

## **PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK KONTRAK PERILAKU DALAM MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF PADA SISWA SMP DI SAMARINDA TAHUN AJARAN 2024/2025**

**Husnul Khotimah<sup>1</sup>, Wahyu Widyatmoko<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> khatimahh@gmail.com, <sup>2</sup> wahyuwidyatmoko@fkip.unmul.ac.id

Universitas Mulawarman

### **Abstract**

*This study aims to determine the level of student aggression after providing group counseling services with behavior contract techniques. The research design used was action research in guidance and counseling (PTBK) consisting of 2 cycles and each cycle consists of 4 stages, namely planning, action, observation, and reflection. The sample in this study amounted to 5 students selected using purposive sampling. Data collection using psychological scales of aggressive behavior, interviews, observation, and documentation. The results of the initial assessment analysis using a psychological scale before being given group counseling services with behavior contract techniques showed an average score of 97.4 including in the high category while the results of the assessment analysis after the provision of behavior contract group counseling services cycle 2 showed an average score of 75.8 including in the low category. Based on the results of interviews and observations that have been made, there are changes after being given behavior contract counseling services where aggressive behavior by students has begun to decrease. This research is expected to be an input for strategies in reducing aggressive behavior for further research.*

**Keywords:** *Group Counseling, Behavioral, Aggressive Behavior, Behavior Contract*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat agresifitas siswa setelah pemberian layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang terdiri dari 2 siklus dan masing-masing siklus terdiri dari 4 tahapan yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 siswa yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala psikologis perilaku agresif, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil analisis asesment awal menggunakan skala psikologis sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku menunjukkan skor rata-rata 97,4 termasuk dalam kategori tinggi adapun hasil analisis asesment setelah pemberian layanan konseling kelompok kontrak perilaku siklus 2 menunjukkan skor rata rata 75,8 termasuk dala kategori rendah. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan adanya perubahan setelah diberikan layanan konseling kontrak perilaku dimana perilaku agresif yang dilakukan siswa sudah mulai berkurang. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan strategi dalam mereduksi perilaku agresif untuk penelitian selanjutnya.

**Kata Kunci:** *Konseling Kelompok, Behavioral, Perilaku Agresif, Kontrak Perilaku*

## PENDAHULUAN

Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal menjadi sarana bagi siswa dalam memperoleh ilmu pengetahuan dan mendidik siswa agar memiliki karakter pribadi yang baik. Menurut (Mangunhardjana, 2021:29) pendidikan karakter yang terdapat di sekolah dapat membantu siswa memahami karakter, menerapkan dan menghayati serta mengembangkan keutamaan positif dalam pembentukan karakter siswa. Mendidik siswa berkarakter baik akan memunculkan perilaku siswa yang baikpula dilingkungan sekolah dan tidak melakukan tindakan kekerasan, meskipun demikian terdapat berbagai fenomena di lingkungan sekolah salah satunya fenomena perilaku agresif. Hal ini didukung oleh temuan yang peneliti dapatkan selama melakukan observasi, dokumentasi berupa catatan kasus, wawancara guru BK dan 2 siswa, serta kuesioner perilaku agresif yang menunjukkan bahwa adanya indikasi terdapat siswa yang melakukan perilaku agresif baik secara fisik maupun verbal dilingkungan sekolah.

Perilaku agresif sebagai tindakan yang dapat menyakiti atau melukai orang lain mengacu pada tindakan kekerasan perilaku dan emosional untuk membahayakan baik secara langsung ataupun tidak langsung. Menurut (Ahmad Susanto, 2018:319) menjelaskan bahwa perilaku agresif merupakan segala macam tindakan yang dilakukan dengan disengaja dan menargetkan sasaran yang bertujuan untuk menyakiti baik secara fisik maupun psikis dan menghancurkan orang lain. Perilaku agresif yang dialami seseorang dilatarbelakangi oleh berbagai faktor. (Ahmad Susanto, 2018:322-323) menerangkan perilaku agresif disebabkan oleh beberapa faktor seperti, personal, faktor sosial situasional, kebudayaan, media massa, dan sumber daya. Faktor lain yang melatarbelakangi perilaku agresif (Ahmad Susanto, 2018:318) menerangkan bahwa remaja rentan memiliki permasalahan berperilaku agresif dalam proses pencarian identitas diri, dimana remaja berada pada usia tanggung artinya remaja bukan lagi pada masa anak kecil yang tidak mengerti apa-apa akan tetapi belum menjadi orang dewasa yang dapat dengan mudah membedakan mana hal yang baik dan mana hal yang akan berakibat buruk.

Secara umum perilaku agresif terbagi menjadi dua bentuk, yakni perilaku agresif fisik dan perilaku agresif verbal. (Abdullah Muzakar et al., 2023:294) menerangkan perilaku agresif secara fisik, seperti merusak, memukul, dan menendang adapun perilaku agresif secara verbal dilakukan melalui lisan, seperti mengejek, berteriak, dan menghina.

Perilaku agresif siswa tidak dapat dibiarkan begitu saja, mengingat dampak yang akan terjadi seperti dapat menyakiti dan mencelakakan diri siswa sendiri dan orang lain baik secara fisik maupun psikis. Menurut (Abdullah Muzakar et al., 2023:303) menjelaskan bahwa perilaku agresif memiliki dampak buruk baik bagi pelaku maupun korban seperti merusak hubungan sosial dengan orang lain, korban perilaku agresif merasa akan membahayakan dirinya jika terus mengalami perlakuan yang tidak baik sehingga korban akan menjauhi orang yang berperilaku agresif adapun pelaku perilaku agresif akan merasa stress dan terasing dari lingkungan sosial. Perilaku agresif juga akan berdampak bagi psikologis. Menurut (Adnan Achiruddin Saleh, 2020:175) menjelaskan bahwa perilaku agresif berupa pengabaian stimulus berdampak pada psikologis seseorang seperti kecemasan, perasaan kecewa, dan merasa terabaikan.

Perilaku agresif yang dialami remaja sebagai respon terhadap stimulus yang didapat dari interaksi dalam lingkungan yang tidak mendukung. Menurut (Ahmad Susanto, 2018:323) menjelaskan bahwa perilaku agresif sebagai fenomena behavioral yang ditimbulkan oleh adanya interaksi sosial dan stimulus dari lingkungan. Perilaku agresif dapat diubah. Menurut (Ahmad Susanto, 2018:323) menjelaskan bahwa dalam teori belajar sosial, Albert Bandura mempercayai bahwa tingkah laku setiap individu termasuk perilaku agresif dapat dibentuk, ditimbulkan, dan dihilangkan, dengan demikian perilaku agresif dikhawatirkan memberikan dampak sosial yang buruk sehingga perlu direduksi. Perlunya guru bimbingan dan konseling dalam memberikan pemahaman dan pengentasan terkhusus pada tindakan perilaku agresif. Guru bimbingan dan konseling dapat mereduksi permasalahan perilaku agresif di sekolah melalui berbagai layanan yang ada, salah satunya dengan layanan konseling kelompok. Guru bimbingan dan konseling dalam mengentaskan permasalahan peserta didik dapat memberikan layanan konseling kelompok. Menurut Prayitno dalam Dina Hajja Ristianti & Irwan Fathurrochman, 2020:33) menjelaskan fungsi layanan konseling kelompok sebagai pengentasan yang dapat membantu siswa dalam mengentaskan atau mengatasi permasalahan yang dialami peserta didik sehingga peserta didik dapat berkembang sesuai dengan tugas perkembangannya secara optimal.

Pemberian layanan konseling kelompok sebagai upaya guru bimbingan dan konseling untuk membimbing dan membantu siswa terhadap pemecahan masalah pribadi siswa menggunakan dinamika kelompok agar siswa mencapai perkembangan yang

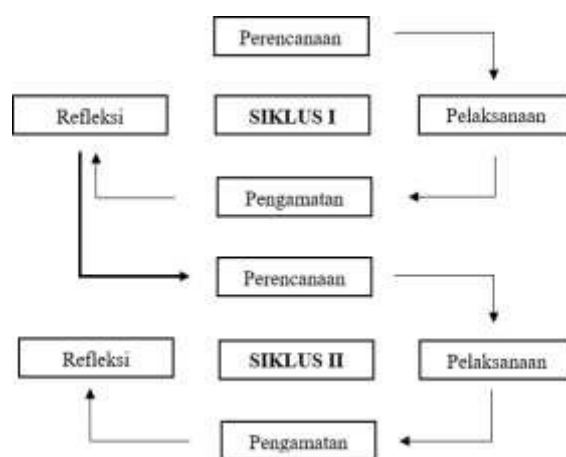
optimal. Menurut (Corey dalam Namora Lumongga Lubis Hasnida, 2016:29) menyatakan bahwa fungsi utama seorang konselor yaitu, membantu konseli dalam menemukan kekuatan yang ada pada diri konseli, membantu menemukan hambatan yang konseli alami dan menemukan solusi dari hambatan tersebut, dan membantu konseli dalam memperjelas pribadi apa yang diharapkan konseli. Pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan teknik kontrak perilaku dapat mereduksi perilaku agresif siswa. Teknik kontrak perilaku dapat membantu menyelesaikan permasalahan perilaku maladaptif konseli, dimana terdapat persetujuan/kesepakatan antara konselor dan konseli menggunakan penguatan (reinforcement) berupa reward dan punishment dalam mencapai perilaku yang diinginkan. Sebagaimana (Zakki Nurul Amin, 2017:31) menerangkan bahwa kontrak perilaku (behavior contract) termasuk dalam salah satu teknik konseling behavioral yang pelaksanaannya menggunakan prinsip operant conditioning yaitu penekanan pada consequence perilaku konseli, penetapan penguatan (reinforcement) yang diberikan pada konseli dan adanya asumsi mengubah perilaku konseli dengan mengatur consequence yang ditetapkan. Konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dapat melatih siswa untuk belajar membuat keputusan/kesepakatan dan melatih siswa bertanggung jawab terhadap keputusan yang telah dibuat serta melatih komitmen demi tercapainya perilaku yang diinginkan. Guru bimbingan dan konseling dapat mereduksi perilaku agresif dengan memberikan layanan konseling kelompok menggunakan teknik behavior contract.

Penelitian yang dilakukan oleh (Djawad & Buchori, 2023:308-314) menerangkan bahwa layanan konseling individu dengan menggunakan teknik behavior contract dapat mengurangi perilaku agresif siswa dimana konseli diberikan kebebasan dalam menentukan target perilaku yang diinginkan dan menentukan reinforcement yang didapatkan jika konseli berhasil menjalankan kesepakatan ataupun melanggar isi kesepakatan dalam kontrak perilaku. Berdasarkan dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku adalah pilihan tepat untuk mereduksi perilaku agresif pada siswa SMP yang diharapkan dengan adanya pemberian layanan ini akan memberikan dampak kepada siswa agar dapat mereduksi perilaku agresif sehingga dapat menjaga kenyamanan dalam proses pembelajaran dan mencapai perkembangan yang optimal. Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Pelaksanaan Layanan

Konseling Kelompok Teknik Kontrak Perilaku dalam Mereduksi Perilaku Agresif Pada Siswa SMP di Samarinda Tahun Ajaran 2024/2025”.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) model spiral oleh Kemmis & Mc Taggart yang terdiri dari 2 siklus dan setiap siklus terdiri dari perencanaan (planning), tindakan (action), pengamatan (observation), dan refleksi (refelction) (Chamidah et al., 2021:50). Gambar 1. Prosedur penelitian tindakan (Ridwan Abdullah Sanni et al., 2020:31).



**Gambar 1.** Prosedur penelitian tindakan

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 siswa yang memiliki kaitan erat dengan permasalahan yang diangkat pada topik penelitian ini. Sampel yaang ditetapkan dalam penelitian ini berjumlah 5 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria sampel yang benar-benar sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan berdasarkan hasil observasi, kuesioner dan wawancara. Data dikumpulkan dalam bentuk naratif dan angka melalui observasi, wawancara, skala psikologis dan dokumentasi. Data kualitatif dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun data kuantitatif dianalisis menggunakan statistik deskriptif persentase.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian dilaksanakan dalam 2 siklus, yaitu siklus I dan siklus II. Pelaksanaan setiap siklus dalam penelitian tindakan bimbingan dan konseling terdiri dari 4 tahapan yakni tahap perencanaan (*planning*), tahap tindakan (*action*), tahap pengamatan (*observation*) dan tahap refleksi (*reflection*). Berikut pemaparan dari setiap tahapan:

#### **Siklus 1 Tahap Perencanaan (*Planning*)**

Tahap perencanaan ini peneliti mengumpulkan data awal siswa yang meliputi (penyebaran kuesioner perilaku agresif, mengumpulkan dokumentasi berupa buku catatan kasus dan foto agresivitas siswa, melakukan wawancara dengan guru BK dan 2 siswa, serta melakukan observasi). Peneliti melakukan observasi terhadap perilaku siswa di sekolah melihat siswa yang kerap mengejek siswa lain dengan nama orang tua, menghina fisik teman, dan memukul teman. Peneliti melakukan wawancara dengan guru BK didapatkan hasil bahwa siswa kerap mengejek teman dengan memanggil nama orang tua, mengolok-olok teman yang melakukan kesalahan, dan memukul teman. Peneliti selanjutnya melakukan wawancara dengan 2 siswa didapatkan hasil bahwa siswa sering memanggil teman dengan nama orang tua, menyeleding kaki teman, meludahi teman, memukul teman, dan memintai uang serta makanan teman. Peneliti menyebarkan kuesioner perilaku agresif yang telah disediakan guru BK didapatkan hasil bahwa siswa berperilaku agresif secara fisik dan verbal terlihat dalam 14 dari 27 item pernyataan kuesioner termasuk dalam kualifikasi tinggi. Peneliti mengumpulkan dokumentasi berupa buku catatan kasus dan foto agresivitas siswa didapatkan foto 2 siswa setelah berkelahi dan catatan buku kasus siswa-siswa masuk ruang BK.

Tahap perencanaan ini peneliti juga mempersiapkan kelengkapan instrumen pengumpulan data, administrasi, rencana pelaksanaan layanan (RPL), menetapkan indikator keberhasilan, dan membangun hubungan baik dengan Guru BK serta menentukan jadwal pelaksanaan konseling kelompok siklus 1. Peneliti menyebarkan skala psikologis perilaku agresif asesment awal sebelum pemberian intervensi layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dalam mereduksi perilaku agresif pada siswa didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Asessment Awal

No	Nama	Skor	Persentase	Kategori
1	RI	95	64,1%	Tinggi
2	RA	97	65,5%	Tinggi
3	MF	98	66,2%	Tinggi
4	AR	99	66,8%	Tinggi
5	RC	98	66,2%	Tinggi

Berdasarkan hasil analisis assessment awal skala psikologis perilaku agresif yang berjumlah 37 item dapat dirincikan pencapaian rata-rata skor siswa sebelum dilaksanakannya layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku. Hasil rata-rata skor skala psikologis perilaku agresif siswa assessment awal ialah 97,4. Hasil rata-rata assessment awal termasuk dalam kualifikasi tinggi. Peneliti memberikan intervensi guna mereduksi perilaku agresif siswa melalui layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku.

#### **Tahap Tindakan (Action)**

Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dalam mereduksi perilaku agresif pada siswa dilaksanakan melalui 4 pertemuan dengan masing masing pertemuan 2 sesi jam layanan konseling. Penelitian tindakan dilaksanakan menggunakan pendekatan behavioral teknik kontrak perilaku dengan analisis ABC (*Antecedent, Behavior, dan Consequence*). Peneliti menggali informasi mengenai antecedent yaitu pemicu perilaku selanjutnya menetapkan behavior atau perilaku yang bermasalah yang mencakup tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, dan intensitas tingkah laku selanjutnya menganalisis *consequensi* dampak yang terjadi dari perilaku tersebut. Penelitian ini menggunakan teknik kontrak perilaku yang menekankan adanya *reinforcement* (penguatan) berupa *reward* (hadiah) dan *punishment* (hukuman) yang dapat memotivasi siswa dalam menjalankan perjanjian/kesepakatan dalam kontrak perilaku. Peneliti melakukan evaluasi dengan menyebarkan skala psikologis perilaku agresif sebagai assessment siklus 1. Berikut hasil assessment siklus 1:

**Tabel 2.** Hasil Aseessment Siklus 1

No	Nama	Skor	Persentase	Kategori
1	RI	69	46,6%	Rendah
2	RA	82	55,4%	Rendah
3	MF	93	62,8%	Tinggi
4	AR	95	64,1%	Tinggi
5	RC	94	63,5%	Tinggi

Berdasarkan analisis skala psikologis perilaku agresif asesment siklus 1

didapatkan hasil bahwa 2 siswa sudah termasuk dalam kategori rendah sementara 3 siswa lainnya masih termasuk dalam kategori tinggi. Hasil rata-rata skor skala psikologis perilaku agresif siswa asesment siklus 1 ialah 86,6 termasuk dalam kategori rendah.

#### **TAHAP PENGAMATAN (*OBSERVATION*)**

Hasil observasi siklus 1 selama pelaksanaan layanan konseling kelompok berlangsung siswa berpartisipasi secara aktif mengikuti layanan dan siswa mulai menyadari bahwa perilaku agresif termasuk perilaku yang tidak baik dan bersedia bekerjasama untuk mengurangi perilaku tersebut, beberapa siswa mulai konsisten mengurangi perilaku agresif.

#### **TAHAP REFLEKSI (*REFLECTION*)**

Pelaksanaan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dapat mengurangi perilaku agresif siswa hal ini terlihat dari intensitas perilaku agresif yang dilakukan siswa sebelum pemberian teknik kontrak perilaku dan setelah pemberian kontrak perilaku siswa jauh lebih sedikit menampilkan perilaku agresif. Hal ini didukung oleh hasil analisis skala psikologis perilaku agresif dengan perolehan persentase perilaku agresif yang menurun dari asesment awal ke asesment siklus 1.

Kekurangan dalam pelaksanaan siklus 1 yaitu, *reward* dan *punishment* yang peneliti gunakan kurang tepat karena tidak dapat diberikan secara langsung ketika perilaku target muncul. Hambatan yang terjadi dalam siklus 1 yaitu, beberapa siswa yang saling

mengganggu saat proses layanan dan beberapa siswa yang tidak hadir sekolah saat jadwal pemberian konseling kelompok.

### SIKLUS 2 TAHAP PERENCANAAN (*PLANNING*)

Pelaksanaan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dalam mereduksi perilaku agresif siklus II menindaklanjuti kekurangan dan hambatan yang terdapat pada siklus I, peneliti berkolaborasi dengan guru BK merencanakan perbaikan untuk memaksimalkan proses layanan konseling kelompok agar berjalan efektif dan efisien. Tahap perencanaan siklus II peneliti mempersiapkan kelengkapan instrumen pengumpulan data, administrasi, rencana pelaksanaan layanan (RPL), dan menentukan jadwal pelaksanaan konseling kelompok siklus II bersama guru BK.

### TAHAP TINDAKAN (*ACTION*)

Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dalam mereduksi perilaku agresif pada siswa siklus 2 dilaksanakan melalui 3 pertemuan dengan masing-masing pertemuan 2-3 sesi jam layanan konseling. Penelitian tindakan siklus 2 sama seperti siklus 1 menggunakan pendekatan behavioral teknik kontrak perilaku dengan analisis ABC (*Antecedent, Behavior, dan Consequence*). Selanjutnya peneliti menyebarkan skala psikologis perilaku agresif sebagai asesment siklus 2. Berikut hasil asesment siklus 2:

**Tabel 3.** Hasil Asesment Siklus 2

No	Nama	Skor	Persentase	Kategori
1	RI	62	41,8%	Sangat Rendah
2	RA	69	46,6%	Rendah
3	MF	86	58,1%	Rendah
4	AR	82	55,4%	Rendah
5	RC	80	54,0%	Rendah

Berdasarkan analisis skala psikologis perilaku agresif asesment siklus 2 didapatkan hasil bahwa 1 siswa termasuk dalam kategori sangat rendah dan 4 siswa lainnya termasuk dalam kategori rendah dan telah mencapai indikator keberhasilan dalam penelitian ini. Hasil rata-rata skor skala psikologis perilaku agresif siswa asesment siklus 2 ialah 75,8 termasuk dalam kategori rendah.

#### **TAHAP PENGAMATAN (*OBSERVATION*)**

Hasil dari observasi pelaksanaan konseling kelompok siklus II berlangsung, siswa aktif dalam mengikuti layanan, siswa tidak lagi mengejek nama orang tua maupun fisik teman. Hasil observasi menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik kontrak perilaku dapat mengurangi perilaku agresif hal ini terlihat siswa memunculkan perilaku agresif ketika dirinya sedang diganggu teman dan intensitas perilaku agresif yang dimunculkan mulai berkurang.

#### **TAHAP REFLEKSI (*REFLECTION*)**

Pelaksanaan konseling kelompok siklus 2 menunjukkan adanya perbaikan dari pelaksanaan konseling siklus 1 dengan perbaikan tersebut menunjukkan adanya penurunan perilaku agresif siswa baik secara fisik maupun verbal terlihat siswa sudah mulai berkurang secara intensitas dalam memunculkan perilaku agresif dari sebelum pemberian layanan konseling kelompok.

#### **PEMANTAUAN**

Layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku siklus I dan siklus II telah selesai dilaksanakan untuk mengetahui sejauh mana perubahan terhadap perilaku siswa selanjutnya dilakukan pemantauan oleh teman sekelas masing-masing sebanyak 2 siswa mengamati perilaku agresif 1 siswa yang menjadi anggota konseling kelompok selama berada dikelas. Pengamatan/pemantauan yang telah dilaksanakan selama 5 hari menggunakan panduan observasi yang terdiri dari 10 item pernyataan observasi. berikut hasil observasi:

**Tabel 5.** Hasil Pemantauan

No	Nama	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Ratarata	Persentase	Kategori
1	RI	20	40	40	30	40	34	34%	Rendah
2	RA	50	20	10	0	20	20	20%	Rendah
3	MF	60	30	50	40	40	44	44%	Rendah
4	AR	40	30	20	30	50	34	34%	Rendah
5	RC	0	0	0	0	10	2	2%	Rendah

Berdasarkan analisis hasil pemantauan oleh teman sebaya selama berada disekolah didapatkan hasil bahwa semua siswa yang menjadi anggota kelompok sudah termasuk kedalam kategori rendah.

### **Pembahasan**

Perilaku agresif sebagai perilaku yang dapat menyakiti diri sendiri maupun orang lain baik secara fisik maupun psikis. Siswa yang berperilaku agresif disekolah dapat mengakibatkan terhambatnya pembelajaran disekolah, merenggangkan hubungan pertemanan, dan membuat lingkungan sekolah tidak nyaman dan tidak aman. Konseling kelompok sebagai upaya bantuan dalam layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan untuk membantu mengentaskan permasalahan siswa termasuk mereduksi tingkah laku agresif yang dilakukan siswa dilingkungan sekolah. Pemberian layanan konseling kelompok dapat dilakukan dengan berbagai macam teknik, salah satunya dengan teknik kontrak perilaku berupa perjanjian atau kesepakatan tertulis antara konselor dan konseli untuk membantu dalam mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif yang diinginkan konseli.

Peneliti berfokus untuk mereduksi perilaku agresif siswa dengan memberikan intervensi berupa konseling kelompok behavioral teknik kontrak perilaku. Teori behavioral mempercayai bahwa perilaku agresif merupakan respon dari stimulus yang didapatkan dalam lingkungan yang tidak mendukung. (Ahmad Susanto, 2018:323) menerangkan dalam teori sosial, Albert Bandura meyakini bahwa tingkah laku manusia termasuk juga perilaku agresif dapat dibentuk, ditimbulkan, atau dihilangkan sehingga

peneliti ingin mereduksi perilaku agresif menggunakan kontrak perilaku. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Pohan et al., 2024) dengan judul Keefektifan Konseling Kelompok Kognitif Behavioral Dalam Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI MAN 1 Medan didapatkan hasil bahwa konseling kelompok kognitif behavioral efektif dan efisien dalam membantu siswa dalam mencapai perkembangan yang optimal.

Pemberian intervensi layanan konseling kelompok menggunakan teknik kontrak perilaku menekankan adanya reinforcement berupa reward dan punishment. Reward dan punishment sebagai penguatan dalam memotivasi siswa dalam menjalankan kontrak perilaku. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Maghfiroh, E. 2020) menerangkan bahwa ganjaran berupa reward dan punishment berpengaruh cukup besar terhadap siswa untuk melakukan hal positif dan bersifat progresif dan menjadi pendorong bagi siswa untuk memperoleh reward serta berusaha menghindari punishment. Konseling kelompok teknik kontrak perilaku memberikan dampak dalam penurunan perilaku agresif siswa karena pada kondisi awal melalui observasi dan wawancara disadari terdapat beberapa siswa melakukan perilaku agresif baik secara verbal maupun fisik seperti mencemooh menggunakan kata-kata menghina, mengejek teman dengan nama orang tua, mengolokolok teman yang melakukan kesalahan, meminta uang serta makanan teman secara paksa, memukul teman, dan menyeleding kaki teman. Hal ini juga didukung oleh data kuesioner perilaku agresif yang menunjukkan bahwa 14 dari 27 item pernyataan kuesioner termasuk dalam kualifikasi tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat agresifitas siswa setelah pemberian layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku. Berdasarkan analisis skala psikologis hasil sementara yang diperoleh selama pelaksanaan konseling kelompok sebanyak 2 siklus terhadap 5 siswa diketahui perilaku agresif siswa sebelum diberikannya intervensi layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku (asesment awal) dengan skor rata-rata 97,4 termasuk dalam kategori tinggi setelah pemberian intervensi layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku (asesment siklus II dengan skor rata-rata 75,8 termasuk dalam kategori rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat agresifitas siswa mengalami penurunan dengan diberikannya intervensi layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Syahrani et al., 2020) dengan judul Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Agresif Non Verbal pada

Siswa Sekolah Menengah Atas, hasil analisis data yang diperoleh pada sebelum intervensi yaitu 100,98 termasuk kategori tinggi, sedangkan pada sesudah intervensi sebesar 72,9 termasuk kategori sedang yang menunjukkan adanya penurunan perilaku agresif non verbal siswa.

Konseling kelompok teknik kontrak perilaku berperan dalam menurunkan perilaku agresif siswa dari data wawancara yang meneliti lakukan dengan guru BK dan 2 siswa terdapat perubahan perilaku agresif terhadap siswa setelah pemberian layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku. Hal ini didukung oleh hasil wawancara bahwa perilaku agresif secara verbal siswa sudah berkurang setelah pemberian layanan siswa sudah tidak lagi berkata kasar, tidak lagi menyebut nama orang tua, tidak saling mengolok-olok, dan tidak berkata kotor akan tetapi perlu pemantauan lebih lanjut dan siswa sudah tidak menunjukkan perilaku agresif secara fisik yang seperti memukul, menendang akan tetapi siswa masih kerap mengganggu teman dikelas seperti mengganggu orang tidur dengan menggendang-gendang meja, dan siswa tidak menunjukkan kemarahan ataupun perkelahian, sejauh ini siswa pernah tidak bermusuhan.

Keterbatasan penelitian dalam pelaksanaan pelaksanaan konseling kelompok teknik kontrak perilaku selama pelaksanaan siklus 1 ialah ketidakefektifan bentuk reward dan punishment karena tidak dapat diberikan langsung ketika perilaku target muncul, ketidakhadiran siswa pada jadwal konseling, dan adanya siswa yang saling mengganggu saat proses konseling. 85 Keterbatasan penelitian siklus 2 ialah ketidaksesuaian bentuk salah satu punishment dalam mereduksi perilaku agresif terhadap teori behavioral, penentuan jadwal penelitian yang harus menyesuaikan hadir libur nasional dan libur ujian sekolah serta persiapan siswa dalam mempersiapkan diri mengikuti ujian kenaikan kelas. Peneliti menindaklanjuti keterbatasan penelitian siklus 2 dengan melakukan pemantauan selama 5 hari terhadap perubahan perilaku siswa.

## **SIMPULAN**

Tingkat agresivitas siswa mengalami penurunan setelah pemberian layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dari hasil sementara yang diperoleh selama pelaksanaan konseling sebanyak 2 siklus diperoleh hasil analisis skala psikologis asesment awal kategori tinggi dengan skor rata-rata 97,4 hingga mencapai asesment siklus 2 kategori rendah dengan skor rata-rata 75,8. Penurunan perilaku agresif siswa juga dapat dilihat melalui data kualitatif berupa wawancara, observasi partisipan maupun non

partisipan dapat dideskripsikan bahwa perilaku agresif sebelum pemberian kontrak perilaku siswa masih sering menampilkan perilaku agresif dengan intensitas frekuensi yang dimunculkan lebih banyak namun setelah pemberian kontrak perilaku siswa sudah dapat mengurangi perilaku agresif.

## REFERENSI

- Abdullah Muzakar, Abdul Azizurrahman, & Nurmaulia Khotmi. (2023). *Psikologi Sosial* (S. Ramdhani, Ed.; 1st ed.). Universitas Hamzanwadi Press.
- Adnan Achiruddin Saleh. (2020). *Psikologi Sosial* (L. Shapry, Ed.; 1st ed.). IAIN Parepare Nusantara Press.
- Ahmad Susanto. (2018). *Bimbingan dan konseling di Sekolah Konsep Teori dan Aplikasinya* (Holwati, Ed.; 1st ed.). Kencana.
- Amin, Z. N. (2017b). Portofolio Teknik-Teknik Konseling (teori dan contoh aplikasi penerapan). *UNNES Universitas Negeri Semarang*, 1–55.
- Chamidah, D., Hasyda, S., Saraswati, S., Muhsam, J., Yanuarto, W. N., & Maiza, M. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas Panduan Lengkap Dan Praktis*. CV. Adanu Abimata.
- Dina Hajja Ristianti, & Irwan Fathurrochman. (2020). *Penilaian Konseling Kelompok* (T. Yuliyanti, Ed.; 1st ed.). Deepublish.
- Djawad, W. M., & Buchori, S. (2023). Konseling Individu Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Agresif. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(3), 308–314.
- Maghfiroh, E. (2020). Pola Behaviour Reward Dan Punishment:(Melalui Format Klasikal Pesantren Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Santri). *Dakwatuna: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Islam*, 6(1), 56-74.
- Mangunhardjana. (2021). *Materi Pendidikan Karakter* (Fajarianto, Ed.; 1st ed.). Gramedia Pustaka Utama.
- Namora Lumongga Lubis Hasnida. (2016). *Konseling Kelompok* (Y. Rendy, Ed.; 1st ed.). Kencana.
- Ridwan Abdullah Sanni, Wendhie Prayitno, & Hodriani. (2020). *Panduan Praktis Penelitian Tindakan Kelas* (P. Latifah, Ed.; 1st ed.). PT Remaja Rosdakarya.
- Pohan, B. R. R., Manurung, P., & Fad, A. (2024). Keefektifan Konseling Kelompok Kognitif Behavioral Dalam Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI MAN 1 Medan. *Analysis*, 2(1), 94–102.
- Syahrani, R., Lestari, M., & Arifyadi, A. (2020). Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Agresif Non Verbal pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 2(1), 26–31.