



Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavior untuk Meningkatkan Kedisiplinan Santri PPDQ Imam Asy-Syafi'i

Ahmad Samsul^{1,*}, M. Jumarin¹, Wagiman¹

¹IKIP PGRI Wates, Kulon Progo, Indonesia

Article Information

Article History:

Submit: 04 Juli 2025

Revision: 09 Juli 2025

Accepted: 17 Juli 2025

Published: 30 Juli 2025

Keywords

Konseling Kelompok; Pendekatan Behavior;
Kontrak Perilaku; Kedisiplinan Santri;
Imam Asy-Syafi'i

Correspondence

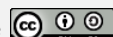
E-mail: ahdsamsul02@gmail.com*

A B S T R A K

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan kedisiplinan santri putra Pondok Pesantren Darul Qur'an Imam Asy-Syafi'i Pengasih, Kulon Progo. Populasi penelitian berjumlah 22 santri angkatan 2023 dan 2024. Sampel ditentukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan hasil *pre-test* kedisiplinan, sehingga diperoleh 6 santri dengan skor terendah sebagai kelompok eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) tipe *one group pre-test-post-test design*. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert yang dikembangkan berdasarkan indikator kedisiplinan santri. Instrumen divalidasi melalui uji validitas isi oleh ahli dan reliabilitas internal, sehingga dinyatakan layak digunakan untuk pengumpulan data. Data penelitian dikumpulkan melalui pengisian angket sebelum dan sesudah perlakuan konseling kelompok, serta didukung dengan observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan program SPSS versi 23. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor kedisiplinan santri setelah mengikuti layanan konseling kelompok. Uji hipotesis menghasilkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,027 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik kontrak perilaku terbukti efektif meningkatkan kedisiplinan santri putra.

Abstract

This study aims to examine the effectiveness of group counseling services with a behavioral approach using a behavioral contract technique in improving the discipline of male students at Pondok Pesantren Darul Qur'an Imam Asy-Syafi'i, Pengasih, Kulon Progo. The research population consisted of 22 students from the 2023 and 2024 cohorts. The sample was determined using purposive sampling based on the *pre-test* results of discipline levels, selecting 6 students with the lowest scores as the experimental group. This study employed a quasi-experimental design with a one-group *pre-test-post-test* model. The research instrument was a Likert scale questionnaire developed from discipline indicators for pesantren students. The instrument was validated through expert judgment for content validity and internal reliability testing, ensuring its feasibility for data collection. Data were collected through questionnaires administered before and after the treatment, supported by observation and documentation. Data analysis employed the *Wilcoxon Signed Rank Test* using SPSS version 23. The results indicated an improvement in students' discipline scores after participating in group counseling. Hypothesis testing yielded an *Asymp. Sig. (2-tailed)* value of 0.027 ($p < 0.05$), confirming a significant difference between *pre-test* and *post-test* scores. Thus, group counseling services with a behavioral approach through a behavioral contract technique proved effective in enhancing student discipline.





1. Pendahuluan

Pendidikan karakter menjadi fokus utama dalam sistem pendidikan di Indonesia. Hal ini bertujuan untuk membentuk generasi yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga kuat secara moral dan spiritual. Salah satu aspek penting dalam pendidikan karakter adalah penanaman nilai kedisiplinan. Kedisiplinan menjadi fondasi bagi terciptanya pribadi yang bertanggung jawab, mandiri, dan taat terhadap aturan (Khoirul et al., 2023). Disiplin juga dipahami sebagai perilaku yang menunjukkan ketaatan serta kepatuhan terhadap nilai yang diyakini, dan dalam pelaksanaannya berkaitan erat dengan tanggung jawab individu (Noor, 2024). Menurut Blegur (2020), disiplin adalah suatu kondisi di mana segala sesuatu berada dalam keadaan tertata, terorganisir, dan sesuai aturan, tanpa adanya pelanggaran baik langsung maupun tidak langsung.

Dalam konteks pondok pesantren, lembaga ini tidak hanya berperan sebagai pusat pendidikan agama, tetapi juga sebagai tempat pembinaan akhlak dan kepribadian santri. Oleh sebab itu, kedisiplinan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari rutinitas harian, baik dalam ibadah, kegiatan belajar, maupun interaksi sosial. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa masih terdapat santri yang kurang disiplin. Misalnya, beberapa santri terlambat mengikuti shalat berjamaah, terlambat hadir dalam kegiatan pembelajaran, serta kurang konsisten mengikuti halaqah tahfidz. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, salah satu layanan yang dapat diterapkan adalah konseling kelompok dengan pendekatan behavior. Pendekatan ini menitikberatkan pada perilaku yang dapat diamati secara objektif, serta bagaimana perilaku tersebut dapat dibentuk melalui proses stimulus dan respons (Dewi, 2023).

Lebih lanjut, Hartono (dalam Halid & Azaniatidin, 2021) menjelaskan bahwa pendekatan behavior lahir dari upaya menjadikan perilaku manusia sebagai objek kajian yang ilmiah dan terukur. Dalam praktik konseling, teknik yang digunakan adalah kontrak perilaku (*behavior contract*). Kontrak perilaku merupakan kesepakatan tertulis antara konselor dan konseli mengenai target perilaku dan konsekuensi tertentu. Teknik ini efektif karena membantu santri memahami kedisiplinan sebagai nilai yang dijalani dengan kesadaran penuh, bukan sekadar kepatuhan terhadap aturan.

Efektivitas teknik kontrak perilaku juga diperkuat oleh penelitian sebelumnya. Rohmana dkk. (2023) membuktikan bahwa konseling kelompok dengan kontrak perilaku dapat meningkatkan disiplin belajar siswa MTs Al Khoiriyah. Wulansari (2023) juga menemukan bahwa teknik kontrak perilaku dalam konseling kelompok efektif meningkatkan kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Gabus. Oleh karena itu, layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior menggunakan teknik kontrak perilaku dipandang tepat untuk diterapkan dalam meningkatkan kedisiplinan santri di Pondok Pesantren Darul Qur'an Imam Asy-Syafi'i secara terarah dan berkelanjutan.

2. Metode Penelitian

2.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dengan desain eksperimen semu (*quasi experiment*) tipe one group *pre-test-post-test*. Desain ini dipilih untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior terhadap peningkatan kedisiplinan santri. Dalam desain ini, subjek penelitian diberi tes awal (*pre-test*), kemudian diberikan perlakuan (*treatment*), dan diakhiri dengan tes akhir (*post-test*). Perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* digunakan untuk melihat efektivitas perlakuan.

2.2. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah 22 santri putra angkatan 2023 dan 2024 Pondok Pesantren Darul Qur'an Imam Asy-Syafi'i. Sampel ditentukan dengan teknik purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan peneliti. Seluruh populasi diberi *pre-test* untuk mengukur tingkat kedisiplinan awal, kemudian dipilih 6 santri dengan skor terendah sebagai sampel. Pemilihan ini bertujuan agar intervensi layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior lebih tepat sasaran bagi santri yang membutuhkan pembinaan secara intensif. Enam santri tersebut dijadikan kelompok eksperimen, dengan jumlah sesuai standar konseling kelompok (5-12 orang), sehingga proses konseling dapat berjalan efektif dan efisien.

2.3. Variabel

Variabel yang digunakan adalah variabel independent (variabel bebas) dan variabel dependent (variabel terikat). Adapun yang menjadi variabel bebas adalah layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior menggunakan kontrak perilaku, sedangkan yang menjadi variabel terikat adalah kedisiplinan santri putra.

2.4. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah angket skala Likert, yang disusun berdasarkan indikator kedisiplinan santri. Angket ini mencakup beberapa aspek kedisiplinan, antara lain kedisiplinan dalam beribadah, belajar, penggunaan waktu, dan kepatuhan terhadap aturan pondok pesantren.

2.5. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui penyebaran angket kepada subjek penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok. Selain itu, dokumentasi dan observasi juga digunakan untuk memperkuat hasil penelitian.

2.6. Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan bantuan program SPSS versi 23. Uji non-parametrik ini dipilih karena jumlah sampel kecil ($n = 6$) dan data tidak berdistribusi normal. Hasil uji digunakan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Penelitian ini dilakukan pada enam orang santri putra Pondok Pesantren Darul Qur'an Imam Asy-Syafi'i yang dipilih berdasarkan hasil *pre-test* dengan skor kedisiplinan terendah. Instrumen penelitian berupa angket kedisiplinan santri yang disusun berdasarkan indikator kedisiplinan.

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan santri berada pada kategori sedang. Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior menggunakan teknik kontrak perilaku, skor *post-test* menunjukkan adanya peningkatan. Kemudian data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan bantuan program SPSS versi 23.

Test Statistics ^a	
	Post test - Pre test
Z	-2,207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Gambar 1. Hasil Uji Statistik Wilcoxon Signed Rank Test

Hasil analisis menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,027. Karena nilai $p < 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kedisiplinan sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik kontrak perilaku berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kedisiplinan santri.

3.2. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik kontrak perilaku efektif dalam meningkatkan kedisiplinan santri. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor kedisiplinan pada seluruh subjek penelitian setelah diberikan perlakuan, serta hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan nilai Asymp. Sig. sebesar 0,027 ($p < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, yaitu terdapat perbedaan signifikan kedisiplinan santri sebelum dan sesudah mengikuti konseling kelompok.

Temuan ini sejalan dengan pandangan pendekatan behavior yang menekankan pada perubahan perilaku melalui hubungan stimulus-respon. Menurut Dewi (2023) terapi tingkah laku merupakan gabungan dari teori Pavlov dan Skinner yang berfokus pada pengondisian perilaku secara sistematis. Teknik kontrak perilaku yang digunakan dalam penelitian ini membuktikan bahwa perilaku kedisiplinan dapat ditingkatkan melalui penguatan positif, kesepakatan tertulis, dan konsistensi dalam menjalankan aturan yang telah disepakati.

Selain itu, hasil penelitian ini menguatkan temuan sebelumnya. Penelitian Rohmana et al. (2023) membuktikan bahwa konseling kelompok dengan kontrak perilaku mampu meningkatkan disiplin belajar siswa MTs Al Khoiriyah. Demikian pula, Wulansari, (2023) menemukan bahwa penerapan teknik kontrak perilaku pada siswa SMA Negeri 1 Gabus efektif meningkatkan kedisiplinan. Dengan demikian, penerapan teknik kontrak perilaku pada penelitian ini konsisten dengan penelitian terdahulu yang menegaskan efektivitasnya di berbagai jenjang pendidikan.

Dari sisi praktik, perubahan perilaku santri yang lebih disiplin terlihat dalam ketepatan waktu mengikuti shalat berjamaah, keaktifan dalam kegiatan belajar, serta kepatuhan terhadap peraturan pondok pesantren. Hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok tidak hanya berdampak pada individu secara personal, tetapi juga menciptakan lingkungan pesantren yang lebih kondusif.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik kontrak perilaku merupakan salah satu strategi efektif untuk menanamkan kedisiplinan pada santri. Keberhasilan ini menunjukkan pentingnya penerapan layanan bimbingan dan konseling di pondok pesantren, khususnya dalam membentuk karakter santri yang disiplin, bertanggung jawab, dan konsisten menjalankan aturan.

4. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik kontrak perilaku efektif dalam meningkatkan kedisiplinan santri putra Pondok Pesantren Darul Qur'an Imam Asy-Syafi'i Pengasih, Kulon Progo. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata kedisiplinan dari 59,2 pada *pre-test* menjadi 89,3 pada *post-test*. Uji Wilcoxon menghasilkan nilai probabilitas $0,027 < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior menggunakan teknik kontrak perilaku terbukti mampu membantu santri menjadi lebih disiplin dalam mengikuti kegiatan ibadah, belajar, serta menaati tata tertib pondok pesantren. Disarankan agar pondok pesantren mulai menerapkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior secara konsisten sebagai bagian dari program pembinaan karakter santri. Ustadz pendamping dapat menggunakan teknik kontrak perilaku untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kemandirian santri dalam menjalankan aturan. Peneliti selanjutnya diharapkan memperluas penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan kelompok kontrol, dan

mengombinasikan pendekatan behavior dengan strategi lain agar diperoleh temuan yang lebih komprehensif. Bagi santri sendiri, nilai-nilai kedisiplinan yang telah diperoleh selama proses konseling hendaknya terus dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari di pondok, sehingga menjadi kebiasaan positif yang mendukung pembentukan karakter dan bekal penting untuk kehidupan di masa depan.

Daftar Pustaka

- Blegur, J. (2020). *Soft Skills Untuk Prestasi Belajar*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Dewi, R. (2023). *Psikologi Konseling*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Halid, W., & Azaniatidin. (2021). Pengaruh Konseling Behavioristik terhadap Kenakalan Remaja Studi Kasus Remaja di Desa Mesanggok Lombok Barat. *Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, (1), 79–80.
- Khoirul, U., Akbar, R. S., & Amarsyah, W. (2023). *Disiplin Pendidikan dalam Belajar dan Pembelajaran*. Malang: Literasi Nusantara Abadi.
- Noor, M. (2024). *Perilaku Disiplin Yang Masih Rendah*. Semarang: Penerbit Mutiara Aksara.
- Rohmana, D. W., Mutakin, F., & Ernawati, S. (2023). Upaya Meningkatkan Displin Belajar Siswa Dengan Konseling Kelompok *Behavior contract*. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 6(1), 37–48. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v6i1.1745>
- Wulansari, S. (2023). Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran*, 131–138. <https://doi.org/10.29407/4zybwd70>