

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kedisiplinan siswa merupakan faktor krusial yang mempengaruhi keikutsertaan mereka dalam proses pembelajaran. Disiplin adalah elemen utama untuk meraih kesuksesan dalam pendidikan. Namun, menanamkan kedisiplinan pada siswa tidaklah mudah, karena hal ini membutuhkan kesadaran dari dalam diri mereka. Dukungan dari orang-orang terdekat juga sangat penting. Dalam proses belajar mengajar di kelas, kedisiplinan menjadi unsur esensial demi mencapai keberhasilan. Pelaksanaan pengajaran menuntut siswa untuk mematuhi aturan dan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru sebagai bagian dari tanggung jawab mereka di sekolah. (Sugiarto dkk, 2019).

Belajar merupakan proses penyampaian tujuan melalui tahapan yang terorganisir. Dalam proses ini, individu dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, sikap positif, serta nilai-nilai yang bermanfaat untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pembelajaran melibatkan interaksi antara guru dan siswa, yang memiliki latar belakang, sikap, daerah, agama, dan kemampuan yang berbeda-beda. Semua faktor ini mempengaruhi partisipasi serta interaksi mereka dalam lingkungan sekolah. Banyak guru menghadapi siswa yang tidak mematuhi peraturan sekolah dan menunjukkan perilaku yang kurang sopan, bahkan bertindak melawan norma agama. Masalah umum yang sering muncul meliputi tidak mengerjakan tugas, menimbulkan keributan di sekolah, datang terlambat, bersikap

gaduh saat pelajaran berlangsung, terlibat perkelahian, tidak menyelesaikan tugas, hingga terlibat dalam tindakan kriminal. (Zulyana dkk, 2017). Masih banyak siswa yang kurang disiplin, sehingga menghambat kelancaran proses pembelajaran. Kondisi ini menuntut guru untuk terus mendisiplinkan siswa demi meningkatkan kualitas pendidikan. Keberhasilan siswa dalam belajar sangat dipengaruhi oleh metode yang mereka terapkan. Siswa yang menggunakan metode belajar yang efektif cenderung meraih prestasi lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menerapkannya. Untuk mencapai pembelajaran yang efektif dan efisien, diperlukan kesadaran akan pentingnya disiplin dan motivasi belajar yang kuat. Hanya siswa yang disiplin yang mampu belajar secara efektif, karena mereka akan mengatur serta menerapkan strategi dan metode sesuai dengan kebutuhan mereka. Oleh karena itu, langkah awal menuju pembelajaran yang efektif adalah kesadaran akan tanggung jawab pribadi dan keyakinan bahwa belajar adalah untuk kepentingan diri sendiri, dilakukan secara mandiri, tanpa bergantung pada orang lain. (Akmaluddin & Haqqi, 2019).

Prasetya menjelaskan bahwa jika siswa tidak meningkatkan kedisiplinan belajar, mereka akan kesulitan mengendalikan diri dan kurang memiliki kesadaran, yang pada akhirnya menimbulkan rasa malas dan keengganan untuk menyelesaikan tugas. Hal ini tentu berdampak negatif pada prestasi belajar mereka. Perilaku yang tidak disiplin tidak hanya mempengaruhi pencapaian akademik, tetapi juga berdampak pada kondisi mental siswa, yang dapat menghambat perkembangan prestasi mereka. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kurangnya disiplin

dalam belajar menyebabkan keterlambatan dalam proses pembelajaran dan secara keseluruhan berdampak buruk pada prestasi siswa. (Prasetya, 2021).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar siswa dapat dibagi menjadi dua kelompok, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi aspek-aspek yang berasal dari dalam diri siswa, seperti kesadaran pribadi, motivasi belajar, dan kemampuan kognitif. Sedangkan faktor eksternal mencakup unsur-unsur dari luar individu, seperti dukungan keluarga, peran guru, serta lingkungan sekolah. (Sugiarto dkk, 2019). Kedisiplinan belajar siswa juga memerlukan dukungan dari lingkungan sosialnya secara menyeluruh, terutama dari dalam diri siswa itu sendiri. Selain itu, peran guru bimbingan dan konseling (BK) sangat penting dalam membantu siswa mengatasi berbagai masalah yang mereka hadapi, sehingga kedisiplinan serta prestasi belajar dapat ditingkatkan. (Yuliantika, 2017).

Menurut Tu'u, terdapat empat faktor utama yang membentuk dan mempengaruhi disiplin, yaitu kesadaran diri, pengikutan dan ketaatan, alat pendidikan, serta hukuman. Pengikutan dan ketaatan melibatkan penerapan serta praktik aturan-aturan yang mengatur perilaku individu. Proses ini merupakan lanjutan dari kesadaran diri, yang dicapai melalui kemampuan dan kemauan yang kuat dari individu tersebut. (Lomu dan Widodo, 2018).

Menurut Suwanto, teknik kontrak perilaku adalah suatu metode yang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa dengan fokus pada perubahan perilaku. Metode ini bertujuan untuk mentransformasi perilaku yang ada menjadi perilaku baru yang lebih baik dan positif dibandingkan sebelumnya. (Marliani dkk, 2021). Menurut Ningsih, teknik ini merupakan suatu kesepakatan antara lebih dari

dua pihak (konselor dan konseli) untuk merumuskan perilaku baru. Kesepakatan ini mencakup harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi, serta konsekuensi yang akan diterima jika kontrak tersebut dilanggar.

Teknik kontrak perilaku bertujuan untuk melatih siswa dalam hal tanggung jawab dan komitmen terhadap diri sendiri untuk mencapai perubahan perilaku. Perubahan ini meliputi pengumpulan tugas tepat waktu, menghindari penundaan, mengatur waktu antara tugas dan aktivitas lain, serta mengatasi rasa malas dalam menyelesaikan tugas akademik. Melalui konseling perilaku dengan teknik kontrak, siswa mendapatkan reinforcement positif tambahan dan dukungan sistematis yang mendorong terjadinya perubahan yang nyata serta pembentukan perilaku baru. (Ningsih dkk, 2021).

Teknik kontrak perilaku telah diteliti efektivitasnya oleh beberapa peneliti. Gatria menemukan bahwa dari dua sampel siswa yang sebelumnya tergolong dalam kategori kedisiplinan belajar rendah, termasuk perilaku bolos, keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, menyalin pekerjaan teman, dan melakukan aktivitas lain selama pelajaran, terjadi perubahan perilaku yang signifikan setelah penerapan teknik tersebut. (Gatria dkk, 2023).

Sulistyowati (2020) menemukan bahwa penerapan kontrak perilaku sosial dapat meningkatkan sopan santun siswa. Penelitian menunjukkan adanya peningkatan dari kondisi awal hingga siklus satu dan siklus dua, yang mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis teknik kontrak perilaku efektif dalam meningkatkan perilaku peserta didik. Selain itu, penelitian oleh Monica menunjukkan bahwa penerapan layanan konseling individu dengan

teknik kontrak perilaku dilakukan melalui beberapa tahap. Teknik ini membantu siswa merencanakan dan membuat keputusan yang tepat, sehingga memberikan dampak positif dan mendukung perubahan perilaku yang menyimpang. (Monica dkk, 2022). Dalam penelitian lain, ditemukan bahwa teknik kontrak perilaku efektif dalam mengatur kondisi siswa agar dapat menunjukkan perilaku yang diharapkan, sesuai dengan kesepakatan yang dibuat antara siswa dan guru bimbingan serta konseling. (Utomo, 2021).

Salah satu masalah utama dalam pendidikan di Indonesia hingga saat ini adalah rendahnya mutu pendidikan, yang tercermin dalam hasil prestasi belajar. Ironisnya, sistem pendidikan sering kali menghasilkan lulusan yang mengganggu tanpa keterampilan yang memadai untuk menunjang kehidupan mereka. Hal ini terlihat dari pengalaman sebelumnya, di mana pendidikan di sekolah cenderung menghasilkan lulusan yang kurang terampil dalam praktik, meskipun secara teori mereka memiliki pengetahuan yang baik.

Dalam konteks ini, peran guru sangat penting untuk memberikan bimbingan belajar kepada siswa agar mereka dapat meraih keberhasilan dan membangun disiplin. Dengan adanya bimbingan yang baik dan rutin, baik di sekolah maupun di rumah, siswa secara tidak langsung akan terbiasa dengan kedisiplinan belajar. Nasihat yang konsisten dari guru berfungsi untuk mendorong, memulihkan semangat belajar, dan memberikan dukungan kepada siswa. Seiring waktu, upaya ini akan memberikan dampak positif. Melalui bimbingan, siswa akan lebih terbiasa belajar dengan baik, menghargai waktu belajar, dan merasa nyaman untuk berkonsultasi dengan guru, orang tua, serta teman sebaya. (Utomo, 2021). Artinya,

siswa akan mendapatkan solusi yang tepat, sehingga kemampuan dan keterampilan belajar yang mereka peroleh akan bermanfaat bagi kehidupan mereka di masa depan.

Menurut Pak Romli, Guru BK, ada beberapa faktor yang menghambat proses belajar mengajar dan menurunkan prestasi belajar, yang dapat diatasi dengan cara efektif, salah satunya melalui layanan bimbingan kelompok. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terbentuk selama layanan, konselor dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

Melihat kondisi siswa di sekolah, terdapat variasi dalam tingkat kedisiplinan belajar; ada yang tinggi dan ada yang rendah. Layanan bimbingan kelompok dapat dianggap sebagai metode yang efektif untuk membantu meningkatkan kedisiplinan belajar. Melalui layanan ini, siswa yang memiliki kedisiplinan rendah dapat berkomunikasi dan berinteraksi untuk memecahkan masalah bersama dalam kelompok. Proses ini melibatkan pemikiran kolaboratif berdasarkan pengalaman, pengetahuan, bakat, dan keterampilan berpikir masing-masing anggota kelompok, yang dapat memunculkan empati serta ide-ide baru. Dengan cara ini, diharapkan akan terjadi peningkatan kedisiplinan belajar siswa. (Ningsih dkk, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa melalui konseling perilaku dengan teknik kontrak perilaku. Teknik ini dianggap tepat untuk mengatasi masalah kedisiplinan belajar, karena melibatkan sistem reward dan punishment. Sistem ini membantu siswa dalam membentuk perilaku baru dan bertanggung jawab atas perilaku tersebut. Diharapkan, pemberian reward akan memotivasi siswa untuk memenuhi kontrak

perilaku dengan lebih baik, sementara hukuman yang dipilih sendiri akan diterapkan jika kontrak tidak dilaksanakan. (Ningsih dkk, 2021). Maka, dengan tujuan untuk mengetahui penyebab perilaku ketidakdisiplinan dan meningkatkan kedisiplinan belajar siswa, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul **“Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Menggunakan Konseling Behavior dengan Teknik Kontrak Perilaku pada Peserta Didik SMP N 2 Nalumsari”**.

1.2 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah pada siswa yang memiliki kedisiplinan belajar yang rendah, seperti terlambat masuk kelas, terlambat mengumpulkan tugas, sering gaduh saat pelajaran, dan tidak mengerjakan PR.

1.2.2 Lokus Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP N 2 Nalumsari, peserta didik kelas 8F pada tahun 2023.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apa faktor penyebab peserta didik SMP N 2 Nalumsari tidak disiplin?
2. Bagaimana upaya meningkatkan kedisiplinan belajar melalui teknik kontrak perilaku pada peserta didik SMP N 2 Nalumsari?

1.4 Tujuan Penelitian

Senada dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menjadi penyebab rendahnya disiplin belajar pada siswa SMP N 2 Nalumsari, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang masalah tersebut.
2. Untuk mengevaluasi efektivitas teknik kontrak perilaku sebagai metode untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP N 2 Nalumsari. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana teknik kontrak perilaku dapat membantu dalam meningkatkan disiplin belajar siswa di sekolah tersebut.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling dalam konteks luar sekolah, serta memperkaya kajian penelitian bimbingan dan konseling perilaku dengan penerapan teknik kontrak perilaku.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Peserta Didik

Peserta didik diharapkan mampu meningkatkan kedisiplinan belajar, sehingga prestasi belajar di sekolah juga akan mengalami peningkatan.

2. Peneliti

Peneliti dapat memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan bimbingan dan konseling perilaku dengan teknik kontrak perilaku.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah usaha peneliti dalam memberikan konseling kepada siswa SMP N 2 Nalumsari. Peneliti akan memberikan pelayanan konseling dengan menggunakan teknik kontrak perilaku.

