



Konseling Individu Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah di SMK

Titis Indari*

Sekolah Menengah Kejuruan 10 Malang, Jl. Raya Tlogowaru Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: indarititis@gmail.com

Paper received: 14-12-2022; revised: 28-12-2022; accepted: 10-1-2023

Abstract

Truancy behavior that are common are maladaptive behaviors that are often experienced by students at school. Behavior occurs due to the inability of students to adapt to environmental demands. The behavior contract technique which aims to change individual behavior can be a solution to this maladaptive action. This technique is done with good awareness and commitment between the counselor and the client. The basic principles in the behavior contract technique include: (1) contracts are carried out with reinforcement, (2) strengthening must be carried out immediately, (3) contracts are negotiated freely and openly and are mutually agreed upon, (4) contracts are fair and clear, (5) contracts have clear target behavior behavior, frequency and duration of contracts, (6) contracts integrated with school programs. The use of individual counseling services with the behavior contract technique can be applied by counselors so that clients have awareness and eliminate truancy in high school.

Keywords: individual counseling; behavior contract techniques; truancy behavior

Abstrak

Membolos merupakan perilaku maladaptif yang sering dialami siswa di sekolah. Perilaku terjadi akibat ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. Teknik *behaviour contract* yang bertujuan mengubah perilaku individu dapat menjadi solusi atas tindakan maladaptif tersebut. Teknik ini dilakukan dengan kesadaran dan komitmen yang baik antara konselor dengan konseli. Prinsip dasar dalam teknik *behaviour contract*, antara lain: (1) kontrak dilakukan dengan penguatan, (2) penguatan harus segera dilakukan, (3) kontrak dinegosiasi secara bebas dan terbuka serta disepakati bersama, (4) kontrak adil dan jelas, (5) kontrak memiliki kejelasan target tingkah laku, frekuensi dan lamanya kontrak, (6) kontrak terintegritas dengan program sekolah. Penggunaan layanan konseling individu dengan teknik *behavior contract* dapat diterapkan konselor sehingga konseli mempunyai kesadaran dan menghapus perilaku membolos di sekolah.

Kata kunci: konseling; teknik *behavior contract*; membolos

1. Pendahuluan

Aktualisasi diri merupakan kebutuhan tertinggi yang perlu dipenuhi oleh setiap individu. Kebutuhan tersebut dapat terpenuhi jika kebutuhan dasar lainnya sudah dimiliki oleh individu. Kehidupan berprestasi merupakan wujud aktualisasi diri bagi siswa, namun tidak semuanya dapat mencapai kebutuhan tersebut karena terhambatnya beberapa aspek perkembangan dalam hidupnya (Islami, 2020). Disebut masa remaja adalah seseorang yang memiliki umur dari 12 tahun sampai 21 tahun (Putri, Nurwati, & Budiarti, 2016). Siswa SMK adalah seseorang yang sudah menyelesaikan sekolah ditingkat sekolah lanjutan pertama atau menengah pertama, yang sedang mencari tentang identitas dari diri mereka dimana berumur 15 tahun sampai kisaran 17 tahunan. Remaja mempunyai masa-masa yang labil, serta mempunyai perubahan dari segi fisik, dan psikis serta pola pikir, biasanya remaja yang tidak mempunyai pondasi yang kuat maka akan mempunyai pembaruan yang kurang baik, akan

mendapatkan permasalahan yang kompleks (Prabowo, 2016). Secara psikis, fase remaja adalah waktu dimana individu mendapatkan tekanan emosi yang dikarenakan perubahan fisik dan kelenjar (Aziz, 2018).

Adanya berbagai perubahan pada remaja baik secara fisik dan psikis menjadikan remaja seringkali mengalami hambatan dalam menjalani kehidupannya sebagai siswa. Kurangnya informasi dan edukasi terhadap siswa pada usia remaja seringkali terabaikan dan berdampak pada perilaku maladaptif yang dimilikinya. Oleh karenanya sangat dibutuhkan dukungan positif baik dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Tidak adanya dukungan secara positif pada siswa mengarahkan siswa pada aktivitas menghindari konflik, lebih jauh konflik yang dihindari justru menimbulkan konflik lainnya yang berdampak pada masa depannya. Salah satu cara siswa menghindari konflik adalah dengan membolos.

Membolos merupakan kasus yang selalu terjadi pada siswa sekolah menengah. Siswa sudah memiliki keberanian dan mengambil keputusan untuk melakukan aktivitas kehidupannya sehari-hari. Perilaku membolos sangat mempengaruhi perkembangan intelektual siswa yang berdampak pada masa depannya (Ardiyanti & Indah Pratiwi, 2018). Aktivitas membolos yang seringkali dilakukan dapat menimbulkan perilaku maladaptif lainnya seperti, kumpul-kumpul dengan teman yang mengakibatkan merokok, minum alkohol, bahkan tawuran (Purnamasari & Muis, 2018). Aktivitas lainnya yang dilakukan ketika membolos adalah bermain game online yang menghabiskan banyak uang. Perilaku membolos jika terus dibiarkan akan menghambat pemenuhan aktualisasi diri siswa, lebih jauh pada kehidupan karirnya di masa depan.

Peraturan sekolah sudah nampak jelas terkait membolos, namun masih saja ada siswa yang dengan ketahuannya melakukan aktivitas membolos tersebut. Adapula yang memiliki ketidaktahuan dan hanya mengikuti teman lainnya. Hal ini tentu menjadi permasalahan yang perlu ditangani dengan segera. Karena peraturan sekolah memiliki batas daripada hukuman atas aktivitas membolos tersebut. Siswa dapat dengan mudah dikembalikan kepada orang tua atau menerima konsekuensi tinggal kelas. Penanganan segera yang dapat dilakukan adalah melalui pembinaan oleh Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Layanan yang dapat diberikan yaitu layanan Konseling Perorangan (KP).

Konseling perorangan adalah salah satu layanan dari bimbingan dan konseling yang dapat membantu permasalahan individu atau siswa, dimana yang memberikan layanan disebut konselor yang fungsinya memberikan suasana yang membuat nyaman klien atau individu sehingga membuka diri tidak ada yang ditutup –tutupi sehingga konselor dengan layanan konseling perorangan dapat membantu klien atau individu masalah terselesaikan. Konseling perorangan bukan saja dalam mengentaskan masalah akan tetapi, pencegahan, dan pengembangan diri individu atau klien (Badriah, 2018). Menurut (Prayitno, 2018) layanan konseling individu atau perorangan dilakukan oleh seorang pembimbing atau konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Selain itu, konseling perorangan merupakan suatu kegiatan yang membantu individu yang mempunyai karakter unik, konselor mengembangkan dan potensi individu atau klien. Layanan konseling perorangan merupakan suatu layanan yang sangat penting untuk pelayanan BK (Prayitno, 2018).

Jadi konseling perorangan merupakan salah satu faktor terpentingnya dalam membantu siswa atau individu terlebih ditingkat sekolah menengah kejuruan dalam permasalahan

membolos sekolah, konselor atau guru bimbingan dan konseling membantu menciptakan kondisi baru yang mendukung belajar. Perilaku individu atau siswa akan dirubah dalam proses kegiatan agar tujuan tercapai yaitu membantu siswa atau individu. Konseling perorangan bukan hanya untuk siswa atau individu yang mempunyai permasalahan dalam bidang disiplin atau belajar saja tapi digunakan untuk perkembangan individu agar menjadikan siswa atau individu atau bukan hanya cerdas dalam intelektual namun mempunyai iman dan taqwa (Jaelani & Ilham, 2019).

Di lapangan tidak dipungkiri guru BK atau konselor sering kali menggunakan banyak teknik untuk membantu siswa dalam layanan konseling perorangan. Perbantuan konseling yang tidak benar akan membuat hasil yang tidak optimal. Perlunya tahap seperti pengantaran, penjajakan, penafsiran, tahap pembinaan dan penilaian dengan dilakukan sesuai tahapannya. Dimulai dari tahap pengantaran yaitu membuat suasana nyaman, sejak awalnya interaksi konselor dengan siswa atau klien atau individu dimulai. Dengan tatapan konselor yang hangat terhadap siswa atau klien atau individu, memberikan senyuman bentuk dari penerimaan konselor. Tahap penjajakan ini adalah respons dari tahap pengantaran mendengar respon-respons dari siswa atau individu atau klien yang telah dijelaskan ditahap pengantaran. Tahap penafsiran konselor memberikan pengkajian secara mendalam terhadap permasalahan siswa atau klien atau individu. Tahap pembinaan dimana didalam tahap ini adalah tahap dimana proses upaya pemberian bantuan agar siswa atau individu atau klien sadar akan permasalahannya dan bertujuan untuk dapat dari yang KES-T menjadi KES . Tahap penilaian yaitu proses dimana cara mengetahui apa yang sudah diberikan kepada siswa atau individu atau klien tepat dengan sasaran atau tidak serta berhasil atau tidaknya, terlihat dari proses maupun hasil (Marisa & Putri, 2017).

Pemberian layanan konseling perorangan yang berhasil dapat dilakukan dengan pendekatan dan teknik, salah satunya yang digunakan untuk perilaku membolos yaitu teknik behavior contract. (Fandini, Sulatani, & Susanto, 2018). Teknik ini merupakan salah satu teknik dalam pendekatan behavior yang dikembangkan oleh B.F. Skinner dan Albert Bandura. Bandura berkonsentrasi pada empat bidang penelitian: (1) kekuatan psikologis yang membentuk pikiran, emosi, dan tindakan, (2) mekanisme agensi manusia, atau cara orang mempengaruhi motivasi mereka sendiri dan perilaku melalui pilihan; (3) persepsi masyarakat atas kemanjuran mereka untuk menjalankan pengaruh atas peristiwa yang mempengaruhi hidup mereka, dan (4) bagaimana reaksi stres dan depres disebabkan (Basa, 2014). Pada pendekatan behavioral dikenal reinforcement/reward (imbalan) dan punishment (hukuman). Tingkah laku adaptif yang tampak diberi penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diinginkan ditampilkan bertujuan agar tingkah laku itu cenderung akan meningkat dan menetap dimasa akan datang. Sementara tingkah laku maladaptif diberikan punishment yang bertujuan agar tingkah laku tersebut tidak terulang dimasa akan datang (Sanyata, 2012).

Teknik behavior contract efektif untuk mengurangi perilaku seringnya membolos sekolah, teknik behavior ini adalah salah satu teknik dalam layanan konseling perorangan dimana tujuannya untuk mengurangi perilaku –perilaku yang tidak baik, dengan cara penulisan yang berupa persetujuan pihak- pihak yang terlibat antara konselor atau guru bk dan siswa atau individu. Dimana di teknik ini menekankan tanggung jawab (Bee Sanna, 2018) dan sanksi serta penghargaan yang diberikan. Teknik behavior contract juga telah efektif dilakukan terhadap perilaku maladaptif pada anak di BAPAS Kelas II Surakarta (Sulistiyawati & Hudaya, 2018).

Mengingat pentingnya permasalahan perilaku membolos pada siswa di sekolah menengah untuk ditangani, maka perlu tindakan segera dan tepat melalui layanan konseling perorangan dengan teknik behavior contract. Kajian konseptual ini dapat menjadi referensi Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah dalam memberikan bantuan terhadap masalah membolos pada siswa. Studi literatur ini memberikan gambaran tentang penggunaan teknik behaviour contract sebagai salah satu desain dalam pelayanan konseling perorangan untuk menurunkan perilaku meladatif membolos di sekolah.

2. Pembahasan

2.1. Pengertian Perilaku Membolos

Membolos adalah perilaku yang berkaitan dengan fisik, kejiwaan, sosial dan segi pemikiran (Sitorus, 2020). Hal tersebut akibat dari proses pengkondisian lingkungan yang buruk. Siswa pergimeninggalkan sekolah tanpa alasan yang pada tepat pada jam pelajaran dan tidak izin terlebih dahulu kepada pihak sekolah. Ini merupakan bagian dari kenakalan remaja, yang merupakan pelanggaran yang dilarang akan mendapatkan konsekuensi akan tetapi bukan tindakan kejahatan (Putri, 2017). McKinney menyatakan bahwa *“truancy is generally considered any unexcused or unverified absence from school. Because states enact their own school attendance laws, the legal definition of truancy may vary from state to state”* (McKinney, 2013). Hal tersebut bermakna bahwa perilaku membolos merupakan pelanggaran aturan terkait ketidakhadiran siswa di sekolah. Perilaku membolos adalah suatu sikap yang meninggalkan tanggung jawab siswa serta tugas sebagai pelajar dalam melakukan kegiatan belajar di sekolah (Erlina & Fitri, 2016).

2.2. Ciri-ciri dan Gejala Perilaku Membolos

Siswa yang biasanya melakukan sering melakukan perilaku membolos biasanya mempunyai ciri- ciri yang dapat ditandai atau mempunyai gejala-gejala yang terlihat dari siswa atau individu atau klien seperti: sering tidak masuk dengan alasan sakit namun tidak ada surat keterangan sakit, tiap bulannya pasti ada tidak masuknya dengan berbagai alasan, selalu memberikan keterangan alasan tidak masuknya berbeda-beda, dan sering terlambat datang ke sekolah (Aisyatul Widad & Dibyo Wiyono, 2020). Selain itu juga dapat berupa perilaku seperti mempunyai gejala –gejala membolos yaitu : 1. Suka mengantuk, 2. Suka menyindir, 3. Terlambat sekolah, 4. Kelainan fisik, 5. Pergaulan fisik, 6. Pembohong 7. Pemalas (Setyowati & Indah Pratiwi, 2019). Gejala lainnya siswa yang membolos, antara lain berhari-hari tidak masuk sekolah, tidak masuk sekolah tanpa ijin, sering keluar pada jam pelajaran tertentu, tidak masuk kembali setelah minta izin, masuk sekolah berganti hari, mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi, minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya, mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat, dan tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat (Prayitno & Amti, 2004).

2.3. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Membolos

Perilaku membolos dapat terjadi akibat dorongan internal maupun kondisi eksternal pada diri siswa, seperti: faktor keluarga, lingkungan bahkan teman (Fiara, Nurhasanah, & Bustamam, 2019). Perilaku membolos penyebabnya adalah dari hati yang membuat siswa atau individu tidak mau masuk sekolah ataumembolos sekolah (Masyithah, Nurhasanah, & Nurdin,

2019). Kondisi internal yang dapat mendorong yaitu kurangnya motivasi dan minat pada pelajaran, kesulitan pada pelajaran tertentu, dan tidak memahami tujuan belajar. Sementara faktor dari keluarga terjadi akibat kurangnya perhatian dari orang tua, ketidakharmonisan keluarga, atau pengabaian terhadap kehidupan belajar anak (Haq, 2019; Marisa, Fitriyanti, & Utami, 2018), lebih jauh siswa yang membolos dikarenakan karna orang tua yang tidak mendukung sistem pembelajaran serta tidak menganggap penting sekolah, Faktor lingkungan yang buruk juga dapat mempengaruhi siswa datang ke sekolah (Khadijah, Marjohan, & Bentri, 2016). Kemudian, darilingkungan teman terjadi karena faktor ikut-ikutan, konformitas teman sebaya, dan bermain *game online* bersama (Yulianthi, Komalasari, & Mamesah, 2012).

Faktor-faktor yang menjadi penyebab perilaku membolos juga disampaikan oleh Prayitno (2004:61) mengemukakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi siswa untuk membolos sekolah, antara lain yaitu: (1) Tidak senang dengan perilaku guru, (2) Merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru, (3) Merasa dibeda-bedakan oleh guru, (4) Merasa dipojokkan oleh guru, (5) Proses belajar mengajar membosankan, (6) Merasa gagal dalam belajar, (7) Kurang berminat dalam belajar, (8) Terpengaruh oleh teman yang sukamembolos, (9) Takut masuk karena tidak membuat tugas, (10) Tidak membayar kewajiban atau SPP tepat pada waktunya (Wahyuningrum, 2019).

Penelitian lain menemukan faktor-faktor penyebab siswa membolos, yaitu lingkungan dan hubungan keluarga, diri sendiri, sekolah dan lingkungan sekolah, tekanan kelompok teman sebaya, pengaruh media dan fasilitas rekreasi memberikan kontribusi dalam hal siswa membolos. Berdasarkan kelima faktor tersebut terlihat penyebab tertinggi siswa membolos adalah pengaruh media dan fasilitas rekreasi. Faktor penyebab kedua adalah faktor pengaruh tekanan kelompok teman sebaya (Nwokolo, Anyamene, & Nzerem, 2020; Yulianthi et al., 2012).

2.4. Dampak Perilaku Membolos

Perilaku membolos tentu berdampak pada kehidupan siswa. Dampak yang ditimbulkan dari perilaku membolos adalah psikisnya didapatkan bahwa siswa yang membolos akan mengalami kecemasan dengan nilai rapotnya, dampak akademiknya didapatkan bahwa nilai siswa menurun, banyak mata pelajaran yang tertinggal, banyak tugas yang tidak dikumpulkan atau dikerjakan. Sedangkan dampak sosial yang didapatkan bahwa siswa dikucilkan temannya (Murdiyanti & Nursalim, 2018).

Dampak dari perilaku membolos yang di lakukan siswa juga di kemukakan oleh Prayitno dan Amti (2004:62) perilaku membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif antara lain yaitu (1) Minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang, (2) Gagal dalam ujian, (3) Hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki, (4) Tidak naik kelas, (5) 24 Penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya, (6) Dikeluarkan dari sekolah (Wahyuningrum, 2019).

2.5. Pengertian Behaviour Contract

Behaviour Contract merupakan salah satu dari teknik konseling behavioral yang digunakan untuk mengapus perilaku maladaptif dan membentuk perilaku adaptif baru. Kontrak tersebut merupakan intervensi sekolah untuk mengubah perilaku siswa dan

memonitornya menggunakan perjanjian sederhana. Perjanjian tersebut dibuat secara lisan maupun tertulis antara guru dan siswa dengan syarat perjanjian yang jelas dan terbuka (Majeika, Wilkinson, & Kumm, 2020).

Behavior contract ditekankan pada komitmen perjanjian perilaku yang dilakukan oleh individu atau klien mempunyai tujuannya agar mempunyai perilaku yang sesuai dengan apa yang diinginkannya (Erford, 2017). Untuk menghindari kesalahan pemahaman antara konselor dan siswa atau klien perlunya adanya, penulisan perjanjian atau kontrak antara konselor dan siswa atau klien atau individu harus ditulis secara rinci. Penulisan perjanjian secara tertulis harus ditulis perilaku yang diharapkan, serta didalam penulisan perjanjian tersebut harus dituliskan tanggal yang bertujuan untuk siswa atau klien atau individu bersemangat untuk merubah perilakunya, dan didalam perjanjian secara tertulis ada juga penulisan penghargaannya apabila siswa atau klien atau individu dapat menjadi perilaku yang lebih baik yang sesuai dengan perjanjian tersebut, namun jika tidak dapat menjadi perilaku yang diharapkan sesuai tanggalnya siswa atau klien atau individu mendapatkan sanksi.

2.6. Prinsip Behaviour Contract

Prinsip-prinsip dasar penerapan kontrak perilaku yaitu kontrak disertai dengan penguatan, reinforcement diberikan dengan segera, kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara guru dan anak, kontrak harus fair, kontrak harus jelas (target perilaku, frekuensi, lamanya kontrak), kontrak dilaksanakan secara terintegrasi dengan program sekolah (Komalasari & Wahyuni, 2011). Dalam pemberian teknik behavior contract ada ada suatu yang harus dilakukan dalam memantapkan perilaku yaitu, siswa atau klien harus mau mencoba suatu yang sudah didiskusikan serta yang sudah ditulis dalam perjanjian, serta adanya hal yang harus diprioritaskan masalah siswa atau individu atau klien terlebih dahulu, agar tidak melebar kemana –mana permasalahannya. Serta dalam perjanjian secara tertulis didalamnya harus adil bobotnya. Kontrak harus jelas untuk kedua belah pihak. Kontrak harus jujur dimana harus dilakukan sesuai dengan isi perjanjian antara konselor atau guru bimbingan dan konseling serta siswa atau individu atau klien harus menepati isi dalam contract tersebut. Isi kontrak didalam penulisannya harus mengandung kalimat penguatan. Isi perjanjian harus didiskusikan secara terbuka serta disepakati oleh konselor dan siswa atau individu atau klien yang berjumlah satu atau lebih (Chalimi, 2017). Tujuan teknik behavior contract yaitu dimana individu mempunyai, perilaku yang diharapkan serta penghapusan perilaku yang sering melakukan pelanggaran sekolah, dan meningkatkan kedisiplinan siswa atau individu atau klien dalam perilaku (Reswastiyo & Rahmi, 2019).

2.7. Tahap-tahap Behaviour Contract

Langkah-langkah pembuatan behavior contract yaitu:

1. Pilih perilaku yang akan diubah dengan melakukan analisis ABC (Antecedent, Behavior, Consequence). Analisis ABC (Antecedent, Behavior, Consequence) yaitu analisis untuk memilih perilaku anak yang akan diubah yang dimulai dari Antecedent (pencetus perilaku) kemudian Behavior yang berarti perilaku yang dipermasalahkan mencakup tipe tangkah laku, frekuensi perilaku, dan durasi perilaku. Consequence merupakan konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut.

2. Tentukan data awal (baseline data) (perilaku yang akan diubah). Data awal (baseline data) didapat dari data perilaku setelah melakukan analisis ABC yang akan dibandingkan dengan data perilaku setelah intervensi.
3. Tentukan jenis penguatan yang akan diterapkan. Setelah menentukan perilaku yang akan diubah, guru menentukan jenis penguatan yang akan diterapkan untuk diberikan kepada anak. Bentuk-bentuk penguatan yang baik untuk diterapkan pada anak yaitu penguatan positif dapat berupa hadiah (permen, kado, makanan, stiker, bintang, dan lain-lain), perilaku (senyum, menganggukkan kepala untuk menyetujui, bertepuk tangan, mengacungkan jempol), atau penghargaan lainnya.
4. Berikan reinforcement setiap kali perilaku yang diinginkan ditampilkan. sesuai jadwal kontrak. Reinforcement atau penguatan merupakan rangsangan yang diberikan kepada anak atas perkembangan positif yang ditunjukkan oleh anak. Penguatan seharusnya diberikan segera setelah muncul perilaku atau respons siswa yang diharapkan. Penundaan pemberian penguatan cenderung kurang efektif untuk merubah perilaku anak.
5. Berikan penguatan setiap saat perilaku yang ditampilkan menetap. Penguatan juga diberikan saat anak sudah menampilkan perilaku positif secara konsisten. Hal tersebut dilakukan agar usaha anak merasa dihargai dan untuk memberikan motivasi kepada anak untuk tetap berperilaku positif (Komalasari & Wahyuni, 2011).

2.8. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Behaviour Contract

Kelebihan teknik ini adalah cara pelaksanaannya mudah, mempunyai waktu yang singkat dalam mengubah perilaku siswa atau individu atau klien. Teknik behavior contract bukan hanya bisa dilakukan oleh satu siswa namun bisa dilakukan oleh berkelompok. Sedangkan kelemahan teknik ini, jika konselor tidak dapat memberikan penguatan dan penjelasan terkait isi kontrak dan konsekuensi pelanggaran kontrak maka teknik tidak dapat berfungsi dengan baik (Paramita, 2017). Smith (1995) menjelaskan bahwa kontrak perilaku memberikan kemajuan atau perbaikan terhadap perilaku sosial secara positif (Jolivet, Swoszowski, Sanders, Ennis, & Boden, 2018). Selain itu, behaviour contract juga merupakan alat intervensi sederhana yang lebih efisien dan fleksibel. Konselor dapat menggunakan kontrak pada situasi tertentu yang dirasakan perlu penanganan segera. Behaviour contract dapat digunakan kembali tujuan yang direncanakan tidak tercapai. Konselor dan klien dapat mengubah kontrak dan memulai kontrak baru yang lebih sesuai dengan kondisi klien dan memulai dari awal (Clarke & Scurry, 2020).

2.9. Pengaplikasian Teknik Behaviour Contract dalam Konseling Perorangan

2.9.1. Pengantaraan

Pada tahapan ini, konselor melakukan penstrukturan sehingga siswa memahami maksud dan tujuan konseling yang akan dilakukan terkait perilaku membolos, cara pelaksanaan konseling yang akan dilakukan serta batasan konseling yang akan dilakukan. Pada tahapan ini, konselor menjelaskan dengan teknik dua arah, sehingga siswa dapat mengkonfirmasi dan bertanya jika kesulitan memahami penjelasan konselor. Setelah siswa

memahami dan siap melakukan konseling, maka proses konseling memasuki tahap berikutnya (Prayitno, 2018).

2.9.2. Penjajagan

Pada tahapan ini, konselor memasuki seluk beluk permasalahan siswa terkait perilaku membolos. Siswa menceritakan secara terbuka kondisi pribadinya terkait perilaku membolos yang dilakukan selama ini. Konselor membantu siswa menemukan titik permasalahan yang dialaminya dengan berbagai teknik konseling seperti ajakan berbicara, pertanyaan terbuka, dorongan minimal, dan refleksi untuk menemukan ABC (Antendence, Behaviour, Consequense) yang disertai aktivitas BMB3 (Berpikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, Bertanggung jawab)(Nwokolo et al., 2020; Prayitno, 2018).

2.9.3. Penafsiran

Selanjutnya, konselor membantu siswa menafsirkan kondisi pribadinya saat ini. Konselor bersama siswa menentukan titik masalah dan arah pelayanan sehingga permasalahan siswa dapat terbantu. Pada tahap ini konselor menentukan ABC, yaitu Antendence (penyebab perilaku), Behaviour (perilaku yang harus diubah), Consequense (konsekuensi akibat perilaku), dalam hal ini perilaku membolos(Anyamene, Anyachebelu, & Ngozi, 2017; Prayitno, 2018).

2.9.4. Pembinaan

Pada tahap ini, Konselor bersama siswa menyusun kontrak perilaku secara fair, jelas dan terbuka terkait perilaku perilaku yang harus diubah dan konsekuensi atas perubahan perilakunya, baik konsekuensi positif maupun konsekuensi negatif. Kemudian konselor dan siswa bersama-sama membuat secara tertulis dan detail poin-poin yang perlu disepakati bersama demi perubahan perilaku membolos siswa. Di sini konselor dan siswa juga menentukan waktu berjalannya kontrak dan berakhirnya kontrak. Lalu, kontrak tersebut bersama-sama disepakati konselor dan siswa dengan menyertakan identitas diri dan tanda tangan yang bersangkutan(Alwahbi, 2020; Rahmadhony, 2019).

2.9.5. Penilaian

Pada tahap ini, konselor membantu siswa mengevaluasi kegiatan konseling yang dilakukan hari ini dalam penilaian segera dengan cara mengeksplorasi AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, dan Kesungguhan) melalui aktivitas BMB3 (Berpikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, Bertanggung jawab) untuk mengubah perilaku membolos siswa. Konselor bertanya kepada siswa terkait 5 unsur tersebut disertai aktivitas BMB3 dan siswa menjawab secara bebas dan terbuka. Konselor juga melakukan penilaian jangka pendek dan panjang dengan cara memonitor perilaku membolos siswa dan memberikan reinforcement atas perilaku positifnya atau sangki atas perilaku negatifnya, serta melakukan wawancara konseling kembali jika diperlukan(Obibuba, 2020; Prayitno, 2018).

3. Simpulan

Perilaku membolos yang merupakan perilaku maladaptif pada siswa perlu ditangani dengan segera. Penanganan segera dalam konseling perorangan dapat dilakukan dengan teknik Behaviour Contract. Teknik ini mengantarkan konselor dan klien untuk bersama-sama menganalisis ABC, yaitu Antecedence (penyebab perilaku membolos), behaviour (detail perilaku yang perlu diubah), Consequence (konsekuensi atas perilaku membolos) yang dilakukan oleh siswa. Penanganan segera tersebut dapat membantu siswa dalam kehidupan belajarnya. Selain siswa mendapatkan kesadaran atas perilaku maladaptif yang dilakukannya, siswa dapat dengan segera memulihkan kehidupan belajarnya dengan dukungan positif dari konselor di sekolah selama kontrak berlangsung. Lebih jauh, siswa dapat mencapai kebutuhan aktualisasi dirinya di sekolah dan setelahnya.

Daftar Rujukan

- Aisyatul Widad, M. A. S., & Dibyo Wiyono, B. (2020). Konformitas perilaku membolos sekolah pada siswa SMK Assa'adah Bungah Gresik. *Jurnal BK UNESA*, 11(4).
- Alwahbi, A. (2020). The use of contingency contracting in educational settings: A review of the literature. *Educational Research and Reviews*, 15(6), 327–335.
- Anyamene, A. P., Anyachebelu, F. E., & Ngozi, A. (2017). Effects of Individualized Counselling Technique on Remediating Truancy Among Junior Secondary School Students. *Journal of Guidance*, 1(1), 15–19.
- Ardiyanti, M., & Indah Pratiwi, T. (2018). Studi Tentang Penanganan Perilaku Membolos Peserta Didik oleh Konselor Sekolah di SMP Negeri Se Kecamatan Kerek-tuban. *Jurnal BK UNESA*, 8(2).
- Aziz, R. (2018). Peranan Kecerdasan Emosional terhadap penyesuaian diri dan perilaku delinkuen pada remaja di Yogyakarta. *ULUL ALBAB Jurnal Studi Islam*, 3(1), 83–98.
- Badriah, L. (2018). Persepsi Peserta Didik Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling di Madrasah Aliyah Ali Maksud. *At-Tajdid: Jurnal Ilmu Tarbiyah*, 7(1), 16–30.
- Basa, M. J. M. (2014). Bottlenecks affecting professional practice among filipino architects crossing asean borders: a Review. *Pembangunan Sosial Dalam Menghadapi Masyarakat Ekonomi Asen*, 5, 316.
- Bee Sanna, J. (2018). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Kontrak Perilaku untuk Meningkatkan Perilaku Tanggung Jawab Pribadi Siswa Kelas Viii-f SMP Negeri 34 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 8(1).
- Chalimi, M. K. (2017). Implementasi Teknik Behavior Contract untuk Memotivasi Siswa dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (PR) di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) Pilangkenceng Madiun. *Jurnal Intelektual: Jurnal Pendidikan Dan Studi Keislaman*, 7(1), 82–89.
- Clarke, M., & Scurry, T. (2020). The role of the psychological contract in shaping graduate experiences: a study of public sector talent management programmes in the UK and Australia. *The International Journal of Human Resource Management*, 31(8), 965–991.
- Erford, B. T. (2017). *Orientation to the counseling profession: Advocacy, ethics, and essential professional foundations*. Pearson.
- Erlina, N., & Fitri, L. A. (2016). Penggunaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Prilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung Iii Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus. *KONSELL: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 19–28.
- Fandini, P., Sulatani, S., & Susanto, D. (2018). Layanan konseling kelompok dengan teknik behavioral contract dalam menumbuhkan karakter disiplin siswa di SMA PGRI 2 Banjarmasin tahun ajaran 2017/2018. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 4(1), 13–20.
- Fiara, A., Nurhasanah, N., & Bustamam, N. (2019). Analisis faktor penyebab perilaku tidak disiplin pada siswa SMP Negeri 3 Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(1).
- Haq, M. D. D. (2019). Peran guru bk dalam menangani prilaku membolos siswa di MTs NU Raudlatus Shibyan. *Konseling edukasi. Journal of Guidance and Counseling*, 3(2).
- Islami, J. (2020). Hubungan antara kecemasan sosial dan pribadi introvert dengan aktualisasi diri pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 13 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 1(2).

- Jolivet, K., Swoszowski, N. C., Sanders, S., Ennis, R. P., & Boden, L. J. (2018). Positive Behavior Agreements. *Journal of Correctional Education (1974-), 69(3)*, 16–31.
- Khadijah, K., Marjohan, M., & Bentri, A. (2016). Kontribusi dukungan orangtua dan persepsi siswa tentang disiplin belajar terhadap perilaku membolos serta implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling. *Konselor, 5(3)*, 172–181.
- Komalasari, G., & Wahyuni, E. (2011). *Teori dan teknik konseling*. Jakarta: Indeks.
- Majeika, C. E., Wilkinson, S., & Kumm, S. (2020). Supporting Student Behavior Through Behavioral Contracting. *Teaching Exceptional Children, 40059920952475*.
- Marisa, C., Fitriyanti, E., & Utami, S. (2018). Hubungan pola asuh orangtua dengan motivasi belajar remaja. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 6(1)*, 25.
- Marisa, C., & Putri, A. M. (2017). The influence of individual counseling in improving learning motivation for students. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 1(2)*, 137–144.
- Masyithah, M., Nurhasanah, N., & Nurdin, S. (2019). Analisis faktor-faktor penyebab siswa membolos sekolah di SMP Negeri 16 Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling, 4(3)*.
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 4(2)*, 246–260.
- Prayitno. (2018). *Konseling Profesional yang Berhasil*. Depok: RajaGrafindo Persada.
- Prayitno, E. A., & Amti, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purnamasari, W., & Muis, T. (2018). Studi kasus tentang perilaku membolos siswa di SMA Negeri 1 Plumpang Tuban. *Jurnal BK UNESA, 9(1)*.
- Putri, L. R. (2017). *Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Membolos Pada Remaja SMKN 10 Semarang*. Universitas Negeri Semarang.
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1)*.
- Rahmadhony, S. (2019). The Effectiveness of Token Economy to Reduce Truant Behaviour. *International Journal of Education & Curriculum Application, 2(1)*, 24–30.
- Reswastiyo, A., & Rahmi, S. (2019). Pengaruh teknik behavior contract terhadap disiplin belajar siswa kelas viii SMP N 6 Tarakan tahun pelajaran 2018/2019. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo, 1(1)*.
- Sanyata, S. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma, 14(7)*, 1–11.
- Setyowati, P., & Indah Pratiwi, T. (2019). Penerapan konseling kelompok pendekatan solution-focused brief therapy (SFBT) untuk mengurangi perilaku membolos siswa di SMPN 33 Surabaya. *Jurnal BK UNESA, 9(3)*.
- Sitorus, M. (2020). *Studi tentang Pemanfaatan Waktu Siswa Membolos pada Siswa Kelas X di Sekolah Menengah Kejuruan Telekomunikasi Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Sulistiyawati, S., & Hudaya, A. (2018). *Konseling individu dengan teknik behavior contract dalam meminimalisir perilaku maladaptif anak di balai pemyarakatan (bapas) klas II Surakarta*. IAIN Surakarta.
- Tri Murdianti, Y., & Nursalim, M. (2018). Studi Tentang Perilaku Membolos Siswa di SMP Negeri 2 Semen Puharang Kabupaten Kediri. *Jurnal BK UNESA, 9(1)*.
- Wahyuningrum, N. (2019). *Faktor-faktor penyebab perilaku membolos siswa di SMK Negeri 9 Surakarta*. Universitas Negeri Semarang.
- Yulianthi, H., Komalasari, G., & Mamesah, M. (2012). Faktor Penyebab Siswa Membolos (Survey pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 232 Jakarta). *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling, 1(2)*, 3–6