

PENGARUH TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT TERHADAP PERILAKU OPOSISI PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMPN 2 LINGSAR

Muthiani¹, Ni Ketut Alit Suarti², Lalu Jaswandi³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi,
Universitas Pendidikan Mandalika^{1,2,3}

e-mail: mutiani250402@gmail.com¹, alitsuartiundikma@gmail.com²,
jaswandi@undikma.ac.id³

Diterima: 17/08/2026; Direvisi: 26/08/2026; Diterbitkan: 01/09/2026

ABSTRAK

Perilaku oposisi merupakan salah satu permasalahan perilaku pada peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang ditandai dengan perilaku membantah, menolak instruksi, melanggar aturan, mudah marah, mengganggu teman, dan menentang figur otoritas. Perilaku tersebut apabila tidak ditangani secara tepat dapat menghambat proses pembelajaran serta perkembangan sosial-emosional peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik behavior contract terhadap perilaku oposisi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar Tahun Pelajaran 2026/2027. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental one-group pretest-posttest. Subjek penelitian berjumlah 6 peserta didik yang dipilih melalui teknik purposive sampling dari 108 peserta didik kelas VIII berdasarkan hasil pengukuran awal dengan kategori perilaku oposisi tinggi dan sangat tinggi. Data dikumpulkan menggunakan angket perilaku oposisi yang terdiri atas 34 item dengan empat alternatif jawaban. Intervensi teknik behavior contract dilaksanakan melalui layanan konseling kelompok dengan tahapan penyusunan kesepakatan perilaku, pemantauan, dan pemberian penguatan. Data dianalisis menggunakan Paired Sample t-Test dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor perilaku oposisi menurun dari 113,83 pada saat pretest menjadi 78,67 pada saat posttest, dengan penurunan sebesar 35,17 poin. Hasil uji Paired Sample t-Test menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, teknik behavior contract melalui layanan konseling kelompok berpengaruh signifikan dalam menurunkan perilaku oposisi peserta didik.

Kata Kunci: *Behavior Contract, Konseling Kelompok, Perilaku Oposisi*

ABSTRACT

Oppositional behavior is one of the behavioral problems commonly found among junior high school students, characterized by arguing, refusing instructions, violating rules, becoming easily angry, disturbing peers, and displaying defiant attitudes toward authority figures. If not appropriately addressed, such behavior may interfere with the learning process and students' social-emotional development. This study aimed to determine the effect of the behavior contract technique on oppositional behavior among eighth-grade students at SMP Negeri 2 Lingsar in the 2026/2027 academic year. This study employed a quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The participants were 6 students selected through purposive sampling from a population of 108 eighth-grade students based on initial assessment results indicating high and very high levels of oppositional behavior. Data were collected using a 34-item oppositional behavior questionnaire with four response options. The behavior contract intervention was implemented through group counseling services involving behavioral agreement, periodic monitoring, and reinforcement. The data were analyzed using a

Paired Sample t-Test with the assistance of SPSS. The results showed that the mean oppositional behavior score decreased from 113.83 in the pretest to 78.67 in the posttest, representing a decrease of 35.17 points. The Paired Sample t-Test yielded a significance value of $0.000 < 0.05$, indicating that H_0 was rejected and H_a was accepted. Therefore, the behavior contract technique implemented through group counseling services had a significant effect on reducing students' oppositional behavior. variabel utama dan konteks penelitian.

Keywords: *Behavior Contract, Group Counseling, Oppositional Behavior*

PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan sikap, karakter, tanggung jawab, kemampuan sosial, dan perilaku peserta didik. Proses pendidikan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berkembang melalui pengalaman belajar yang mendukung kemampuan berpikir, tanggung jawab, serta kemampuan berinteraksi secara positif di lingkungan sekolah. Lestari dan Astuti (2026) menunjukkan bahwa pembelajaran pada jenjang SMP perlu memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam menghadapi berbagai informasi dan permasalahan. Kemampuan tersebut perlu berjalan seiring dengan perkembangan perilaku yang sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku di lingkungan sekolah. Dengan demikian, keberhasilan pendidikan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kemampuan peserta didik dalam menunjukkan perilaku yang adaptif selama mengikuti proses pendidikan.

Dalam kenyataannya, lingkungan sekolah masih menghadapi berbagai permasalahan perilaku yang dapat menghambat terciptanya proses pembelajaran yang kondusif. Permasalahan tersebut dapat berupa ketidakpatuhan terhadap aturan, rendahnya kedisiplinan, perilaku mengganggu, serta tindakan yang merugikan diri sendiri maupun peserta didik lain. Harahap et al. (2024) menunjukkan bahwa perilaku bermasalah pada peserta didik dapat muncul dalam bentuk perilaku menyontek dan dipengaruhi oleh berbagai kondisi yang membutuhkan strategi pencegahan secara tepat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku peserta didik membutuhkan perhatian dan penanganan yang sesuai agar tidak berkembang menjadi kebiasaan. Oleh karena itu, pembinaan perilaku perlu menjadi bagian penting dalam proses pendidikan agar peserta didik mampu mengembangkan tanggung jawab dan kepatuhan terhadap aturan sekolah.

Permasalahan perilaku peserta didik juga berkaitan dengan kualitas hubungan antara peserta didik dan guru sebagai figur yang memiliki peran penting dalam pembentukan karakter. Hubungan yang positif antara peserta didik dan guru dapat menciptakan suasana yang mendukung perkembangan sikap, tanggung jawab, dan kepatuhan terhadap nilai yang berlaku di sekolah. Rambu (2026) menempatkan relasi guru dan murid sebagai salah satu aspek penting dalam menghadapi krisis karakter di lingkungan sekolah. Hubungan tersebut menjadi semakin penting ketika peserta didik menunjukkan perilaku yang bertentangan dengan arahan maupun aturan sekolah. Selain hubungan dengan guru, kemampuan peserta didik dalam membangun hubungan sosial juga perlu dikembangkan. Ulviani dan Karneli (2023) menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam interaksi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran dalam membantu peserta didik mengembangkan perilaku yang lebih positif dalam berinteraksi dengan lingkungan sekolah.

Dinamika sosial di lingkungan pendidikan juga dapat memengaruhi pola interaksi peserta didik. Mazliana et al. (2026) membahas polarisasi sosial sebagai persoalan yang

berkaitan dengan dinamika interaksi dan kehidupan sosial. Dalam konteks sekolah, perhatian terhadap dinamika sosial tersebut perlu diarahkan pada kemampuan peserta didik untuk membangun hubungan yang sehat, menghargai aturan, dan merespons lingkungan secara adaptif. Dengan demikian, pembinaan perilaku dan keterampilan sosial peserta didik menjadi bagian yang saling berkaitan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif.

Salah satu permasalahan perilaku yang memerlukan perhatian pada jenjang SMP adalah perilaku oposisi. Perilaku oposisi dapat terlihat melalui kecenderungan membantah arahan guru, menolak melaksanakan instruksi, melanggar aturan, menunjukkan sikap menentang terhadap figur otoritas, serta melakukan tindakan yang mengganggu proses pembelajaran. Perilaku tersebut berkaitan dengan persoalan kepatuhan dan kedisiplinan karena sikap menentang dapat menyebabkan aturan sekolah tidak dijalankan secara konsisten. Mukaromah dan Khotijah (2025) menunjukkan bahwa penguatan nilai kepatuhan dan disiplin melalui peran guru bimbingan dan konseling menjadi bagian penting dalam upaya mengatasi perilaku indisipliner peserta didik SMP. Oleh karena itu, penanganan perilaku oposisi membutuhkan strategi yang sistematis agar peserta didik tidak hanya menerima teguran, tetapi juga memahami perilaku yang perlu diubah dan bertanggung jawab terhadap perubahan tersebut.

Kesenjangan antara kondisi ideal dan kenyataan tersebut juga ditemukan pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Lingsar. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan Praktik Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) dan wawancara awal dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), ditemukan beberapa peserta didik yang menunjukkan perilaku yang mengarah pada perilaku oposisi. Perilaku tersebut terlihat dalam bentuk membantah guru ketika diberikan arahan, menolak mengerjakan tugas atau melaksanakan instruksi, melanggar tata tertib sekolah secara berulang, serta mengganggu teman ketika proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan keterangan guru BK, peserta didik yang menunjukkan perilaku tersebut telah beberapa kali diberikan teguran, baik secara lisan maupun tertulis. Namun, perubahan perilaku yang ditunjukkan cenderung hanya berlangsung sementara dan perilaku yang sama kembali muncul pada situasi berikutnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku oposisi pada sebagian peserta didik kelas VIII bukan hanya berupa pelanggaran aturan secara sesaat, tetapi telah tampak sebagai pola perilaku yang berulang dalam interaksi dengan guru maupun lingkungan belajar. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani secara tepat dan berkelanjutan, perilaku oposisi dapat menghambat keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran, mengganggu hubungan yang positif antara peserta didik dan guru, serta memengaruhi ketertiban dan suasana belajar di kelas. Oleh karena itu, diperlukan upaya penanganan yang lebih terarah, sistematis, dan sesuai dengan karakteristik perilaku peserta didik.

Permasalahan perilaku pada peserta didik dapat ditangani melalui pendekatan behavioral yang memandang perilaku sebagai sesuatu yang dapat diamati, diukur, dan diubah melalui intervensi yang terarah. Fauziah dan Ardi (2025) menjelaskan bahwa konseling behavioral dapat digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik melalui proses perubahan perilaku yang terarah. Prinsip tersebut relevan dengan penanganan perilaku oposisi karena peserta didik perlu diberikan target perilaku yang jelas, kesempatan untuk memantau perubahan, serta penguatan terhadap perilaku yang sesuai. Dengan demikian, pendekatan behavioral dapat menjadi salah satu alternatif dalam layanan bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik mengembangkan perilaku yang lebih adaptif.

Salah satu teknik behavioral yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku peserta didik adalah *behavior contract* atau kontrak perilaku. Teknik *behavior contract* menempatkan perilaku target sebagai bagian dari kesepakatan yang disusun secara jelas sehingga peserta didik memahami perilaku yang diharapkan serta konsekuensi yang berkaitan dengan pelaksanaannya.

Schwartz et al. (2023) menekankan pentingnya mengembangkan kontrak perilaku menjadi komitmen yang bersifat kolaboratif sehingga pihak yang terlibat tidak hanya menerima aturan secara pasif, tetapi turut berpartisipasi dalam proses penyusunan komitmen. Prinsip kolaboratif tersebut relevan diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling karena peserta didik dapat dilibatkan dalam menentukan target perubahan perilaku. Oleh karena itu, *behavior contract* memiliki potensi untuk digunakan sebagai teknik yang terstruktur dalam membantu peserta didik mengurangi perilaku oposisi melalui kesepakatan perilaku, pemantauan, dan penguatan terhadap perubahan perilaku yang telah ditetapkan.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa teknik *behavior contract* dapat digunakan untuk menangani berbagai bentuk perilaku bermasalah pada peserta didik. Rahmayani dan Christiana (2023) menemukan bahwa teknik *behavior contract* dalam konseling kelompok dapat digunakan untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik SMK. Alwis (2023) juga menunjukkan penerapan konseling *behavior contract* dalam upaya mengurangi perilaku. Selain itu, Alwis (2023) juga menerapkan teknik *behavior contract* dalam menangani perilaku bermasalah pada peserta didik. Sejalan dengan hal tersebut, Allo dan Harum (2025) menerapkan teknik *behavior contract* sebagai salah satu upaya untuk mengurangi perilaku bermasalah peserta didik melalui perubahan perilaku yang terarah dan terukur. pada siswa SMP. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *behavior contract* telah digunakan pada berbagai bentuk perilaku bermasalah peserta didik. Namun, penerapan teknik tersebut secara khusus untuk menurunkan perilaku oposisi yang ditunjukkan melalui perilaku membantah, menolak arahan, dan menentang aturan pada peserta didik SMP masih perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesenjangan antara kondisi ideal yang mengharapkan peserta didik mampu mematuhi aturan, menerima arahan guru, menunjukkan tanggung jawab, dan berinteraksi secara adaptif dengan kondisi di lapangan yang masih menunjukkan adanya peserta didik yang menampilkan perilaku menentang terhadap aturan maupun figur otoritas. Penelitian terdahulu mengenai *behavior contract* lebih banyak diarahkan pada berbagai bentuk perilaku bermasalah seperti keterlambatan dan perilaku lainnya, sedangkan penerapannya secara khusus untuk menurunkan perilaku oposisi pada peserta didik SMP masih terbatas. Penelitian ini menempatkan perilaku oposisi sebagai variabel yang secara khusus menjadi sasaran intervensi melalui teknik *behavior contract* dalam layanan konseling kelompok. Kebaruan penelitian terletak pada penerapan teknik *behavior contract* untuk menangani perilaku oposisi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar melalui kesepakatan perilaku yang jelas, pemantauan terhadap pelaksanaan target, serta penguatan terhadap perubahan perilaku yang dicapai. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik *behavior contract* terhadap perilaku oposisi pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar Tahun Pelajaran 2026/2027 sebagai alternatif intervensi dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest*. Populasi penelitian terdiri atas 108 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar yang terbagi dalam kelas VIII.1, VIII.2, dan VIII.3. Sampel ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria peserta didik aktif, memperoleh skor perilaku oposisi pada kategori tinggi atau sangat tinggi berdasarkan hasil pengukuran awal, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, sehingga diperoleh 6 peserta didik sebagai subjek penelitian. Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup skala perilaku oposisi

yang terdiri atas 34 item pernyataan positif dan negatif dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (4), Sesuai (3), Tidak Sesuai (2), dan Sangat Tidak Sesuai (1), sehingga skor total berada pada rentang 34–136. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket skala perilaku oposisi yang terdiri atas 34 item pernyataan dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai, dan Sangat Tidak Sesuai. Instrumen tersebut digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat perilaku oposisi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar. Setiap item memiliki skor 1 sampai 4, sehingga skor total yang diperoleh peserta didik berada pada rentang 34–136. Selanjutnya, skor yang diperoleh digunakan untuk menentukan kategori perilaku oposisi peserta didik berdasarkan interval skor yang telah ditetapkan, yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah. Kategorisasi skor ditentukan berdasarkan skor ideal instrumen, yaitu skor minimum $34 \times 1 = 34$ dan skor maksimum $34 \times 4 = 136$. Rentang skor sebesar 102 kemudian dibagi menjadi empat kategori sehingga diperoleh kategori sangat tinggi (112–136), tinggi (86–111), rendah (60–85), dan sangat rendah (34–59). Data penelitian juga didukung oleh hasil observasi, wawancara dengan guru BK dan peserta didik, serta dokumentasi berupa data pelanggaran dan daftar peserta didik.

Prosedur penelitian diawali dengan pemberian *pretest* untuk mengetahui tingkat perilaku oposisi sekaligus menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Selanjutnya, 6 peserta didik diberikan perlakuan berupa teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok sebanyak [jumlah sesi] sesi dengan durasi setiap sesi [durasi] menit. Pelaksanaan konseling kelompok meliputi tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran, sedangkan penerapan *behavior contract* dilakukan melalui analisis ABC (*Antecedent–Behavior–Consequence*), identifikasi frekuensi dan situasi munculnya perilaku oposisi, penetapan perilaku target, penyusunan kesepakatan perilaku dan bentuk penguatan bersama peserta didik, pemberian bimbingan dan pendampingan, serta pemantauan dan penguatan secara konsisten terhadap perubahan perilaku positif. Setelah seluruh perlakuan selesai, peserta didik diberikan *posttest* menggunakan instrumen yang sama dengan *pretest*. Data skor *pretest* dan *posttest* kemudian dianalisis menggunakan uji *Paired Sample t-Test* dengan bantuan IBM SPSS Statistics untuk mengetahui perbedaan skor perilaku oposisi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan nilai signifikansi (2-tailed), yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima apabila nilai signifikansi $< 0,05$, sedangkan apabila nilai signifikansi $\geq 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian diperoleh dari pengukuran perilaku oposisi sebelum dan sesudah penerapan teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok. Pengukuran dilakukan terhadap enam peserta didik yang telah memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian. Data *pretest* digunakan untuk menggambarkan kondisi awal perilaku oposisi sebelum diberikan perlakuan, sedangkan data *posttest* digunakan untuk melihat kondisi setelah seluruh rangkaian perlakuan selesai. Perbandingan kedua hasil pengukuran menunjukkan adanya perubahan perilaku pada seluruh subjek penelitian. Rincian skor masing-masing subjek sebelum dan sesudah perlakuan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Skor *Pretest* dan *Posttest* Perilaku Oposisi

Kode	<i>Pretest</i>	Kategori	<i>Posttest</i>	Kategori	Penurunan
P1	120	Sangat Tinggi	85	Rendah	35

P2	118	Sangat Tinggi	82	Rendah	36
P3	115	Sangat Tinggi	80	Rendah	35
P4	112	Sangat Tinggi	78	Rendah	34
P5	110	Tinggi	75	Rendah	35
P6	108	Tinggi	72	Rendah	36
Rata-rata	113,83	–	78,67	–	35,17

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh subjek mengalami perubahan skor perilaku oposisi setelah memperoleh perlakuan. Penurunan skor terjadi pada setiap peserta didik sehingga tidak terdapat subjek yang menunjukkan peningkatan perilaku oposisi setelah intervensi. Perubahan tersebut juga menunjukkan bahwa perlakuan memberikan arah perubahan yang konsisten pada keenam subjek. Berdasarkan kategorinya, kondisi awal peserta didik berada pada tingkat tinggi dan sangat tinggi, sedangkan kondisi setelah perlakuan seluruhnya berada pada tingkat rendah. Temuan ini menunjukkan adanya perubahan kondisi perilaku yang cukup jelas secara individual setelah penerapan teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok.

Untuk memperjelas perubahan kondisi perilaku oposisi berdasarkan distribusi kategori, hasil pengukuran kemudian dikelompokkan sesuai dengan rentang skor yang telah ditetapkan dalam instrumen penelitian. Pengelompokan tersebut digunakan untuk melihat perubahan jumlah peserta didik pada setiap kategori sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil distribusi menunjukkan adanya pergeseran kategori yang terjadi pada seluruh subjek penelitian. Dengan demikian, perubahan tidak hanya terlihat pada skor individual, tetapi juga pada komposisi kategori perilaku oposisi secara keseluruhan. Distribusi kategori sebelum dan sesudah perlakuan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Kategori Perilaku Oposisi Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Kategori	Rentang Skor	Pretest (f)	Pretest (%)	Posttest (f)	Posttest (%)
Sangat Tinggi	112–136	4	66,67	0	0
Tinggi	86–111	2	33,33	0	0
Rendah	60–85	0	0	6	100
Sangat Rendah	34–59	0	0	0	0
Jumlah	–	6	100	6	100

Berdasarkan Tabel 2, distribusi kategori memperlihatkan perubahan yang menyeluruh setelah perlakuan diberikan. Sebelum perlakuan, subjek penelitian terkonsentrasi pada kategori tinggi dan sangat tinggi, sedangkan setelah perlakuan seluruh subjek berada dalam kategori rendah. Tidak terdapat subjek yang berada pada kategori sangat rendah setelah perlakuan. Pola tersebut memperlihatkan bahwa perubahan terjadi secara konsisten pada seluruh kelompok subjek dan tidak hanya pada peserta didik tertentu. Temuan deskriptif ini memberikan indikasi awal bahwa penerapan teknik *behavior contract* berkaitan dengan penurunan tingkat perilaku oposisi peserta didik.

Setelah perubahan skor dan distribusi kategori diketahui secara deskriptif, analisis dilanjutkan dengan pengujian statistik untuk mengetahui apakah perbedaan antara hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan bersifat signifikan secara statistik. Uji yang digunakan adalah *Paired Sample t-Test* karena pengukuran dilakukan terhadap subjek yang sama pada dua kondisi, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pengujian dilakukan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil pengujian

statistik digunakan sebagai dasar dalam menentukan penerimaan atau penolakan hipotesis penelitian. Hasil *Paired Sample t-Test* disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji *Paired Sample t-Test*

Pengukuran	Mean	N	Std. Deviation	Mean Difference	t	df	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest</i>	113,83	6	4,535				
<i>Posttest</i>	78,67	6	4,676				
<i>Pretest–Posttest</i>	–	–	–	35,17	114,431	5	0,000

Hasil pada Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pengukuran perilaku oposisi sebelum dan sesudah penerapan teknik *behavior contract*. Nilai signifikansi yang diperoleh berada di bawah taraf signifikansi yang telah ditetapkan sehingga hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, perubahan perilaku oposisi yang terjadi setelah perlakuan bukan hanya terlihat secara deskriptif, tetapi juga didukung oleh hasil pengujian statistik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penerapan teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan perilaku oposisi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar. Secara keseluruhan, hasil penelitian memperlihatkan pola perubahan yang konsisten antara data individual, distribusi kategori, dan hasil pengujian hipotesis.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *behavior contract* melalui layanan konseling kelompok memberikan perubahan yang signifikan terhadap perilaku oposisi peserta didik. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa peserta didik yang sebelumnya cenderung membantah arahan guru, menolak instruksi, atau menunjukkan sikap menentang mulai mampu mengarahkan perilakunya sesuai dengan target yang telah disepakati. Perubahan ini dapat dipahami dari proses intervensi yang tidak hanya memberikan teguran, tetapi melibatkan peserta didik dalam menentukan perilaku yang perlu diubah, menyusun kesepakatan, serta memantau pencapaiannya. Keterlibatan tersebut membuat peserta didik memiliki pemahaman yang lebih jelas mengenai perilaku yang diharapkan dan tanggung jawab yang harus dijalankan. Febriati (2026) menjelaskan bahwa prinsip behavioristik menempatkan pengalaman dan konsekuensi perilaku sebagai bagian penting dalam pembentukan respons baru. Dalam penelitian ini, prinsip tersebut terlihat melalui pemberian konsekuensi dan penguatan yang mengikuti perilaku peserta didik selama pelaksanaan *behavior contract*. Dengan demikian, perubahan skor perilaku oposisi dapat menunjukkan bahwa intervensi yang terarah dan konsisten membantu peserta didik mengganti respons menentang dengan perilaku yang lebih sesuai terhadap arahan dan aturan sekolah.

Keberhasilan intervensi juga berkaitan dengan pemberian penguatan secara konsisten terhadap perilaku yang sesuai dengan target. Peserta didik memperoleh penguatan ketika mampu menunjukkan perilaku yang telah disepakati sehingga perilaku positif mendapatkan konsekuensi yang mendukung keberlangsungannya. Ulpa dan Setianingsih (2026) menjelaskan bahwa modifikasi perilaku melalui teknik yang tepat dapat digunakan untuk membentuk kebiasaan positif secara bertahap. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian karena perubahan perilaku oposisi tidak hanya diarahkan melalui larangan terhadap perilaku yang salah, tetapi melalui pembiasaan terhadap respons yang lebih sesuai. Konsistensi dalam pemantauan dan

pemberian penguatan memungkinkan peserta didik mengetahui perkembangan perilakunya dan mempertahankan perilaku yang telah dicapai. Dengan demikian, *behavior contract* dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai kesepakatan tertulis, tetapi menjadi pedoman dalam proses perubahan perilaku yang dilakukan secara bertahap.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa *behavior contract* dapat digunakan untuk menangani berbagai bentuk perilaku bermasalah. Marianti et al. (2024) menunjukkan bahwa penerapan teknik *behavior contract* dapat digunakan untuk mengurangi kebiasaan pada peserta didik sekolah menengah kejuruan. Kesamaan dengan penelitian ini terlihat pada penggunaan kesepakatan perilaku sebagai dasar untuk mengarahkan peserta didik mencapai perilaku yang telah ditentukan. Namun, penelitian ini memiliki fokus yang lebih spesifik karena sasaran intervensinya adalah perilaku oposisi yang berkaitan dengan membantah, menolak arahan, dan menentang figur otoritas. Temuan ini memperluas penerapan *behavior contract* karena menunjukkan bahwa teknik tersebut tidak hanya dapat digunakan untuk perilaku yang berkaitan dengan pelaksanaan tugas atau kedisiplinan, tetapi juga untuk perilaku yang berhubungan dengan kepatuhan terhadap arahan dan aturan sekolah.

Perubahan perilaku oposisi juga dapat dipahami dari keterlibatan peserta didik dalam penyusunan kontrak. Peserta didik diberikan kesempatan untuk memahami perilaku yang perlu diubah, menentukan target yang dapat dicapai, dan mengetahui bentuk penguatan yang akan diperoleh. Kondisi tersebut dapat meningkatkan rasa tanggung jawab peserta didik terhadap perubahan yang dilakukan. Tabitha (2024) menunjukkan bahwa penerapan prinsip behavioristik dapat meningkatkan keterlibatan dan partisipasi peserta didik dalam proses pembelajaran. Dalam penelitian ini, keterlibatan tersebut terlihat dari partisipasi peserta didik dalam menyusun dan menjalankan kesepakatan perilaku. Artinya, keberhasilan intervensi tidak hanya berkaitan dengan adanya kontrak, tetapi juga dengan kesediaan peserta didik untuk terlibat aktif dalam menjalankan target yang telah disepakati. Hal ini menjadi penting karena perilaku oposisi berkaitan dengan respons peserta didik terhadap arahan dan otoritas, sehingga perubahan akan lebih memungkinkan apabila peserta didik memahami alasan dan tujuan dari perilaku yang harus diubah.

Perilaku oposisi juga perlu dipahami dalam hubungan peserta didik dengan guru sebagai figur otoritas di sekolah. Sikap membantah, menolak arahan, atau menentang guru dapat memengaruhi kualitas interaksi dan suasana pembelajaran. Valdebenito et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan antara ikatan peserta didik dengan guru dan perilaku oposisi terhadap guru selama masa perkembangan remaja. Temuan tersebut mendukung pemahaman bahwa perubahan perilaku oposisi tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga dengan cara peserta didik merespons hubungan sosial di lingkungan sekolah. Dalam penelitian ini, konseling kelompok memberikan ruang bagi peserta didik untuk menyampaikan pengalaman, menerima tanggapan, dan memahami dampak perilakunya terhadap orang lain. Proses tersebut dapat membantu peserta didik mengenali hubungan antara perilaku yang ditampilkan dengan konsekuensi sosial yang diterima sehingga mendorong munculnya respons yang lebih adaptif.

Pelaksanaan *behavior contract* melalui konseling kelompok juga memberikan dukungan sosial selama proses perubahan perilaku. Peserta didik tidak menjalani proses perubahan secara individual, tetapi memperoleh kesempatan untuk mendengarkan pengalaman anggota lain, menerima masukan, dan mengamati perkembangan perilaku dalam kelompok. Madira et al. (2026) menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling melalui konseling kelompok dapat digunakan dalam upaya menangani berbagai bentuk kenakalan remaja di lingkungan pendidikan. Imran dan Kur'ani (2022) juga menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat

digunakan sebagai salah satu upaya untuk mencegah perilaku agresi di lingkungan sekolah. Meskipun agresi dan oposisi memiliki karakteristik yang berbeda, kedua penelitian tersebut mendukung penggunaan konseling kelompok sebagai wadah untuk membantu peserta didik mengelola perilaku yang dapat mengganggu hubungan sosial dan proses pembelajaran. Perbedaan penelitian ini terletak pada penggunaan teknik behavior contract sebagai intervensi utama dengan sasaran khusus berupa perilaku oposisi, sehingga layanan kelompok tidak hanya berfungsi sebagai ruang interaksi, tetapi juga sebagai tempat untuk menyusun, menjalankan, dan mengevaluasi kesepakatan perilaku.

Konsistensi pelaksanaan behavior contract menjadi faktor lain yang dapat menjelaskan perubahan perilaku oposisi. Kontrak yang telah disusun memberikan pedoman yang jelas mengenai perilaku target, pemantauan, dan penguatan yang diberikan ketika peserta didik menunjukkan perubahan. Miladiah et al. (2026) menjelaskan bahwa behavior contract memiliki peran dalam pembentukan motivasi intrinsik dan extrinsik, sehingga penguatan perlu dikelola secara tepat untuk mendukung perubahan perilaku. Dwy dan Santoso (2024) melalui kajian literatur mengenai konseling kontrak perilaku juga menunjukkan bahwa teknik tersebut memiliki potensi untuk menangani perilaku bermasalah melalui kesepakatan dan pengelolaan perilaku yang terarah. Temuan penelitian ini memperkuat hasil tersebut karena penurunan perilaku oposisi dapat dikaitkan dengan adanya target perilaku yang jelas, pemantauan secara berkelanjutan, serta penguatan terhadap keberhasilan peserta didik dalam menjalankan kesepakatan. Dengan demikian, keberhasilan behavior contract tidak hanya ditentukan oleh penyusunan kontrak, tetapi juga oleh konsistensi pelaksanaannya.

Temuan penelitian ini juga perlu dilihat berdasarkan karakteristik permasalahan perilaku dan keterbatasan desain penelitian. Sikapang et al. (2026) menunjukkan penerapan konseling behavioral dengan teknik behavior contract pada masalah keterlambatan masuk sekolah, yang menunjukkan bahwa teknik tersebut dapat diterapkan pada berbagai permasalahan perilaku sesuai dengan target perubahan yang ditentukan. Sementara itu, O'Connor et al. (2026) menunjukkan bahwa perilaku oposisi pada remaja dapat memiliki karakteristik dan konteks yang beragam. Hal tersebut menunjukkan bahwa perubahan perilaku oposisi dalam penelitian ini perlu dipahami sesuai dengan karakteristik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar dan kondisi intervensi yang diberikan. Penelitian ini menggunakan jumlah subjek yang terbatas dan tidak melibatkan kelompok kontrol sehingga perubahan yang ditemukan belum sepenuhnya dapat dipastikan hanya disebabkan oleh pemberian teknik behavior contract. Oleh karena itu, hasil penelitian ini lebih tepat dipandang sebagai bukti empiris awal mengenai penggunaan behavior contract melalui konseling kelompok untuk menurunkan perilaku oposisi pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar. Penelitian selanjutnya dapat melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, kelompok kontrol, serta waktu pemantauan yang lebih panjang untuk memperoleh bukti yang lebih kuat mengenai keberlanjutan perubahan perilaku.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, penerapan teknik behavior contract melalui layanan konseling kelompok menunjukkan adanya penurunan perilaku oposisi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar setelah diberikan perlakuan. Perubahan tersebut terlihat dari perbedaan skor perilaku oposisi antara hasil pretest dan posttest setelah peserta didik mengikuti rangkaian intervensi. Penerapan behavior contract dilakukan melalui penetapan perilaku target, penyusunan kesepakatan bersama peserta didik, pemantauan terhadap



pelaksanaan perilaku, serta pemberian penguatan secara konsisten. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik behavior contract dapat menjadi salah satu alternatif intervensi dalam layanan bimbingan dan konseling untuk membantu menurunkan perilaku oposisi pada subjek penelitian. Namun, karena penelitian ini menggunakan desain one-group pretest-posttest dengan jumlah subjek yang terbatas, hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan pada seluruh peserta didik SMP. Temuan penelitian lebih tepat dipahami sebagai bukti empiris pada konteks peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lingsar yang menjadi subjek penelitian.

Implikasi penelitian menunjukkan bahwa sekolah dan guru BK dapat mempertimbangkan penggunaan teknik behavior contract sebagai salah satu alternatif dalam menangani perilaku oposisi peserta didik dengan menyesuaikan perilaku target, bentuk penguatan, dan pemantauan berdasarkan kebutuhan peserta didik. Pelaksanaan behavior contract perlu dilakukan secara sistematis, konsisten, dan disertai evaluasi agar perubahan perilaku yang telah dicapai dapat dipantau dan dipertahankan. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, menggunakan kelompok kontrol, serta melakukan pengukuran lanjutan setelah intervensi berakhir. Penggunaan desain penelitian yang lebih kuat diharapkan dapat memberikan bukti yang lebih memadai mengenai penerapan teknik behavior contract dalam membantu menurunkan perilaku oposisi pada karakteristik peserta didik dan konteks sekolah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Allo, R. T., & Harum, A. (2025). Penerapan teknik behavior contract untuk mengurangi cyber aggression siswa di SMP Negeri 25 Makassar. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4), 327–339. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/37534>
- Alwis, U. (2023). Effectiveness of behavior contract counseling in reducing verbal bullying behavior of students. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 4(4), 151–177. https://dergipark.org.tr/en/pub/press/article/1374506?issue_id=81611
- Dwy, S., & Santoso, H. L. (2024). Systematic literature review: Efektivitas layanan konseling kontrak perilaku dalam menangani kecanduan internet. *Proceedings Series of Educational Studies*, (3), 88–95. <https://conference.um.ac.id/index.php/pses/article/view/9585>
- Fauziah, S., & Ardi, Z. (2025). Literature review: Behavioral counseling to improve students' learning independence. *Journal of Psychology, Counseling and Education*, 3(1), 60–69. <https://doi.org/10.58355/psy.v3i1.56>
- Febriati, F. (2026). Analisis pemanfaatan media NotebookLM sebagai stimulus pembelajaran dalam perspektif teori belajar behavioristik pada mata pelajaran IPA. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 6(2), 296–303. <https://ejournal.jendelaedukasi.id/JJP/article/view/2651>
- Harahap, A., Manik, A., Siregar, D. M. S., Tarigan, L. E., Pulungan, N. A., & Manik, S. E. G. (2024). Analisis penyebab dan strategi pencegahan perilaku menyontek pada siswa/i di SMP Negeri 35 Medan. *Journal Innovation in Education*, 2(2), 131–140. <https://doi.org/10.59841/inoved.v2i2.1192>
- Imran, Y., & Kur'ani, N. (2022). Pengaruh konseling kelompok dengan media kartu terhadap pencegahan perilaku agresi di sekolah. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(2), 372–379. <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/718>
- Lestari, P. A., & Astuti, D. P. J. (2026). Eksplorasi kritis literasi digital: Analisis dekonstruksi teks berita hoaks oleh siswa kelas IX SMP Negeri 11 Bengkulu Tengah dalam



- pembelajaran kritis. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(2), 212–223. <https://doi.org/10.23969/jp.v11i2.58452>
- Madira, J., Febiolantika, S. P. A., & Puriani, R. A. (2026). Implementasi layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi kenakalan remaja melalui konseling kelompok. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 5(1), 35–41. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v5i1.5880>
- Marianti, A., Saman, A., & Harum, A. (2024). Application of behavior contract techniques to reduce off-task behavior habits in vocational high school students. *Pinisi Journal of Education*, 4(2), 334–343. <https://journal.unm.ac.id/index.php/PJE/article/view/1771>
- Mazliana, A., Nazarlin, N., Putri, S. A., Fijriah, R., & Oktal, A. (2026). Politik identitas dan polarisasi sosial: Dinamika dalam demokrasi dengan tinjauan sistematis literature review. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(2), 1156–1169. <https://indojournal.com/index.php/jisoh/article/view/2665>
- Miladiah, F. U., Fithri, R., & Lestari, Y. I. (2026). Systematic literature review: Role of reinforcement in intrinsic and extrinsic motivation. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 3(6), 1–12. <https://www.ojs.daarulhuda.or.id/index.php/Socius/article/view/2929>
- Mukaromah, N. M., & Khotijah, S. (2025). Penguatan nilai-nilai kepatuhan dan disiplin oleh guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku indisipliner siswa kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Larangan Pamekasan. *Values: Jurnal Kajian Islam Multidisiplin*, 2(5), 571–600. <https://doi.org/10.61166/values.v2i5.121>
- O'Connor, H. G., Crutcher, J., Burke, J. D., Butler, E., Fein, D., & Eigsti, I. M. (2026). Symptoms of oppositional behavior in autistic adolescents and adolescents who have lost the autism diagnosis. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 54(2), 62. <https://doi.org/10.1007/s10802-026-01447-w>
- Rahmayani, R., & Christiana, E. (2023). Teknik behavior contract dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). *Jurnal BK UNESA*, 13(5). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/55233>
- Rambu, D. (2026). Dinamika relasi guru-murid: Reinterpretasi konsep discipleship dalam menanggapi krisis karakter di lingkungan sekolah. *GLOSSAIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani*, 1(2), 85–123. <https://ojs.sttpjakarta.ac.id/index.php/glossais/article/view/16>
- Sikapang, R., Stefani, S., & Lapu, J. A. (2026). Analisis konseling behavioral dengan teknik behavior contract terhadap perilaku terlambat masuk sekolah bagi peserta didik. *Nubuat: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik*, 3(1), 91–100. <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Nubuat/article/view/2026>
- Schwartz, J., Nebrig, D., Monhollen, L., & Matheny Antommara, A. H. (2023). Transforming behavior contracts into collaborative commitments with families. *The American Journal of Bioethics*, 23(1), 73–75. <https://doi.org/10.1080/15265161.2022.2146801>
- Tabitha, N. A. (2024). Memanfaatkan teori behavioristik untuk meningkatkan keterlibatan dan partisipasi siswa di kelas: Sebuah meta-analisis. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 15(1), 1–10. <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jep/article/view/45936>
- Ulpa, M., & Setianingsih, E. (2026). Memodifikasi perilaku untuk membentuk kebiasaan positif baru melalui reinforcement. *CARONG: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 3(2), 204–217. <https://doi.org/10.62710/1245h267>



- Ulviani, T., & Karneli, Y. (2023). Meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berinteraksi sosial dengan konseling kelompok rational emotive behavior therapy: Literature review. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 1(4), 389–395.
<https://putrapublisher.org/index.php/jipsi/article/view/76>
- Valdebenito, S., Speyer, L., Murray, A. L., Ribeaud, D., & Eisner, M. (2022). Associations between student-teacher bonds and oppositional behavior against teachers in adolescence: A longitudinal analysis from ages 11 to 15. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(10), 1997–2007. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01645-x>