sifat serta potensi individu sesuai dengan keunikannya yang ada untuk menjadi kepribadian yang utuh.

7. Tujuan Konseling Individual

Konseling Individu bertujuan membantu individu untuk mengadakan interpretasi fakta - fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang. Konseling memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku.²³ Sedangkan menurut Prayitno di mana tujuan dari layanan konseling perorangan ada dua, yaitu:

- 1) Tujuan umum: terentaskannya masalah yang dialami *Konseli*
- 2) Tujuan khusus: tujuan khusus layanan konseling perorangan terkait dengan fungsi-fungsi konseling di antaranya adalah *Konseli* memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam, komprehensif dan dinamis sebagai fungsi pemahaman, pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami *Konseli* sebagai fungsi pengentasan, pengembangan dan pemeliharaan potensi *Konseli* dan berbagai fungsi positif yang ada pada *Konseli* merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah *Konseli* dapat dicapai sebagai fungsi pengembangan dan perorangan dapat melayani sasaran bersifat advokasi sebagai fungsi advokasi. tujuan konseling

²³ Rendicka Mayang Nira Shanty & Elisabeth Christiana. Op.Cit. h. 389.

individu adalah agar konseli memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan yang di alami, kekuatan dan kelemahan dirinya, sehingga konseli dapat mengatasinya. Dengan kata lain konseling individu bertujuan untuk mengentaskan masalah yang di alami konseli.²⁴

Dari pendapat beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa konseling individu bertujuan untuk memberikan bantuan kepada peserta didik dalam mengentaskan masalah yang dialami peserta didik melalui layanan konseling individu.

8. Problematika Konseling Individual

Menurut Tohirin, permasalahan – permasalahan yang terdapat dalam konseling individual tidak ditetapkan oleh konselor sebelum proses konseling dilaksanakan. Persoalan atau masalah sesungguhnya baru dapat diketahui setelah dilakukan identifikasi melalui proses konseling. Setelah dilakukan identifikasi, baru ditetapkan masalah mana yang akan dibicarakan dan dibicarakan juga alternative pemecahanya melalui proses konseling dengan berpegang pada prinsip skala prioritas pemecahan masalah. Masalah yang akan dibicarakan (yang menjadi isi layanan konseling individu) sebaiknya ditentukan oleh peserta layanan (peserta didik) sendiri dengan mendapat pertimbangan dari konselor.

Permasalahan atau problematika yang bisa dijadikan isi layanan konseling individual mencakup: (a) Masalah-masalah yang berkenaan dengan bidang pengembangan pribadi, (b) Bidang pengembangan sosial,

²⁴ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Madrasah*, (Jakarta: Raja Pers, 2013), h. 158.

(c) Bidang Pengembangan pendidikan atau kegiatan belajar, (d) Bidang pengembangan karier, (e) Bidang pengembangan kehidupan berkeluarga, (f) Bidang pengembangan kehidupan beragama.

Semua bidang-bidang di atas dapat dijabarkan ke dalam bidang-bidang yang lebih spesifik untuk dijadikan isi layanan konseling individual. Dengan kata lain, pembahasan masalah konseling individual bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut masalah konseli, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah, misalnya masalah yang berkenaan dengan bidang pengembangan pendidikan atau kegiatan belajar, bisa menyangkut tentang kesulitan belajar, sikap dan perilaku, disiplin rendah, prestasi belajar rendah, dan lain sebagainya.²⁵

9. Langkah-Langkah Konseling Individual

Langkah-langkah dalam konseling individual yaitu sebagai berikut:

- a. Persiapan, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman *Konseli* dan waktu.
- b. Rapport, yaitu menjalin hubungan pribadi yang baik antara konselor dan *Konseli* sejak permulaan, proses, sampai konseling berakhir, yang ditandai dengan adanya rasa aman, bebas, hangat, saling percaya dan saling menghargai.
- c. Pendekatan masalah, dimana konselor memberikan motivasi kepada *Konseli* agar bersedia menceritakan persolan yang dihadapi dengan bebas dan terbuka.
- d. Pengungkapan, dimana konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan tentang inti masalah *Konseli* dengan mendalam dan mengadakan kesepakatan bersama dalam menentukan masalah inti dan masalah sampingan. Sehingga *Konseli* dapat memahami dirinya dan mengadakan perubahan atas sikapnya.

²⁵ Dr. Tohirin, M.Pd, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integritas)*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007) h. 159-160.

- e. Diagnostik, adalah langkah untuk menetapkan latar belakang atau factor penyebab masalah yang dihadapi *Konseli*.
- f. Prognosa, adalah langkah dimana konselor dan *Konseli* menyusun rencana rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah yang dihadapi *Konseli*.
- g. Treatment, merupakan realisasi dari dari langkah prognosa. Atas dasar kesepakatan antara konselor dengan *Konseli* dalam menangani masalah yang dihadapi, *Konseli* melaksanakan suatu tindakan untuk mengatasi masalah tersebut, dan konselor memberikan motivasi agar *Konseli* dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai kemampuan yang dimilikinya.
- h. Evaluasi dan tindak lanjut, langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektifitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai oleh *Konseli*, selanjutnya konselor menentukan tindak lanjut secara lebih tepat, yang dapat berupa meneruskan suatu cara yang sedang ditempuh karena telah cocok maupun perlu dengan cara lain yang diperkirakan lebih tepat.²⁶

10. Pentingnya Konseling Individual

Layanan konseling perorangan sangat penting guna membantu peserta didik agar terjadinya perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik dan terentaskannya masalah yang dialami peserta didik, yang dapat mengganggu perkembangan peserta didik, baik yang berhubungan dengan diri pribadi, sosial, karir dan belajar. Pernyataan tersebut diperjelas oleh Prayitno dan Erman Amti “konseling dianggap sebagai layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah konseli (peserta didik)”.²⁷

²⁶ Nila Kusumawati Desak P.E, Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 63.

²⁷Tohirin, *Ibid* h. 157.

11. Asas Dalam Konseling Individual

Kekhasan yang paling mendasar layanan KP adalah hubungan interpersonal yang sangat amat intens antara konseli dan konselor. Hubungan ini benar – benar sangat mempribadi, sehingga boleh dikatakan antara kedua pribadi itu “saling masukmemasuki”. Konselor memasuki pribadi konseli dan konseli memasuki pribadi konselor. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil didalamnya dibangun kemampuan khusus konseli untuk keperluan kehidupannya. Asas - asas konseling memperlancar proses dan memperkuat bangunan yang ada di dalamnya.

1. Etika Dasar Konseling

Etika konseling yang dikemukakan oleh Munro, Manthei, Small yang diterjemahkan oleh Prayitno, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan diambil oleh konseli sendiri, mendasari seluruh kegiatan layanan KP.²⁸ Kerahasiaan tidak pelak lagi, hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi konseli. Untuk ini asas kerahasiaan menjadi jaminannya. Segenap rahasia pribadi konseli yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan konseli akan adanya

²⁸ Prayitno, *Op. Cit*, h. 43.

perlindungan yang demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya pelayanan.

2. Kesukarelaan dan keterbukaan

Kesukarelaan penuh konseli untuk menjalani proses layanan KP bersama Konselor menjadi buah dari terjaminnya kerahasiaan pribadi konseli. Dengan demikian kerahasiaan kesukarelaan menjadi unsur dwi-tunggal yang mengantarkan *Konseli* ke arena proses layanan KP. Asas Kerahasiaan kesukarelaan akan menghasilkan keterbukaan konseli. *Konseli* self-referral pada awalnya dalam kondisi sukarela untuk bertemu dengan konselor. Kesukarelaan awal ini harus dipupuk dan dikuatkan. Apabila penguatan kesukarelaan awal ini gagal dilaksanakan maka keterbukaan tidak akan terjadi dan kelangsungan proses layanan terancam kegagalan. Menghadapi konseli yang non-self-referral tugas konselor menjadi lebih berat, khususnya dalam mengembangkan kesukarelaan dan keterbukaan konseli. Dalam hal ini, seberat apapun pengembangan kesukarelaan dan keterbukaan itu harus dilakukan konselor, apabila proses konseling hendak dihidupkan.

3. Keputusan Diambil oleh Konseli Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian konseli. Berkat rangsangan dan dorongan konselor agar konseli berfikir, menganalisis, menilai dan menyimpulkan sendiri, mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada

diri sendiri dan lingkungannya, akhirnya konseli mampu mengambil keputusan sendiri berikut menanggung resiko yang mungkin ada sebagai akibat keputusan tersebut. Dalam hal ini konselor tidak memberikan syarat apapun untuk diambilnya keputusan oleh konseli, tidak mendesak - desak atau mengarahkan sesuatu, begitu juga tidak memberikan semacam persetujuan ataupun konfirmasi atas sesuatu yang dikehendaki konseli, meskipun konseli memintanya.

Konselor dengan tugas “membiarkan” konseli tegak dengan sendirinya menghadapi tantangan yang ada. Dalam hal ini bantuan yang tidak putus - putusnya diupayakan konselor adalah memberikan semangat (dalam arah “kamu pasti bisa”) dan meneguhkan hasrat, memperkaya informasi, wawasan dan persepsi, memperkuat analisis atas antagonisme ataupun kontradiksi yang terjadi. Dalam hal ini suasana yang “memfrustasikan *Konseli*” dan sikap “tiada maaf” merupakan cara - cara spesifik untuk membuat konseli lebih tajam, kuat dan tegas dalam melihat dan menghadapi tantangan.

4. Asas Kekinian dan Kegiatan

Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu konseli, dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan konseli dalam layanan dijalankan. Tanpa keseriusan dalam aktifitas yang

dimaksudkan itu dikhawatirkan perolehan *Konseli* akan sangat terbatas, atau keseluruhan proses layanan itu menjadi sia – sia

5. Asas Kenormatifan dan Keahlian

Segecap aspek dan isi layanan KP adalah normatif tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. konseli dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku

12. Keterampilan Dasar Konseling Individual

Sofyan, S Wilis mengatakan bahwa keterampilan dasar konseling merupakan kunci sebuah keberhasilan agar tujuan konseling dapat tercapai. Seorang konselor yang efektif harus mampu merespon konseli dengan Teknik atau keterampilan yang benar, sesuai dengan keadaan konseli saat itu. Respon yang baik seperti pernyataan-pernyataan verbal dan non verbal yang dapat menyentuh, merangsang dan mendorong konseli untuk dapat terbuka sehingga dapat menyatakan dengan bebas perasaan, pemikiran, dan pengalamannya.²⁹

Keterampilan dasar konseling yang harus dimiliki seorang konselor adalah sebagai berikut:

1. *Attending*, yakni keterampilan berupa pemberian perhatian, baik verbal maupun non verbal melalui kontak mata, Bahasa tubuh dan mendengarkan. *Attending* adalah sebagai Penerimaan Konselor

²⁹ Sofyan S Wilis *Konseling Individual Teori Dan Praktik* (Bandung. Alfabeta 2013) h 157

terhadap konseli tanpa syarat. Komponen Attending (Ivey, 2005) Kontak Mata, Sikap Tubuh, Bahasa tubuh (gesture), Tingkah laku verbal, Lingkungan yang nyaman

2. *Listening*, yakni keterampilan menangkap inti dan makna pembicaraan tanpa perasangka atau penilaian.

Ada dua cara untuk mengkomunikasikan bahwa konselor mendengarkan, memperhatikan dan memahami apa yang diceritakan konseli, yaitu dengan :

1. Bahasa tubuh

Memberikan gambaran kepada konseli bahwa konselor mendengarkan, memperhatikan dan memahami apa yang diceritakan

2. Mendengarkan aktif

Respon konselor memberikan umpan balik atau merefleksi isi ucapan, pikiran dan perasaan konseli Keterampilan refleksi dan merangkum

3. *focusing* (Pemusatan)

Mengarahkan arah pembicaraan konseli – bahasa tidak terstruktur, tidak sistematis, tidak jelas, terlalu berputar-putar bahkan keluar dari permasalahan awal yang disampaikan kepada konselor. Pemusatan membantu konselor kerangka berfikir yang lengkap dan sistematis.

B. Pendekatan Konseling Behavioral

1. Pengertian konseling Behavioral

Menurut Jp.Chaplin pengertian Behavioral / Behaviorisme adalah suatu pandangan teoritik yang beranggapan, bahwa persoalan psikologi adalah tingkah laku, tanpa mengaitkan konsepsi – konsepsi mengenai kesadaran dan mentalitas.³⁰ Senada dengan Krumboltz & Thoresen dalam surya konseling Behavioral adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.³¹

Konseling Behavioral dikenal juga dengan modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Modifikasi perilaku dapat pula diartikan sebagai usaha menerapkan prinsip-prinsip psikologi hasil eksperimen lain pada perilaku manusia (Bootzin dan Sukadji dalam Gantina).³² Sedangkan menurut Wolpedan Sukadji dalam Gantina, modifikasi perilaku adalah prinsip – prinsip belajar yang telah teruji secara eksperimental untuk mengubah perilaku yang tidak adaptif dilemahkan dan dihilangkan, perilaku adaptif timbul dan dikukuhkan.³³

Dari pendapat – pendapat tersebut peneliti menyimpulkan bahwa konseling Behavioral adalah sebuah proses bantuan yang diberikan oleh guru BK kepada peserta didik dengan menggunakan pendekatan –

³⁰ JP, Chalpin, *Kamus Lengkap Psikologi (Terj.Kartono, Kartini)*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2002), h. 5.

³¹ Muhamad, Surya, *Dasar-Dasar konseling Pendidikan (Teori&Konsep)*, (Yogyakarta: Penerbit Kota Kembang, 2013), h.19.

³² Gantina Komalasari, *Op. Cit*, h. 154.

³³ *Loc. Cit*, h. 154.

pendekatan tingkah laku (Behavioral), dalam hal pemecahan masalah – masalah yang dihadapi serta dalam penentuan arah kehidupan yang ingin dicapai oleh diri peserta didik.

2. Hakikat Manusia

Hakikat manusia dalam pandangan para Behavioris adalah pasif dan mekanistik, manusia dianggap sebagai sesuatu yang dapat dibentuk dan diprogram sesuai dengan keinginan lingkungan yang membentuknya.

Manusia memulai kehidupannya dengan memberikan reaksi terhadap lingkungannya, dan interaksi ini menghasilkan pola - pola perilaku yang kemudian membentuk kepribadian. Perilaku seseorang di tentukan oleh macam dan banyaknya penguatan yang diterima dalam situasi hidupnya. Jadi kesimpulannya teori Behavior ini beranggapan bahwa perilaku manusia adalah efek dari lingkungan, pengaruh yang paling kuat itulah yang akan membentuk diri individu.

Beberapa konsep tentang sifat dasar manusia :

- a. Tingkah laku manusia diperoleh dari belajar dan proses terbentuknya kepribadian adalah dari proses pemasakan dan proses belajar.
- b. Kepribadian manusia berkembang bersama-sama dengan interaksinya dengan lingkungan
- c. Setiap orang lahir dengan membawa kebutuhan bawaan, tetapi sebagian besar kebutuhan dipelajari dari interaksi dengan lingkungan.
- d. Manusia tidak lahir baik atau jahat, tetapi netral. Bagaimana kepribadian seseorang dikembangkan tergantung interaksi dengan lingkungan.

- e. Manusia mempunyai tugas untuk berkembang. Dan semua tugas perkembangan adalah tugas yang harus diselesaikan dengan belajar

3. Konsep Dasar dan Karakteristik Behavioral

a. Konsep dasar konseling

Perilaku dipandang sebagai respon terhadap stimulus atau perangsangan eksternal dan internal. Karena tujuan terapi adalah untuk memodifikasi koneksi – koneksi dan metode – metode timulus – respon (S-R) sedapat mungkin. Kontribusi terbesar konseling Behavioral adalah bagaimana memodifikasi perilaku melalui rekayasa lingkungan sehingga terjadi proses belajar untuk perubahan perilaku.³⁴

Dasar teori konseling Behavioral adalah bahwa perilaku dapat memahami sebagai hasil kombinasi :

- 1) Belajar waktu lalu hubungannya dengan keadaan yang serupa
- 2) Keadaan motivasional sekarang dan efeknya terhadap kepekaan lingkungan
- 3) Perbedaan – perbedaan biologis baik secara genetic atau karena gangguan *fisiologik*

Dengan eksperimen – eksperimen terkontrol secara seksama maka menghasilkan hukum – hukum yang mengontrol perilaku tersebut.³⁵

a) Karakter konseling Behavioral

Karakter konseling Behavioral adalah sebagai berikut :

³⁴Sofyan Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 105.

³⁵*Loc. Cit*, h. 105.

- 1) Kebanyakan perilaku manusia dapat dipelajari dan arena itu dapat dirubah
- 2) Perubahan – perubahan khusus terhadap lingkungan individual dapat membantu dalam merubah perilaku – perilaku yang relevan, prosedur – prosedur konseling berusaha membawa perubahan – perubahan yang relevan, prosedur-prosedur konseling berusaha membawa perubahan – perubahan yang relevan dalam perilaku konseling dengan merubah lingkungan.
- 3) Prinsip – prinsip belajar sosial seperti misalnya “reinforcement” dan “sosial modeling”, dapat digunakan untuk mengembangkan prosedur – prosedur konseling.
- 4) Keefektifan konseling dan hasil konseling dinilai dari perubahan – perubahan dalam perilaku – perilaku khusus konseli diluar dari layanan konseling yang diberikan.
- 5) Prosedur – prosedur konseling tidak statik, tetap, atau ditentukan sebelumnya tetapi dapat secara khusus didesain untuk membantu konseli dalam memecahkan masalah khusus.

4. Tujuan Konseling Behavioral

Tujuan konseling Behavioral adalah untuk membantu konseli membuang respon - respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon - respon yang baru yang lebih sehat. Tujuan konseling Behavioral juga dapat dikatakan untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi

perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.³⁶ Tujuan konseling Behavioral adalah untuk membantu konseli membuang respons - respons yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat, pendekatan ini ditandai oleh :

1. Fokusnya pada perilaku yang tampak dan spesifik
2. Kecermatan dan penguraian tujuan – tujuan konseling
3. Formulasi prosedur konseling sesuai dengan masalah
4. Penilaian objektif berdasarkan hasil konseling

Jadi tujuan konseling Behavioral adalah untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku yang maladaptif, dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.³⁷ Tujuan yang mendasar dari konseling Behavioral adalah perubahan perilaku yang harus diusahakan yaitu dengan proses belajar (Learning) atau belajar kembali (Relearning) dalam proses konseling berlangsung. Maka proses konseling dapat dipandang sebagai proses pendidikan, yang terpusat pada usaha membantu dan kesediaan dibantu untuk belajar berperilaku yang baru sehingga dapat mengatasi berbagai macam permasalahan terutama masalah belajar dan pergaulan.³⁸ Dengan demikian tujuan dan pentingnya konseling Behavioral adalah proses belajar berperilaku yang benar dengan mengubah perilaku dahulu yang salah melalui suatu proses belajar yang dapat dilihat dari perubahan peserta didik melalui tingkah lakunya yang bertanggung jawab.

³⁶ Sofyan S Willis, *Op. Cit*, h.70.

³⁷ Wilis Sofiyan S, *Konseling Keluarga* (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 105

³⁸ Abu Bakar baraja, *Psikologi Konseling dan Teknik Konseling* (Jakarta: Studio press, 2004), h.23

Tujuan konseling Behavioral berorientasi pada perubahan atau modifikasi perilaku peserta didik, yang diantaranya untuk:

1. Menciptakan kondisi – kondisi baru bagi proses belajar
2. Penghapusan bagi hasil belajar yang tidak adaptif
3. Memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari
4. Membantu peserta didik membuang respon – respon yang baru yang lebih sehat dan sesuai (adjustive)
5. Peserta didik belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptif memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan
6. Penerapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran bersama antara peserta didik dan guru BK.³⁹

Tujuan konseling Behavioral adalah mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simptomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku, yang dapat membuat ketidakpuasan dalam jangka panjang dan mengalami konflik dengan kehidupan sosial.⁴⁰

Tujuan terapi perilaku dengan orientasi kearah kegiatan konseling adalah:

- a. Mengubah perilaku malas pada peserta didik
- b. Membantu peserta didik belajar dalam proses pengembangan keputusan secara efisien
- c. Mencegah munculnya masalah dikemudian hari
- d. Mencegah masalah perilaku khusus yang diminta oleh peserta didik, dan
- e. Mencapai perubahan perilaku yang dapat dipakai dalam kegiatan kehidupannya.⁴¹

³⁹ Gantina Komalasari, *Op. Cit*, h. 156

⁴⁰ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UPTUMM, 2008), h. 137.

⁴¹ Gunarsa, *Op. Cit*, h. 31.

5. Fungsi Terapi Behavior

Salah satu fungsi lainnya adalah peran terapis sebagai model bagi konseli. Sebahagian besar proses belajar yang muncul melalui pengalaman langsung juga bisa diperoleh melalui pengalaman terhadap tingkah laku orang lain. Salah satu proses fundamental yang memungkinkan *Konseli* bisa mempelajari tingkah laku baru adalah imitasi dan percontohan sosial yang disajikan oleh terapis. Terapis sebagai pribadi menjadi model yang penting bagi konseli karena selain memandang terapis sebagai orang yang patut diteladani, *Konseli* juga acapkali meniru sikap - sikap, nilai-nilai, kepercayaan dan tingkah laku terapis. Jadi terapis harus menyadari peranan penting yang dimainkannya dalam proses identifikasi. Bagi terapis, tidak menyadari kekuatan yang dimilikinya dalam mempengaruhi dan membentuk cara berpikir dan bertindak konselinya, berarti mengabaikan arti penting kepribadiannya sendiri dalam proses terapi.⁴² Pada umumnya konselor yang mempunyai orientasi Behavioral bersikap aktif dalam sesi - sesi konseling. Konseli belajar, menghilangkan atau belajar kembali bertingkah laku tertentu. Dalam proses ini, konselor berfungsi sebagai konsultan, guru, penasihat, pemberi dukungan dan fasilitator. konseli bisa juga memberi instruksi atau mesupervisi orang - orang pendukung yang ada di lingkungan konseli yang membantu dalam proses perubahan tersebut.

⁴² Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco, 2011), h. 204.

Konselor Behavioral yang efektif beroperasi dengan perspektif yang luas dan terlibat dengan konseli dalam setiap fase konseling.⁴³

6. Ciri Terapi Behavior

Terapi Behavior berbeda dengan sebagian besar pendekatan terapi lainnya, ditandai oleh:

- 1) Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik
- 2) Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatment
- 3) Perumusan prosedur treatment yang spesifik yang sesuai dengan masalah
- 4) Penafsiran objektif atas hasil-hasil terapi.⁴⁴

7. Teknik-Teknik Terapi Behavior

a. Desensitisasi

Teknik ini merupakan satu terapi perilaku yang dipergunakan untuk mengatasi fobia. Fobia sendiri diartikan sebagai ketakutan tak berdasar kepada hal - hal yang bagi sebagian besar orang lain tidak menakutkan. Sistem desensitisasi membantu mereka yang terserang fobia dan gangguan kecemasan yang lain, termasuk bagi mereka yang memiliki mental blok untuk segera terbebas dari hal buruk tersebut. Teknik desensitisasi mengajak kita melakukan relaksasi, sehingga dengan pikiran yang benar-benar rileks kita bisa menghadapi segala ketakutan tak penting menjadi sebuah hal yang wajar terjadi.⁴⁵

⁴³ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI Press, 2008), h. 29.

⁴⁴ Gerald Corey, *Op.Cit*, h. 196.

⁴⁵ Afin Murtie, *Soul Detox*, (Yogyakarta: Scritto Books Publisher, 2014), h. 146-147.

b. Exposure and Response Prevention (ERP)

Teknik ini biasa digunakan pada mereka yang sering kali lari dari permasalahan. Menghindari permasalahan bukan cara terbaik untuk terbebas dari masalah tersebut. Oleh karena itu terapi ini mengedepankan teknik menghadapi setiap permasalahan yang timbul dan menjadi beban dalam kehidupan seseorang. Teknik ini dinamakan dengan strategi coping. Yaitu cara untuk mengontrol situasi, diri sendiri, dan lingkungan sekitar agar tidak lagi menimbulkan kecemasan berlebihan dan mengganggu aktifitas untuk mencapai kesuksesan.⁴⁶

c. Modifikasi Prilaku

Teknik ini bermanfaat untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang diinginkan atau yang memiliki dampak positif. Modifikasi perilaku dilakukan dengan cara memberikan penguatan positif (*reward*) dan penguatan negatif (*Punishment*). Reinforcement (penguatan) terhadap perilaku positif dan negatif bisa dilakukan oleh diri sendiri dan orang lain seperti melakukan pujian, memberi hadiah dan keuntungan lainnya.⁴⁷

d. *Flooding*

Teknik ini biasanya digunakan oleh psikiater atau psikolog dalam menghadapi *Konseli* yang mengalami fobia. Teknik ini menempatkan *Konseli* bersama obyek fobia yang selama ini ditakutkannya. Mereka yang takut ketinggian diajak naik ke

⁴⁶ *Ibid*, h. 147.

⁴⁷ *Ibid*, h. 148.

tempat-tempat yang tinggi. Dengan menghadapi obyek penyebab ketakutan secara langsung diharapkan seseorang mengalami fobia akan terbiasa.

e. Aversi

Teknik ini telah digunakan secara luas untuk meredakan gangguan-gangguan behavioral yang spesifik, melibatkan pengasosiasian tingkah laku simtomatik dengan suatu stimulus yang menyakitkan sampai tingkah laku yang tidak diinginkan terhambat kemunculannya. Stimulus-stimulus aversi biasanya berupa hukuman dengan kejutan listrik atau pemberian ramuan yang membuat mual. Kendali aversi bisa melibatkan penarikan pemerkuatan positif atau penggunaan berbagai bentuk hukuman.⁴⁸

f. Asertif

Penggunaan teknik ini biasanya dilakukan kepada konseli yang tidak memiliki kepercayaan diri. Seseorang yang tidak mampu menunjukkan emosi saat seharusnya dia marah, seseorang yang selalu mengalah kepada orang lain sehingga sering ditipu, atau seseorang yang bertingkah sopan secara berlebihan sampai membuat orang lain merasa jengah. Teknik ini membutuhkan bantuan orang lain yang berperan sebagai diri seseorang yang bermasalah dan seseorang yang bermasalah berperan sebagai orang lain yang menekannya. Hal ini

⁴⁸Gerald Corey, *Op.Cit*, h. 215-216.

bertujuan sebagai pembelajaran bagi konseli agar mampu menghadapi gangguan yang merugikan dirinya sendiri.⁴⁹

g. Operant Conditioning

Menurut Skinner dalam bukunya Gerald Corey, jika suatu tingkah laku diganjar, maka probabilitas kemunculan kembali tingkah laku tersebut di masa mendatang akan tinggi. Prinsip perkuatan yang menerangkan pembentukan, pemeliharaan, atau penghapusan pola-pola tingkah laku merupakan inti dari pengondisian operan.⁵⁰

8. Kelebihan Dan Kekurangan Behavior

a. Kelebihan

1. Pendekatan ini menekankan bahwa proses konseling dipandang sebagai proses belajar yang akan menghasilkan perubahan perilaku konseli secara nyata.
2. Pendekatan ini menunjukkan fleksibilitas yang besar, karena tujuan konseling dan prosedur yang diikuti untuk sampai pada tujuan tersebut disesuaikan dengan kebutuhan konseli.
3. Pendekatan ini akan membantu individu untuk bisa membekali dirinya untuk mencegah timbulnya persoalan kejiwaan.

⁴⁹ Afin Murtie, *Op.Cit*, h. 150.

⁵⁰ Gerald Corey, *Op.Ci*, h. 219.

b. Kelemahan

1. Pendekatan ini kurang bermanfaat untuk kasus-kasus yang berkaitan dengan kehilangan makna dalam hidup. Dengan kata lain, konseling ini hanya menangani kasus berupa cara bertingkah laku yang salah/tidak sesuai.

C. Teknik *Behavior Contract*

1. Pengertian *Behavior Contract*

Behavior Contract atau Kontrak perilaku yaitu mengatur kondisi konseli menampilkan tingkah laku yang di inginkan berdasarkan kontrak antara konseli dari konselor.⁵¹ Menurut Latipun *Behavior Contract* adalah persetujuan 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 di munculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat di berikan ke pada peserta didik. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang di bentuk lebih di pentingkan dari pada pemberian hukuman jika *Behavior Contract* tidak berhasil.⁵²

Menurut kamus istilah konseling dan terapi *Behavior Contract* adalah suatu kesepakatan baik tertulis ataupun tidak antara dua pihak, dalam filsafat sosial yang di kemukakan oleh Thomas Hobbes di gunakan dalam

⁵¹Komalasari, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta, PT. Indeks, 2011), h. 172.

⁵²Latipun, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Grasindo, 2008), h. 120.

konseling yaitu antara konselor dan konseli sebagai suatu teknik untuk mendapatkan komitmen, memfasilitasi ketercapaian tujuan penyembuhan. Suatu cara menyediakan struktur, motivasi, insentif bagi komitmen dan tugas-tugas yang di berikan ke pada konseli yang di laksanakan di antara sesi-sesi konseling.⁵³ *Behavior contract* adalah suatu teknik terapi *Behavior* yang di dalamnya konseli dan konselor sepakat akan tingkah laku spesifik dan strategi penguatan spesifik tersedia, konseli mengambil tanggung jawab dalam pengelolaan tingkah laku dan pengelolaan diri.⁵⁴ Sedangkan menurut Milten Berger *Behavior Contract* adalah kesepakatan tertulis antara dua orang individu atau lebih dimana salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target.⁵⁵

Menurut Lutfi Fauzan *Behavior Contract* adalah perjanjian dua orang ataupun lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya. Kontrak dapat menjadi alat pengatur pertukaran *reinforcement* positif antar individu yang terlibat. Strukturnya merinci siapa yang harus melakukan, apa yang dilakukan, kepada siapa dan dalam kondisi bagaimana hal itu dilakukan, serta dalam kondisi bagaimana dibatalkan.⁵⁶ Runtukahu mengatakan bahwa *Behavior Contract* adalah kontrak yang dibuat oleh dua orang (atau lebih),

⁵³ Mapiare A.T Andi, *Kamus Istilah Konseling Dan Terapi*, (Jakarta: Grafindo Persada Raja, 2006), h. 64-65.

⁵⁴ Mapiare A.T Andi, *Ibid*, h. 6.

⁵⁵ Erior Bredly T, 40 *Teknik Yang Harus Di Ketahui Oleh Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), h. 405.

⁵⁶ Fauzan, Lutfi. 2009. *Behavior Contract*. Dalam <http://lutfifauzan.wordpress.com/2009/08/09/kontrak-perilaku> di akses: (pada tanggal 24 Oktober 2018 jam 19.30 WIB)

yang mana pihak pertama (guru) diharuskan melakukan dan memberikan sesuatu yang disukai (*reward*) kepada pihak kedua yaitu peserta didik.⁵⁷

Dari pendapat–pendapat tersebut peneliti menyimpulkan bahwa *Behavior Contract* adalah salah satu teknik dalam teori *Behavior* yang melakukan perjanjian atau kontrak antara konselor dan peserta didik dengan kesepakatan yang telah di sepakati sebelumnya yang bertujuan untuk mengubah perilaku peserta didik sesuai yang di inginkan atau ke arah perubahan yang lebih baik.

Komponen – komponen *Behavior Contract*

- a. Mengidentifikasi perilaku yang akan di modifikasi
- b. Mendiskusikan ide *Behavior Contract*
- c. Mengembangkan kontrak dan menyodorkannya kepada semua pihak yang terlibat.
 - 1) Nama konseli
 - 2) Perilaku spesifik yang akan di rubah
 - 3) Bagaimana anda akan tahu kapan konseli akan berhasil
 - 4) *Reinforcement* untuk kinerja yang sukses
 - 5) Konsekuensi wajar untuk ketidakpatuhan
 - 6) Sebuah klausa bonus
 - 7) Tindak lanjut (waktu dan tanggal)
 - 8) Tanda tangan

⁵⁷ Tri Widiyastuti, Muhammad Japar, Sugiyadi, *Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa*. file:///C:/Users/my/Downloads / 487-25-558-1-10-20170331.pdf. h. 2 di akses: (pada tanggal 17 November 2018 jam 13.32 WIB)

- d. Garis besar prosedur tindak lanjut
- e. Menginisiasi programnya
- f. Mencatat kemajuan dan mengevaluasi hasil-hasil
- g. Memodifikasi bila perlu.⁵⁸

Menurut Lutfi Fauzan Ada empat asumsi dasar bagi pemberdayaan kontrak untuk pengembangan pribadi :

- a. Menerima *reinforcement* adalah hal istimewa dalam hubungan interpersonal, dalam arti, seseorang mendapat kenikmatan atas persetujuan orang lain.
- b. Perjanjian hubungan interpersonal yang efektif diatur oleh norma saling membalas. Ini berarti setiap orang mempunyai hak dan kewajiban untuk membalas hadiah.
- c. Nilai pertukaran interpersonal merupakan fungsi langsung dari kecepatan, rentangan, dan besaran reinforcement positif yang diperantarai oleh pertukaran itu. Memaksimalkan pemberian reinforcement positif memungkinkan untuk memperoleh reinforcement yang lebih besar.
- d. Aturan-aturan tetap memberikan kebebasan dalam pertukaran interpersonal. Meskipun aturan (dalam kontrak) membatasi perilaku, tetapi tetap memberikan kebebasan pada individu untuk mengambil keuntungan.⁵⁹

Behavior Contract adalah perjanjian dua orang atau lebih untuk bertingkah laku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi tingkah laku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya. Untuk menghindari kesalah pahaman, kontrak harus berisi pernyataan tertulis yang menggambarkan secara tepat

⁵⁸ Erior Bredly T, *Ibid*, h. 408.

⁵⁹ Fauzan, lutfi, *Ibid*, h. 21-22.

tingkah laku yang diharapkan. Di dalamnya berisi tingkah laku yang harus dilakukan dan tingkat kriteria yang harus dicapai.

Setelah berdiskusi tentang kriteria, peserta didik harus memahami metode atau instrumen yang akan digunakan untuk mengevaluasi. Kontrak tersebut juga harus mencakup jenis, jumlah, dan metode *reinforcement*. Selain hal di atas, tanggal sementara dan review akhir harus dicantumkan dalam kontrak. Tanggal sementara digunakan guru untuk memantau kemajuan dan kemungkinan dilakukannya negosiasi ulang jika tingkah laku yang diharapkan tidak realistis, atau jika ada komponen instruksional yang akan ditambahkan.

Mencantumkan tanggal review akhir berfungsi untuk menetapkan batas waktu bagi peserta didik dalam memenuhi syarat-syarat kontrak. Setelah syarat-syarat kontrak telah dibahas dan dituliskan, guru harus menjawab semua pertanyaan peserta didik. Untuk memastikan bahwa mereka memahami persyaratan kontrak, peserta didik harus membacanya kembali dan kemudian menyatakannya kembali dengan kalimat yang berbeda. Jika dalam proses ini dihasilkan pernyataan yang sangat berbeda, maka kontrak harus ditulis ulang dalam bahasa lebih mudah. Setelah kontrak selesai, guru dan peserta didik harus menandatangani, dan masing-masing harus memiliki salinan.

Alberto & Troutman menyarankan aturan dasar untuk penggunaan *reinforcement* dalam kontrak, yaitu :

- a. Reward harus segera diberikan. Hal ini merupakan salah satu unsure penting dari *reinforcement* yang efektif, yaitu harus diberikan segera setelah munculnya tingkah laku yang diinginkan
- b. Kontrak awal harus berisi hal-hal yang ringan, dan berikan *reward* pada hal-hal tersebut. Terutama bagi tingkah laku baru yang belum pernah dilakukan siswa, kriterianya jangan terlalu tinggi atau terlaluluas
- c. *Reward* diberikan sering dan dalam jumlah yang kecil. Homme menyatakan bahwa lebih efektif memberikan *reinforcement* dalam jumlah sedikit tapi sering, karena akan mempermudah dalam pencapaian.
- d. Lebih menekankan pada penyelesaian tugas, bukan sekedar melakukannya saja. Kontrak berfokus pada pencapaian yang menyebabkan kemandirian. Oleh karena itu, kata-kata yang tepat seharusnya, "Jika kalian menyelesaikan tugas ini, maka kalian akan mendapatkan.....", bukannya "Jika kalian melakukan apa yang saya katakan, saya akan memberi kalian"
- e. *Reward* diberikan setelah perubahan terjadi.⁶⁰

2. Syarat-syarat Dalam Memantapkan *Behavior Contract*

1) Syarat-syarat dalam memantapkan *Behavior Contract* adalah:

- a) Adanya batasan yang cermat mengenai masalah konseli, situasi di mana masalah itu muncul
- b) Kesiediaan konseli untuk mencoba suatu prosedur.
- c) Selain itu tugas yang harus mereka lakukan perlu dirinci, dan criteria sukses disebutkan serta *reinforcement*-nya ditentukan. Kalau semua itu ada, kontrak akan dapat dimantapkan melalui *reinforcement* yang cukup dekat dengan tugas dan kriterium yang diharapkan.⁶¹

⁶⁰ Alberto, P.A. & Troutman, A.C. *Aplikasi Analisis Behavioral Untuk Guru* (Jakarta: Columbus OH, 2009) h.24.

⁶¹ Fauzan, Lutfi, *Op.Cit*, h. 26.

2) Karakteristik dari kontrak bagus di antaranya yaitu:

- a) Kontrak harus adil. Bobot sebuah *reinforcement* harus sesuai dengan tingkah laku yang diharapkan.
- b) Kontrak harus jelas. Kerancuan dalam kontrak dapat mengakibatkan perbedaan pendapat, jika pemahaman yang sama tidak dapat tercapai, peserta didik bisa tidak mempercayai system *reinforcement* atau bahkan tidak mempercayai gurunya.
- c) Kontrak harus jujur. Menurut Homme, kontrak yang jujur adalah kontrak yang segera dilakukan dan sesuai dengan isi perjanjiannya.
- d) Kalimat dalam kontrak harus positif. Misalnya “Saya akan melakukan.... jika kamu melakukan.....”, sedangkan contoh yang salah misalnya “Saya tidak akan melakukan.... jika kamu melakukan.....”, atau “Jika kamu tidak melakukan.... maka saya akan.....”
- e) Kontrak harus digunakan secara sistematis. Apabila tidak diterapkan dengan sistematis dan konsisten, sistem *reinforcement* hanya akan menjadi seperti sebuah permainan tebak-tebakan bagi siswa.⁶²

3. Prinsip Dasar *Behavior Contract*

Menurut Gantina, prinsip dasar *Behavior Contract* adalah sebagaiberikut:

- a) Kontrak disertai dengan penguatan
- b) Reinforcement diberikan dengan segera
- c) Kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara konseli dan konselor
- d) Kontrak harus fair
- e) Kontrak harus jelas (target tingkah laku, frekuensi, lamanya kontrak)
- f) Kontrak dilaksanakan secara terintegrasi dengan program sekolah.⁶³

⁶² Fauzan, Lutfi, *Ibid*, h. 24.

⁶³ Komalasari Gantina, Wahyuni Eka, Karsih, *Teori dan teknik konseling*, (Jakarta: PT Indeks 2011), h. 172.

4. Tujuan *Behavior Contract*

Menurut Lutfi Fauzan tujuan *Behavior Contract* adalah sebagai berikut:

- a) Menciptakan kondisi-kondisi baru bagi belajar (memperoleh tingkah laku baru)
- b) penghapusan tingkah laku maladaptive
- c) memperkuat & mempertahankan tingkah laku yang diinginkan
- d) tujuan utama yaitu meningkatkan pilihan pribadi dan untuk menciptakan kondisi-kondisi baru dalam belajar.⁶⁴

5. Manfaat *Behavior Contract*

Manfaat dari teknik *Behavior Contract* ini diantaranya:

- a) Membantu individu untuk meningkatkan perilaku yang adaptif dan menekan perilaku yang maladaptif.
- b) Membantu individu meningkatkan kedisiplinan dalam berperilaku.
- c) Memberi pengetahuan kepada individu tentang perubahan perilaku dirinya sendiri.
- d) Meningkatkan kepercayaan diri individu.⁶⁵

6. Tahap-Tahap *Behavior Contract*

Menurut Gantina, langkah-langkah yang harus dilakukan dalam pembuatan *Behavior Contract* adalah:

- a) Pilih tingkah laku yang akan diubah
- b) Tentukan data awal (tingkah laku yang akan diubah)
- c) Tentukan jenis penguatan yang akan diterapkan.
- d) Berikan *reinforcement* setiap kali tingkah laku yang diinginkan ditampilkan sesuai jadwal kontrak
- e) Berikan penguatan setiap saat tingkah laku yang ditampilkan menetap.⁶⁶

⁶⁴ Fauzan, lutfi. *Ibid*, h. 26.

⁶⁵ Fauzan, lutfi , *Ibid*, h. 26-27.

⁶⁶ Komalasari, *Opcit*, h.173.

7. Kelebihan dan Kekurangan *Behavior Contract*

a. Kelebihan

- 1) Pelaksanaannya yang cukup sederhana.
- 2) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain.
- 3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung
- 4) melalui perasaan dan sikapnya.
- 5) Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

b. Kekurangan

- 1) Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri.
- 2) Bagi konselor yang kurang dapat memberikan reinforcement dengan baik dan hati-hati, pelatihan ini kurang berjalan dengan baik.⁶⁷

D. Kedisiplinan Peserta Didik

1. Pengertian Kedisiplinan

Kedisiplinan berasal dari kata disiplin. Kata disiplin jika dalam Bahasa Inggris yakni discipline, berasal dari akar kata bahasa Latin yang sama (discipulus) yang dengan kata discipline mempunyai makna yang sama yaitu mengajari atau mengikuti pemimpin yang dihormati,⁶⁸ Kedisiplinan merupakan suatu hal yang sangatlah mutlak didalam kehidupan manusia, karena seorang manusia jika tanpa disiplin yang kuat

⁶⁷ Mujursejathi, 2011, *Teknik-teknik Behavior Konseling*, Online.

⁶⁸ C. Laudon, Kenneth & P. Laudon, Jane. *Sistem Informasi Manajemen Mengelola Perusahaan Digital Edisi 8* (Yogyakarta : Andi Offset.2005) h. 12.

maka akan merusak sendi-sendi kehidupannya, serta akan membahayakan dirinya dan manusia lainya, bahkan alam sekitarnya.⁶⁹

Kedisiplinan memiliki arti yang berbeda-beda, untuk mendapatkan gambaran dan pengertian yang jelas tentang kedisiplinan, berikut ini dikemukakan pengertian disiplin secara konvensional mengajarkan bahwa hadiah adalah pendorong terbaik dalam membantu individu guna melakukan suatu hal yang lebih baik. Dan salah satu prinsip pembentuk disiplin ialah mengajari seseorang untuk melakukan hal-hal yang benar agar memperoleh perasaan yang nyaman yang hakiki saat melakukan sesuatu dan memberikan kontribusi kepada masyarakat.⁷⁰ Disiplin tidak sama dengan hukum, karena hukum adalah suatu yang menyakitkan atau menghina yang dilakukan orang yang lebih berkuasa kepada orang yang kurang berkuasa dengan harapan akan menghasilkan perubahan perilaku.⁷¹

Seorang anak yang memiliki kedisiplinan diri memiliki keteraturan diri berdasarkan nilai agama, nilai budaya, aturan-aturan pergaulan, pandangan hidup dan sikap yang bermakna bagi dirinya sendiri, masyarakat, bangsa dan negara. Artinya tanggung jawab orang tua adalah mengupayakan anak agar berdisiplin diri untuk melaksanakan hubungan dengan tuhan yang maha esa, yang menciptakanya, dirinya sendiri, sesama manusia, dan lingkungan alam serta makhluk hidup lainya berdasarkan nilai moral. Orang tua yang mampu seperti di atas berarti mereka telah

⁶⁹ Handoko, T. Hani. *Manajemen Personalia Sumber Daya Manusia, Edisi Kedua*, (Yogyakarta: BPF.2008) h. 17.

⁷⁰ Kenneth, *Op. Cit*, h. 12.

⁷¹ *Ibid*, h. 12.

mencerminkan nilai-nilai moral dan bertanggung jawab untuk mengupayakannya.

Pengertian lain menyatakan bahwa kedidiplinan adalah sebagai sikap tingkahlaku dan perbuatan yang sesuai dengan peraturan arti Lembaga yang tertulis maupun tidak.⁷² Sikap dan perilaku dalam berdidiplin ditandai oleh berbagai inisiatif, kemauan dan kehendak untuk menaati peraturan seperti sebuah pondok pesantren. Artinya seorang santri yang dikatakan memiliki kedisiplinan yang tinggi tidak semata-mata taat dan patuh pada peraturan secara kaku dan mati, namun juga mempunyai kehendak (niat) untuk menyesuaikan diri dengan peraturan organisasi.

Dari beberapa definisi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa kedidiplinan bagi peserta didik merupakan suatu sikap atau perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan dan kepatuhan terhadap aturan-aturan, tata tertib, norma-norma bagi peserta didik yang mampu menyesuaikan prosedur sebuah lembaga yang berlaku yang disebabkan atas dasar kesadaran ataupun kerelaan diri maupun oleh suatu perintah ataupun juga tuntutan yang lain baik tertulis maupun tidak tertulis, yang tercermin dalam bentuk tingkah laku dan sikap. Dengan adanya peraturan baik tertulis maupun tidak tertulis diharapkan agar para peserta didik memiliki sikap dan perilaku disiplin yang tinggi dalam menjalankan tata tertib yang ada di sekolah.

⁷² Rahman, 2011., Pengertian, Definisi, Metode Pembelajaran Menurut Para Ahli. [Online]. Tersedia: <http://hipni.blogspot.com/2011/pengertian-definisi-metode-pembelajaran.html>. [21 januari 2019] h. 2-3.

2. Aspek – Aspek Kedisiplinan

Kedisiplinan memiliki 3 (tiga) aspek. Ketiga aspek tersebut ialah:

- a. Sikap mental (*mental attitude*) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dari latihan, pengendalian pikiran dan pengendalian watak.
- b. Pemahaman yang baik mengenai system poeraturan perilaku, nornorma, kriteria, dan setandar yang sedemikian rupa, sehingga pemahaman tersebut menumbuhkan pengertian yang mendalam atau kesadaran, bahwa ketaatan akan aturan. Norma, dan standar tadi merupakan syarat mutlak untuk mencapai keberhasilan.
- c. Sikap kelakuan yang secara wajar menunjukkan kesungguhan hati, untuk mentaati segala hal secara cermat dan tertib.⁷³

Dalam hal ini berarti kedidiplinan memiliki tiga aspek penting, antara lain yaitu sikap mental, pemahaman yang baik, mengenai aturan perilaku, dan sikap kelakuan yang menunjukkan kesungguhan hati untuk mentaati aturan yang telah ada.

⁷³ Soegeng Prijodarminto, *Disiplin Kiat Menuju Sukses*, (Jakarta: Pradnya pramita. 2004), h. 23-24.

3. Bentuk- Bentuk Kedisiplinan

Menurut Winkel W.S Dan Sri Hastuti, bentuk -bentuk kedisiplinan adalah

c. Hadir di ruang kelas pada waktunya

Kedisiplina hadir di ruang kelas pada waktunya akan memacu kesuksesan dalam belajar. Peserta didik yang sering terlambat hadir di ruang kelas akan tertinggal dalam memperoleh pelajaran , tidak akan mencapai kesuksesan atau keberhasilan dengan baik dalam belajar.

b. Menaati tata pergaulan di sekolah

Sikap untuk disiplin dalam tata pergaulan di sekolah ini bias mewujudkan dengan tindakan-tindakan menghormati semua orang yang tergabung dalam sekolah,menghormati pendapat mereka, menjaga diri dsri perbuatan dan sikap yang bertentangan dengan agama, saling tolong menolong dalam hal yang terpuji serta harus selalu bersikap terpuji.

c. Mengikuti kegiatan ekstakulikuler

Kegiatan ekstrakulikuler adalah juga merupakan serentetan program sekolah, maka peserta didik juga dituntut berdidiplin atau aktif mengikutinya dengan mencurahkan segala potensi yang mereka miliki baik yang bersifat fisik, mental, emosional, dan intelektual. Kegiatan ekstrakulikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam terjadwan dan bertujuan untuk memperluas pemngetahuan peserta didik, mendorong pembinaan nilai dan sikap serta memungkinkan penerapan

lebih lanjut pengetahuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum.

d. Belajar di rumah

Dengan kedisiplinan untuk belajar di rumah peserta didik akan lebih mengingat terhadap pelajaran telah dipelajari dan lebih siap untuk menghadapi.⁷⁴

Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto, bentuk-bentuk disiplin meliputi:

a. Disiplin dalam mengikuti pelajaran

Didalam pengelolaan pengajaran, disiplin merupakan suatu masalah yang penting. Tanpa adanya kesadaran akan keharusan melaksanakan aturan yang sudah ditentukan sebelumnya, pengajaran tidak akan mencapai target yang maksimal.

b. Disiplin lingkungan

Semua peserta didik diberikan kesempatan untuk melakukan apa yang dikehendaki dalam lingkungannya dengan memperhatikan peraturan dan manfaat dari kegiatan yang dilakukan sehingga peserta didik dapat menentukan suatu perilaku yang berarti bagi dirinya.⁷⁵

Dari pendapat di atas maka dapat disimpulkan bentuk disiplin peserta didik adalah disiplin dapat mentaati waktu, disiplin dalam berpakaian dan disiplin dalam belajar di sekolah, dalam tata pergaulan di

⁷⁴ Winkel W.S dan Sri Hastuti *Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta : Institut Pendidikan. 2004, h. 205.

⁷⁵ Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta : Rineka Cipta, 2002), h 130.

sekolah baik sesama peserta didik maupun dengan guru dan staf yang ada di sekolah.

4. Indikasi Perilaku Kedisiplinan

Indikasi perilaku kedisiplinan adalah suatu syarat yang harus dipenuhi oleh seseorang dapat dikategorikan telah memiliki perilaku disiplin. Indikasi tersebut antara lain adalah:

a. Ketaatan terhadap peraturan

Peraturan adalah suatu pola yang yang ditetapkan untuk tingkah laku. Pola tersebut bisa ditetapkan oleh orang tua, guru, pengurus atau teman bermain. Yang bertujuan untuk membekali anak dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Dalam hal peraturan sekolah misalnya, peraturan mengatakan pada anak apa yang harus apa yang tidak diperbolehkan sewaktu berada di sekolah seperti memakai seragam sesuai jadwal yang telah ditentukan. Peraturan serupa juga terdapat di pesantren, seperti memakai busana sesuai dengan peraturan yang ditetapkan oleh pesantren.

b. Kepedulian terhadap lingkungan

Pembentukan dan pembinaan disiplin ditentukan oleh keadaan lingkungannya. Keadaan suatu lingkungan dalam hal ini adalah ada atau tidak nya sarana dan prasarana yang diperlukan bagi kelancaran proses kegiatan belajar mengajar ditempat tersebut, serta menjaga kebersihan dan keindahan lingkungan dimana mereka berada.

c. Partisipasi dalam proses belajar mengajar

Partisipasi disiplin juga bisa berupa perilaku yang di tunjukkan seseorang yang keterlibatannya pada proses belajar mengajar. Hal ini dapat berupa absen dan datang dalam setiap kegiatan tepat pada waktunya, bertanya dan menjawab pertanyaan guru, mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dengan tepat waktu, serta tidak membuat suasana gaduh dalam setiap kegiatan belajar.

d. Kepatuhan menjauhi larangan

Pada sebuah peraturan juga terdapat larangan-larangan yang harus ditaati. Dalam hal ini larangan yang ditetapkan bertujuan untuk membantu mengekang perilaku yang tidak diinginkan. Seperti larangan untuk tidak membawa benda-benda elektronik seperti handphone, radio dan kamera dan juga larangan untuk tidak terlibat dalam suatu perkelahian antar peserta didik atau santri yang merupakan suatu bentuk perilaku yang tidak diterima dengan baik di lingkungan sekolah atau pesantren.⁷⁶

Dapat disimpulkan bahwa indikasi kedisiplinan ialah kepatuhan dan ketaatan kepada peraturan, kepedulian terhadap lingkungan, partisipasi dalam proses belajar mengajar dan kepatuhan menjauhi larangan di lingkungan tempat tinggal.

⁷⁶ Rahman, *Op Cit*, h. 25.

5. Tujuan Diadakanya Disiplin

Kedisiplinan merupakan suatu tindakan yang tidak menyimpang dari tata tertib atau aturan yang berlaku guna mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain bahwa kedisiplinan sangat erat sekali hubungannya dengan peraturan, kepatuhan dan pelanggaran.⁷⁷ timbulnya sikap kedisiplinan bukan merupakan peristiwa yang terjadi seketika. Kedisiplinan pada seseorang tidak dapat tumbuh tanpa intervensi dari Pendidikan, dan itupun dilakukan secara bertahap, sedikit demi sedikit. Kebiasaan yang ditanamkan oleh orang tua dan orang-orang dewasa didalam lingkungan keluarga ini merupakan modal besar bagi pembentukan sikap kedisiplinan dilingkungan sekolah.

Dilembaga pendidikan pada umumnya peraturan-peraturan yang harus ditaati oleh peserta didik ataupun santri biasanya ditulis dan diundangkan, disertai dengan sanksi bagi setiap pelanggarnya. Dengan demikian bila dibandingkan dengan penegakan kedisiplinan pada lingkungan keluarga dengan lembaga pendidikan, maka penegasan kedisiplinan dilembaga Pendidikan lebih keras dan kaku. Tujuan kedisiplinan ada dua macam yaitu:

- a. Tujuan jangka pendek adalah membuat anak-anak anda terlatih dan terkontrol dengan mengajarkan mereka bentuk-bentuk perilaku yang pantas dan yang tidak pantas atau yang masih asing bagi mereka.

⁷⁷ Handoko, *Op Cit*, h. 23.

- b. Tujuan jangka panjang adalah perkembangan pengendalian diri sendiri dan pengaruh diri sendiri (*self control dan self direction*) yaitu dalam hal mana anak dapat mengarahkan diri sendiri tanpa pengaruh dan pengendalian dari luar.⁷⁸

Kedisiplinan memiliki dua macam tujuan yaitu:

- a. Membuat anak menjadi matang pribadinya dan mengembangkan pribadinya dari sifat ketergantungan menuju tidak ketergantungan, sehingga ia mampu berdiri sendiri diatas tanggung jawab sendiri.
- b. Membantu anak untuk mampu mengatasi, mencegah timbulnya problem-problem disiplin dan berusaha menciptakan situasi yang favorable bagi kegiatan belajar mengajar, dimana mereka mentaati segala peraturan yang telah ditetapkan.

Secara umum tujuan disiplin adalah untuk membentuk perilaku sedemikian rupa hingga ia akan sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan kelompok budaya dan tempat individu untuk diidentifikasi. Karena tidak ada pola budaya tunggal, tidak ada pula satu falsafah Pendidikan anak yang menyeluruh untuk mempengaruhi cara menanamkan disiplin. Jadi metode spesifik yang digunakan dalam kelompok budaya sangat beragam, walaupun semuanya mempunyai tujuan yang sama, yaitu mengajari anak bagaimana berperilaku dengan

⁷⁸Rahman, *Op Cit*, h. 34.

cara yang sesuai dengan standar kelompok social (sekolah), tempat diidentifikasi.⁷⁹

6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Disiplin

Terbentuknya disiplin diri sebagai tingkah laku yang berpola dan teratur dipengaruhi oleh dua faktor beriku, antara lain:⁸⁰

- a. Faktor-faktor ekstern, yang dimaksud dalam hal ini adalah unsur-unsur yang berasal dari luar pribadi yang dibina. Faktor- faktor tersebut yaitu:

- 1) Keadaan keluarga

Keluarga sebagai tempat pertama dan utama dalam membina pribadi dan merupakan salah satu faktor yang sangat penting. Keluarga mempengaruhi dan menentukan perkembangan pribadi seseorang dikemudian hari. Keluarga dapat menjadi faktor pendukung atau penghambat usaha pembinaan perilaku disiplin. Keluarga yang baik adalah keluarga yang menghayati dan menerapkan norma-norma, moral dan agama yang dianutnya secara baik. Sikap ini antara lain tampak dalam kesadaran akan penghayatan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat. Dalam hala ini orang tua memegang peranan penting bagi perkembangan disiplin dari anggota-anggota dalam anggota-anggota dalam keluarga.

⁷⁹ Hurlock,E,B, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga . 2003), h. 28.

⁸⁰ Unarajan, Dolet, *Manajemen Disiplin*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2003) h. 27-32.

2) Keadaan lingkungan sekolah

Pembinaan dan pendidikan disiplin di sekolah ditentukan oleh keadaan sekolah tersebut. Keadaan sekolah dalam hal ini adalah ada tidaknya sarana sarana yang diperlukan bagi kelancaran proses belajar mengajar di tempat tersebut. Dan yang termasuk dalam sarana dan prasarana tersebut antara lain seperti gedung sekolah dengan segala perlengkapannya, pendidikan atau pengajaran, serta sarana-sarana pendidikan lainnya.

3) Keadaan masyarakat

Masyarakat sebagai suatu lingkungan yang lebih luas dari pada keluarga dan sekolah, yang juga turut menentukan berhasil atau tidaknya pembinaan dan pendidikan disiplin diri. suatu keadaan tertentu dalam masyarakat dapat menghambat atau memperlancar terbentuknya kualitas hidup tersebut.

- b. Faktor-faktor intern, yaitu unsur-unsur yang berasal dari dalam individu. Yang dalam hal ini keadaan fisik dan psikis pribadi tertentu mempengaruhi unsur pembentukan disiplin dalam diri individu.

1) Keadaan fisik

Individu yang sehat secara fisik atau biologis akan dapat menunaikan tugas-tugas yang ada dengan baik. Dengan penuh vitalis dan ketenangan, ia mampu mengatur waktu untuk mengikuti berbagai cara atau aktivitas secara seimbang dan lancar. Dalam situasi semacam ini, kesadaran pribadi yang bersangkutan tidak akan terganggu, sehingga ia

akan mentaati norma-norma atau peraturan yang ada secara bertanggung jawab.

2) Keadaan psikis

Keadaan fisik seseorang mempunyai kaitan erat dengan keadaan batin atau psikis seseorang tersebut. Karena hanya orang-orang yang normal secara psikis atau mental yang dapat menghayati norma-norma yang ada dalam masyarakat dan keluarga. Disamping itu, terdapat beberapa sifat atau sikap yang menjadi penghalang usaha pembentukan perilaku disiplin dalam diri individu. Seperti sifat perfeksionisme, perasaan sedih, perasaan rendah diri atau inferior.

Jadi faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin dalam hal ini yaitu faktor eksternal yang meliputi keadaan keluarga, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan masyarakat serta faktor internal antara lain yaitu keadaan fisik dan psikis seseorang.

7. Cara Menanamkan Kedisiplinan

Ada ratusan buku cara terbaik mendisiplinkan anak, namun disiplin yang efektif dapat disarikan menjadi beberapa prinsip dan strategi sederhana, di antaranya adalah:⁸¹

- a. Buatlah aturan yang bagus yang jelas dan berlaku dengan tegas. Lebih baik lagi jika aturan itu ditulis dan ditempelkan.
- b. Beri peringatan atau petunjuk apabila anak anda mulai berbuat salah.

Ini cara yang terbaik untuk mengajari mereka cara mengendalikan diri.

⁸¹ Shapiro, *Mengajarkan Emotional Intelegensi Pada Anak*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. 2003), h. 33-34.

- c. Bentuklah perilaku positif dengan mendukung perilaku yang baik melalui pujian atau perhatian dan mengabaikan perilaku yang sengaja dilakukan untuk menarik perhatian anda.
- d. Didiklah anak sesuai dengan harapan anda. Secara umum orang tua tidak meluangkan waktu yang cukup untuk membicarakan dengan anak perihal nilai atau aturan, juga tentang mengapa semua itu penting.
- e. Cegah masalah sebelum terjadi. Menurut psikologi perilaku, kebanyakan masalah terjadi akibat rangsangan atau pertanda tertentu, tidak terjadi begiti saja. Memahami tanda-tanda dan menghilangkan rangsangan-rangsangan akan membantu anda menghindari situasi yang memicu perilaku buruk.
- f. Apabila peraturan yang telah dinyatakan dengan jelas dilanggar, baik dengan sengaja atau karna terpaksa, langsung tanggap dengan hukuman yang sesuai. Bersikaplah konsisten dengan melakukan apa yang anda katakan akan anda lakukan.
- g. Apabila hukuman tidak dapat dielakkan, pastikan bahwa hukuman itu setara dengan pelanggaran atau perilaku buruk yang dilakukan
- h. Biasakan diri anda dengan sejumlah Teknik kedisiplinan yang paling sering dianjurkan.

Terdapat tiga cara untuk menanamkan kedisiplinan, diantaranya yaitu:⁸²

a. Mendisiplinkan secara Otoriter

Peraturan dan pengaturan yang keras untuk memaksakan perilaku yang diinginkan menandai semua jenis disiplin yang otoriter. Tekniknya mencakup hukuman yang berat bila terjadi kegagalan memenuhi standar dan sedikit atau sama sekali tidak adanya persetujuan, pujian atau tanda-tanda penghargaan lainya bila anak memenuhi standar yang diharapkan. Disiplin otoriter dapat berkisar antara pengendalian perilaku anak yang wajar hingga yang kaku yang tidak memberi kebebasan bertindak, kecuali yang sesuai dengan standar yang ditentukan. Disiplin otoriter selalu berarti mengendalikan melalui kekuatan eksternal dalam bentuk hukuman, terutama hukuman badan.

b. Mendisiplinkan secara Permisif

Disiplin permisif sebetulnya berarti sedikit disiplin atau tidak berdisiplin. Biasanya disiplin permisif tidak membimbing anak ke pola perilaku yang disetujui secara sosial dan tidak menggunakan hukuman. Bagi kebanyakan orang tua, disiplin permisif merupakan protes terhadap disiplin yang kaku dan keras pada masa kanak-kanak mereka sendiri. Dalam hal seperti itu anak sering tidak diberi Batasan-batasan atau kendala yang mengatur apa saja yang boleh dilakukan, mereka diizinkan untuk mengambil keputusan dan berbuat sekehendak mereka sendiri. Artinya pendidikan permisif tidak begitu menuntut juga tidak menetapkan sasaran yang jelas bagi anaknya,

⁸² Hurlock, *Op Cit*, h. 93-94.

karena yakin bahwa anak-anaknya seharusnya berkembang sesuai dengan kecendrungan alamiah nya.⁸³

c. Mendisiplinkan secara Demokratis

Metode demokratis menggunakan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa perilaku tertentu diharapkan. Metode ini lebih menekankan aspek edikatif dari disiplin dari pada aspek hukumnya. Disiplin demokratis menggunakan hukuman dan penghargaan dengan penekanan yang lebih besar pada penghargaan. Hukuman tidak pernah keras dan biasanya berbentuk hukuman badan. Hukuman hanya digunakan bila terdapat bukti bahwa anak-anak secara sadar menolak melakukan apa yang diharapkan dari mereka. Bila perilaku anak memenuhi standar yang diharapkan, orang tua atau pendidik yang demokratis akan menghargainya dengan pujian atau pernyataan persetujuan yang lain.

E. Kerangka Fikir

Menurut Sugiyono, “kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang di susun dari berbagai teori yang telah di deskripsikan. Berdasarkan dari teori-teori yang telah di deskripsikan tersebut, selanjutnya di kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan sintesa hubungan antar hubungan variabel yang di teliti”.⁸⁴ Kerangka berfikir dalam penelitian ini melalui konseling individual dengan pendekatan *Behavior Contract* dapat tepat dalam upaya mengatasi perilaku membolos sekolah. Pendekatan Behavior

⁸³ Shapiro, *Op Cit*, h. 28.

⁸⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 25.

menaruh perhatian pada upaya perubahan perilaku yang tampak pada individu. Berdasarkan asumsi pada pendekatan Behavior bahwa setiap tingkah laku dapat di pelajari melalui kematangan dan belajar.

Perilaku yang bermasalah yaitu perilaku dan kebiasaan negatif serta perilaku yang tidak tepat. Perilaku yang salah penyesuaian terbentuk melalui proses interaksi dengan lingkungan nya. Selanjutnya perilaku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru karena manusia di pandang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah.⁸⁵

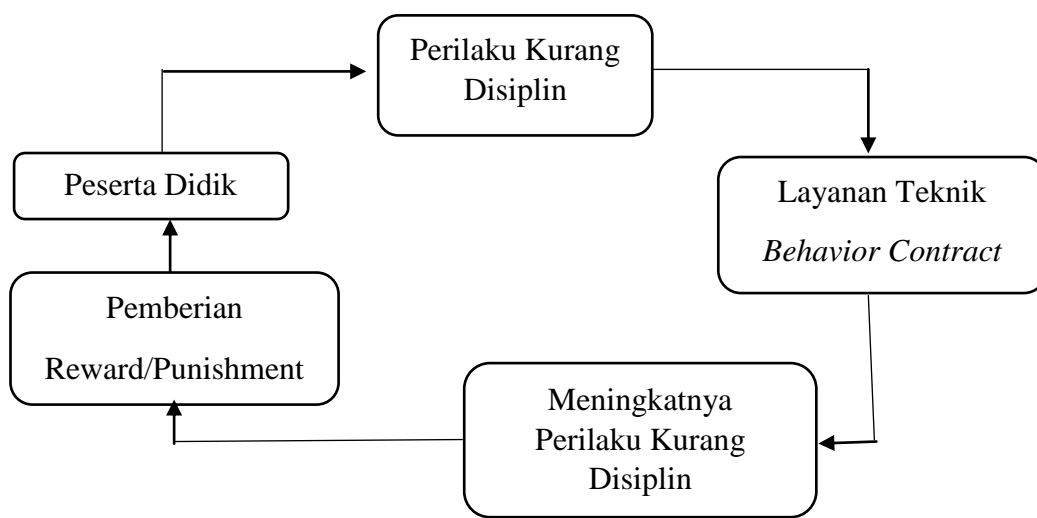
Sehingga *Behavior Contract* tepat di gunakan untuk mengurangi bahkan untuk mengatasi perilaku kurang disiplin pada peserta didik. Pembuatan kontrak adalah mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan perilaku yang di inginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor.⁸⁶ Dengan menggunakan pendekatan Behavior teknik *Behavior Contract* ini di harapkan peserta didik dapat meningkatkan kedisiplinan dalam berperilaku, mengetahui perubahan perilaku nya sendiri, meningkatkan perilaku yang adaptif dan menekan perilaku yang maladaptif. Selain itu dengan *Behavior Contract* yang di buat akan melatih konseli dapat mengambil keputusan dalam permasalahan dan perilaku nya serta mengevaluasi dirinya.

Untuk lebih mengefektif kan teknik *Behavior Contract* di terapkan tiga jenis pola yang di kenal yaitu reinforcement, punishment, reward yang sebelumnya sudah di sepakati oleh konselor dan konseli. Ketiga pola ini bertujuan untuk menstimulus konseli lebih termotivasi untuk melakukan

⁸⁵ Komalasari Gantina, Wahyuni Eka, Karsih, *Teori dan teknik konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), h. 152.

⁸⁶ Komalasari, *Op. Cit*, h. 172.

perubahan perilaku dengan harapan perubahan perilaku semakin cepat. Berdasarkan penjelasan peneliti di atas, maka penggunaan konseling individual dengan pendekatan Behavior teknik *Behavior Contract* dapat di gunakan untuk mengurangi perilaku membolos sekolah



Gambar 1.1
Kerangka Berfikir

F. Kajian Penelitian Yang Relevan

1. Arif Hanafi. 2017. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Di Kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

Dalam penelitian ini terdapat 3 (tiga) peserta didik yaitu AS, EI dan RS yang menjadi fokus penelitian dimana sebelumnya ke tiga peserta didik ini melakukan perilaku membolos disekolah, tetapi setelah diberikannya

layanan konseling individu menggunakan teknik Behavior Contract oleh guru bimbingan konseling, ke 3 (tiga) peserta didik ini tidak lagi melakukan perilaku membolos disekolah. Pada pelaksanaannya konseling individu dengan teknik Behavior Contract di lakasanakan sebanyak 7 (tujuh) sesi konseling di mana pada sesi konseling pertama guru BK membina rapport, selanjutnya sesi konseling ke dua guru BK melakukan assesment, setelah itu pada sesi konseling ke tiga guru BK menerapkan teknik Behavior Contract lalu pada sesi ke empat, lima dan enam guru bimbingan dan konseling mengamati perubahan dan memberikan treatment penguatan derngan konseling individu berupa motivasi dan materi mengenai bahaya perilaku membolos dan pada sesi konseling ke tujuh guru BK melakukan evaluasi dan terminasi kepada peserta didik untuk mengetahui sejauh mana sasaran tercapai.

Setelah di berikan layanan konseling individu dengan menggunakan teknik Behavior Contract Ke pada 3 (tiga) Peserta didik kini menunjukan adanya perubahan yang baik yaitu berkurangnya perilaku membolos sekolah ke pada 3 (tiga) peserta didik yang di perkuat dengan absensi kehadiran peserta didik di sekolah. Jadi dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik Behavior

Contract dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung.⁸⁷

2. Penelitian Selanjutnya Yaitu Yang Di Lakukan Oleh Puspita, Dian Dengan Judul: Mengatasi Perilaku Agresif Melalui Konseling Behavior Dengan Menggunakan Teknik Behavior Contract Pada Peserta Didik SMA Negeri 2 Malang.

Hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa : (1) frekuensi perilaku agresif sebelum di adakan treatment cukup tinggi; (2) frekuensi perilaku agresif subyek cukup rendah setelah di berikan treatment; (3) layanan konseling Behavior dengan teknik Behavior Contract dapat mengurangi perilaku agresif peserta didik dan dapat mengatasi masalah.⁸⁸

3. Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Bandar Lampung

Menurut Vera Berdasarkan layanan yang dilakukan oleh guru BK dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik efektif dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik dalam belajar disekolah.hal itu ditandai dengan perilaku peserta didik yang berangkat kesekolah tepat waktu, mengerjakan

⁸⁷ Arif Hanafi. *“Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Di Kelas VIII SMP Negeri 9 BandarLampung”*, 2017, h. 99.

⁸⁸Indri Astuti. 2009. *Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individual* (Studi Kasus Pada Siswa Kelas XII IPS Di SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga) tersedia : <http://lib.unnes.ac.id/6128/1/4521A.pdf> di akses: (pada tanggal 13 Mei 2019 jam 08.12 WIB).

tugas-tugas sendiri, tidak mencontek dan mengerjakan tugas PR dirumah tidak disaat jam Pelajaran berlangsung.hal itu dilakukan oleh peserta didik lebih dari 4 minggu, maka dapat disampaikan bahwa kedisiplinan peserta didik meningkat.⁸⁹

⁸⁹ Vera Ariesta Hajar, “*Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Bandar Lampung*”, 2017, h. 122.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Bakar Baraja. *Psikologi Konseling dan Teknik Konseling*. Jakarta: Studio press, 2004.
- Afin Murtie. *Soul Detox*. Yogyakarta: Scritto Books Publisher, 2014.
- Alberto. P.A. & Troutman, A.C. *Aplikasi Analisis Behavioral Untuk Guru*. Columbus: OH, 2009.
- Anwar Sutoyo. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- Ary H, Gunawan. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Azwar, Syaifudin. *Sikap Manusia Pustaka Pelajar*. Yogyakarta: 2003.
- Bimo Walgito. *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir)*. Yogyakarta: Andi Offset, 2011.
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. Bandung: Depag RI Pusat, 2007.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2003.
- Djam'an Satori, Aan Komariah. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Erior Bredly T. *40 Teknik Yang Harus Di Ketahui Oleh Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Fauzan, Lutfi. *Kontrak Perilaku*. Dalam <http://lutfifauzan.wordpress.com/kontrak-perilaku>, 2009.
- Gerald Corey. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Eresco, 2011.
- Hardaniwati, Menuk, dkk. *Kamus Pelajar Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset, 2009
- Jeanette Murad Lesmana. *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: UI Press, 2008.

- JP, Chalpin. *Kamus Lengkap Psikologi* (Terj.Kartono, Kartini). Jakarta: Raja Grafindo, 2002.
- Kartono, Kartini. *Bimbingan bagi anak dan remaja yang bermasalah*. Jakarta: Rajawali Pers, 2003.
- Koesuma. *Pendidikan Karakter Strategi Mendidik Anak Di Zaman Global*. Jakarta: Grasindo, 2010.
- Komalasari Gantina, Wahyuni Eka, Karsih. *Teori dan teknik konseling*. Jakarta: PT. Indeks, 2011.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: UPTUMM, 2008.
- M. Umar & Sartono. *Bimbingan Dan Penyuluhan*. Bandung: Pustaka Setia, 1998.
- Mapiare A.T Andi. *Kamus Istilah Konseling Dan Terapi*. Jakarta: Grafindo Persada Raja, 2006.
- Mardalis. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara, 2005.
- Muhamad, Surya. *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan*. (Teori & Konsep), Yogyakarta : Penerbit Kota Kembang, 2013.
- Nana Syaodih Sukmadinata. *Bimbingan dan Konseling dalam Praktek*. Bandung: Maestro, 2007.
- Nila Kusumawati Desak P.E, Dewa Ketut Sukardi. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Nurbuco Cholid, Abu Achmadi. *Metode Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Prayitno, Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- Puspita Dian dengan judul: *Mengatasi Perilaku Agresif Melalui Konseling Behavior dengan menggunakan Teknik Behavior Contract pada peserta didik SMAN 2 Malang*, tersedia : <http://digilib.unimed.ac.id/25976/>
- Sofyan S.Willis. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sudarto. *Metodologi Penelitian Filsafat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006.

- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2010.
- Sukardi. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Supriyo. *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV Nieuw Setapak, 2008.
- Suryosubroto. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009.
- Sutrisno Hadi. *Metodologi Research I*. Yogyakarta: Andi Offseat, 2008.
- Suwandi, Basrowi. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- Tohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007.
- Undang – undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, Lembar Negara Republik Indonesia, Jakarta, 2003.