



Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavior Teknik *Behavior Contract* untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama

Abelia Fikimasari^{1,*}, Wagiman¹, M. Jumarin¹

¹IKIP PGRI Wates, Kulon Progo, Indonesia

Article Information

Article History:

Submit: 17 Oktober 2025

Revision: 20 Oktober 2025

Accepted: 25 Oktober 2025

Published: 30 Oktober 2025

Keywords

Konseling Individu; Siswa; Behavior Contract; Sopan Santun; Sekolah Menengah Pertama

Correspondence

E-mail: abelliafitria@gmail.com*

A B S T R A K

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana layanan konseling individu dengan pendekatan Behavior teknik *Behavior Contract* untuk meningkatkan perilaku sopan santun siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Candirejo Borobudur Tahun Ajaran 2025/2026. Subjek penelitian layanan konseling individu sejumlah 3 orang yaitu siswa B, S, dan R, yang dipilih melalui *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed methods* dengan teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara, serta analisis data berdasarkan model Milles and Huberman yang meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian meunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavior teknik *Behavior Contract* mampu meningkatkan perilaku sopan santun siswa dalam aspek berbicara, berpakaian, dan bertingkah laku.

Abstract

This study aims to find out how individual counseling services with the Behavior Behavior Contract technique approach to improve the manners behavior of grade VIII students of Candirejo Borobudur Junior High School for the 2025/2026 Academic Year. The subjects of the research were 3 individual counseling services, namely students B, S, and R, who were selected through *purposive sampling*. This study uses a mixed methods approach with data collection techniques through observation and interviews, as well as data analysis based on the Milles and Huberman model which includes data collection, data reduction, data presentation, and conclusion drawn. The results of the study showed that the implementation of individual counseling with the Behavior Contract technique approach was able to improve students' manners in the aspects of speaking, dressing, and behaving.

This is an open access article under the CC-BY-SA license



1. Pendahuluan

Perilaku sopan santun merupakan aspek penting dalam pembentukan karakter siswa, terutama dalam lingkungan sekolah. Sopan santun mencerminkan nilai-nilai moral, etika, dan tata krama yang diperlukan untuk menciptakan interaksi sosial yang harmonis. Di era modern ini, sikap sopan santun cenderung mengalami penurunan. Fenomena ini terlihat dari banyaknya siswa yang kurang menghargai guru, tidak menjaga etika dalam berbicara, serta menunjukkan sikap tidak hormat terhadap sesama teman maupun orang dewasa. Kondisi ini menjadi perhatian serius, karena sopan santun merupakan bagian dari nilai-nilai moral yang menjadi fondasi dalam pembentukan karakter siswa.

Perilaku sopan santun itu sendiri diperoleh anak melalui proses belajar yang terjadi secara berkesinambungan melalui pengamatan, peniruan, dan apresiasi dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar baik keluarga, teman sebaya maupun lingkungan masyarakat. Penyebab dari kurangnya sikap sopan santun pada siswa itu berasal dari dalam diri dan berasal dari lingkungan siswa. Pergaulan lingkungan yang tidak baik dapat menyebabkan seseorang melakukan hal yang tidak baik juga, yang dilakukan temannya sebagai wujud merasa diri hebat bisa melakukan hal yang seperti itu (Sihombing 2021). Sedangkan menurut Suryani (2017) penyebab siswa kurang mempunyai perilaku sopan santun itu dipengaruhi oleh pergaulan siswa yang kurang terkontrol oleh orang tua, kurangnya bimbingan dari guru dan rasa ingin tahu yang tidak diarahkan dengan baik.

Peneliti mengamati bahwa di lingkungan sekolah masih banyak siswa yang menunjukkan kurangnya sikap sopan santun baik itu dalam hal berkomunikasi maupun bertingkah laku kepada guru dan teman sebaya. Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Candirejo Borobudur pada kenyataannya terlihat perilaku sopan santun yang selama ini terjadi di lingkungan sekolah belum sesuai dengan yang diharapkan, serta menunjukkan bahwa perilaku sopan santun di sekolah tersebut masih perlu peningkatan. Perilaku tersebut tercermin dari beberapa tindakan siswa yaitu kurang sopan ketika menyapa guru, siswa suka keluar masuk tanpa izin, siswa berkata jorok, berbicara kasar, membolos dan siswa kurang menghormati guru. Perilaku siswa yang demikian menunjukkan perilaku yang kurang baik berdasarkan sikap sopan santun di dalam etika pergaulan. Seperti yang dijelaskan Anisa (2021) bentuk bentuk kenakalan siswa di sekolah mengenai sikap sopan santun yaitu seperti mencuri, membolos, berkata kasar dan kotor, tidak serius dalam pelajaran, usil dan membuat onar. Berdasarkan fenomena tersebut sikap sopan santun pada siswa perlu ditingkatkan. Pentingnya peningkatan perilaku sopan santun pada siswa adalah agar siswa mempunyai keterampilan sosial yang baik, selain itu sikap sopan santun pada siswa sangat diperlukan untuk menumbuhkan rasa saling menghargai satu sama lain dan juga sikap sopan santun sangat penting khususnya bagi siswa karena mereka adalah fondasi yang harus dibangun oleh generasi.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan di sekolah adalah layanan konseling individu. Menurut, Willis (2010:35) layanan konseling individu adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Layanan konseling individu dilakukan dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami oleh klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam, hal ini juga merujuk kepada tingkah laku klien sebelum dan sesudah dilakukannya konseling individual.

Dalam mengenal perubahan tingkah laku klien, konselor dapat menggunakan pendekatan-pendekatan konseling maupun teknik konseling dimana salah satunya merupakan pendekatan konseling behavior. Dengan demikian Suwanto (2016:3) menyebutkan konseling behavioral adalah suatu teknik dalam konseling yang berlandaskan teori belajar berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya. Tujuan konseling behavioral yaitu: 1) Menciptakan perilaku baru, 2) Menghapus perilaku yang tidak sesuai, 3) Memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan. Lebih lanjut Corey (2010: 195) menyebutkan bahwa behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Pendekatan ini didasarkan pada prinsip bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku. Dalam konseling behavior konselor memerankan peran aktif dan direktif dalam pemberian treatment, konselor secara khas berfungsi sebagai guru, pengarah, dan ahli dalam mendiagnosis tingkah laku yang maladaptif dan dalam menentukan prosedur-prosedur penyembuhan yang diharapkan, mengarahkan pada tingkah laku yang baru.

Selanjutnya, pendekatan konseling behavior terdapat teknik yang bisa membantu dalam meningkatkan perilaku sopan santun siswa, salah satunya teknik *Behavior Contract* atau kontrak

perilaku. Melalui teknik *Behavior Contract*, siswa melakukan perjanjian atau kontrak dengan konselor dengan kesepakatan yang telah disepakati sebelumnya yang bertujuan untuk mengubah perilaku siswa sesuai keinginan atau menuju perubahan yang lebih baik. Teknik *Behavior Contract* dipilih karena teknik ini lebih menekankan pada penguatan, hukuman, dan penghargaan dibandingkan dengan teknik lainnya. Siswa diberi hukuman jika tidak dapat mematuhi kontrak yang disepakati dan sebaliknya jika siswa dapat mengubah perilakunya sesuai dengan kontrak yang disepakati, maka hadiah akan diberikan sehingga siswa dapat mempertahankan tindakan adaptif yang telah diambilnya. Hal ini meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap perilakunya.

Penelitian oleh Nasaba (2023) menunjukkan efektivitas pendekatan behavior dalam mengubah perilaku siswa. Penelitian yang berjudul “Penerapan Konseling Behavior Teknik Kontrak Melalui Konseling Individu Untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun Siswa Di SMKN 1 Al-Mubarkeya”. Hasil penelitian menunjukkan penerapan layanan konseling individu pendekatan behavior teknik kontrak dapat meningkatkan perilaku sopan santun siswa.

Selain itu, pelaksanaan layanan konseling individu di SMP Candirejo Borobudur juga belum berjalan dengan maksimal karena siswa belum mengetahui peran layanan konseling individu sehingga mereka menganggap bahwa layanan konseling individu hanya formalitas semata. Sementara itu metode dan teknik layanan konseling individu yang diterapkan juga masih menggunakan metode yang biasa, metode yang digunakan adalah dengan pendekatan wawancara umum kepada siswa. Kurangnya variasi dalam metode konseling membuat sesi konseling menjadi kurang menarik dan kurang efektif dalam membantu siswa mengatasi masalah yang mereka hadapi. Padahal, dengan adanya metode konseling yang variatif, siswa akan merasa lebih nyaman dan terbuka untuk berbagi masalah sehingga proses penyelesaian masalah bisa lebih optimal.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti dan membahas dengan judul “Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavior Teknik *Behavior Contract* untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Candirejo Borobudur Tahun Ajaran 2025/2026”.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan *mixed methods* seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2016:19) bahwa *mixed methods* adalah suatu metode penelitian antara metode kualitatif dengan metode kuantitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan objektif.

Penentuan subyek penelitian, dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2016:124-125) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu misalnya, orang tersebut dianggap yang paling tahu tentang apa yang kita harapkan, sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yang menjadi subyek, sekaligus yang menjadi sumber data adalah Guru BK, wali kelas dan siswa.

Arikunto (2010:192), mengemukakan bahwa: “metode pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, kuisioner, dan dokumentasi”. Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teori Miles and Huberman, yang terdiri dari 4 komponen yaitu: 1) Pengumpulan Data (*Data Collection*), 2) Reduksi Data (*Data Reduction*), 3) Penyajian Data (*Display Data*), dan 4) Verifikasi dan Penegasan Kesimpulan (*Conclusion Drawing and Verification*).

3. Hasil dan Pembahasan

Assesment, Perilaku sopan santun siswa kelas VIII SMP Candirejo Borobudur menunjukkan perilaku sopan santun yang rendah dalam tiga aspek utama: berbicara, berpakaian, dan bertingkah

laku. Dalam berbicara, gejala yang ditemukan meliputi penggunaan kata-kata kotor, bahasa yang tidak sopan, dan nada bicara yang keras. Dalam berpakaian, siswa seringkali tidak mematuhi ketentuan seragam sekolah dan tidak melengkapi atribut sekolah. Dalam bertingkah laku, siswa menunjukkan ketidakpatuhan seperti keluar masuk tanpa izin, mengganggu proses pembelajaran, dan melanggar tata tertib sekolah. Hasil observasi awal menunjukkan skor: siswa B = 33,33%, siswa S = 66,66%, dan siswa R = 33,33%.

Goal Setting, Tujuan siswa yaitu ingin mengubah perilakunya menjadi lebih baik, ingin membentuk perilaku baru yaitu dapat berperilaku sopan santun dalam berbicara, berpakaian, maupun bertingkah laku.

Technique Implementation, Teknik konseling behavior yang digunakan untuk meningkatkan perilaku sopan santun siswa adalah dengan teknik *Behavior Contract* atau kontrak perilaku, dimana siswa dan konselor membuat perjanjian tertulis mengenai perilaku yang akan diperbaiki. Penerapan kontrak ini melibatkan pemberian hadiah jika siswa menunjukkan perilaku yang sesuai, dan konsekuensi atau hukuman (seperti lari, skot jam) jika melanggar kontrak. Teknik ini efektif dalam membantu siswa membangun komitmen, menyadari kesalahan, dan bertanggung jawab atas perubahan perilaku mereka dalam berbicara, berpakaian, dan bertingkah laku. Konseling dilaksanakan selama 3 kali pertemuan.

Evaluasi Termination, Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavior berhasil meningkatkan perilaku sopan santun siswa. Terjadi perubahan positif pada siswa, seperti penggunaan bahasa yang lebih baik dan sopan, nada bicara yang lebih halus, konsisten dalam memakai seragam dan atribut sekolah sesuai dengan ketentuan, serta peningkatan disiplin. Siswa juga menunjukkan perubahan perilaku dengan tidak lagi mengganggu pembelajaran mematuhi tata tertib sekolah. Siswa yang menjadi subyek penelitian menunjukkan komitmen dan kesanggupan untuk mempertahankan perilaku baru yang lebih baik, sopan, beretika, menghargai orang lain dan disiplin. Siswa B mengalami peningkatan 58,33%, siswa S mengalami peningkatan 33,4% dan siswa R mengalami peningkatan 41,67%.

Feedback, Hasil analisa langkah-langkah konseling individu dengan pendekatan behavior untuk meningkatkan perilaku sopan santun siswa setelah diberikan layanan konseling individu meliputi siswa sudah dapat berperilaku sopan santun di lingkungan sekolah dengan baik. Selain itu guru BK, dan Wali Kelas akan melakukan pemantauan terhadap siswa yang telah mencapai tujuan konseling individu agar perilaku barunya terjaga dan terus berkesinambungan dalam menjaga perilaku barunya.

Tabel 1. Hasil peningkatan perilaku sopan santun siswa

No	Konseli	Sebelum Konseling	Seudah Konseling	Peningkatan
1.	B	33,33 %	91,66 %	58,33 %
2.	S	66,66 %	100 %	33,34 %
3.	R	33,33%	75 %	41,67 %

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan behavior teknik *Behavior Contract* dapat meningkatkan perilaku sopan santun siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Candirejo Borobudur Tahun Ajaran 2025/2026. Melalui tahapan *assessment*, *goal setting*, *technique Implementation*, *evaluasi termination*, dan *feedback*, siswa menunjukkan perubahan positif dalam tiga aspek utama. yaitu aspek berbicara, berpakaian, dan bertingkah laku. Setelah pelaksanaan layanan konseling individu, perilaku sopan santun siswa meningkat secara signifikan. Hasil peningkatan presentase perilaku sopan santun juga menunjukkan perubahan perilaku sopan santun juga menunjukkan perubahan yang nyata pada setiap subjek penelitian, yaitu siswa B sebesar 58,33%, siswa S sebesar 33,34%, dan siswa R sebesar 41,67%. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan *Behavior Contract* dapat menjadi alternatif layanan konseling

individu yang efektif untuk membentuk perilaku positif siswa di sekolah. Kontrak perilaku yang disepakati antara konselor dan siswa menumbuhkan rasa tanggung jawab, kesadaran diri, serta motivasi untuk memperbaiki perilaku secara konsisten. Dengan demikian layanan konseling individu dengan pendekatan behavior teknik *Behavior Contract* tidak hanya membantu siswa meningkatkan perilaku sopan santun, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan karakter disiplin, tanggung jawab, dan etika sosial yang lebih baik di lingkungan sekolah.

References

- Antoro, Dwi. S. (2010). Pembudayaan Sikap Sopan Santun di Rumah dan Di Sekolah. *Jurnal Pendidikan*. Yogyakarta: Universitas Terbuka.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, G. (2010). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Latipun. (2008). *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nasaba, A. (2023). *Penerapan Konseling Behavioral Teknik Kontrak Melalui Konseling Individu Untuk Meningkatkan Perilaku Sopan Santun Siswa Di SMKN 1 AL-Mubarkaya*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry).
- Sihombing, A. R. (2021). Pemahaman dan Pembinaan Norma Sopan Santun Melalui PPKn Pada Anak Sekolah GBI Sukma Medan Role Playing dalam Pembelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 18(1), 53. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jk>
- Suryani, L. (2017). Upaya meningkatkan Sopan Santun bicara dengan teman sebaya melalui Bimbingan Kelompok. *Jurnal mitra pendidikan*, 1(1).
- Suwanto, I. (2016). Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 1(1), 1-5.
- Willis, SS. (2011). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.