

IMPLEMENTASI MODEL KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *BEHAVIORAL CONTRACT* DALAM MEREDUKSI PRILAKU *AGRESIVITAS VERBAL* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA SMP

Murzani¹, I.W. Lasmawan², I.G. Marganuyasa³

¹²³Program Studi Pendidikan Dasar
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia

e-mail: murzani@student.undiksha.ac.id¹, wayan.lasmawan@undiksha.ac.id²,
igede.margunayasa@undiksha.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pengaruh model konseling kelompok dengan teknik *Behavioral Contract* dalam mereduksi *agresivitas verbal* dan meningkatkan kedisiplinan siswa SMP. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan pendekatan kuantitatif yang melibatkan siswa Kelas VIII sebagai subjek. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah angket (kuesioner), wawancara, dokumentasi dan instrumen penelitian. Teknik analisis data yang diterapkan meliputi uji *Paired Sample t-Test* untuk mengukur perubahan dalam *agresivitas verbal* dan kedisiplinan siswa sebelum dan setelah penerapan teknik, serta uji *Independent Sample t-Test* untuk membandingkan efektivitas teknik *Behavioral Contract* dengan teknik konvensional dalam dua aspek tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *Behavioral Contract* secara signifikan mengurangi *agresivitas verbal* dan meningkatkan kedisiplinan siswa. Analisis menggunakan uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan bahwa rata-rata penurunan *agresivitas verbal* adalah sebesar -23,125 dengan nilai signifikansi (2-tailed) 0,000, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Demikian pula, rata-rata peningkatan kedisiplinan siswa adalah -18,422 dengan nilai signifikansi (2-tailed) 0,000, mengindikasikan bahwa teknik *Behavioral Contract* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan. Selain itu, uji *Independent Sample t-Test* menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* lebih efektif dibandingkan dengan teknik konvensional. Dalam mereduksi *agresivitas verbal*, uji menunjukkan nilai t sebesar 16,972 dengan nilai signifikansi (2-tailed) 0,000, serta perbedaan rata-rata sebesar 59,04924. Dalam meningkatkan kedisiplinan siswa, nilai t adalah 10,582 dengan nilai signifikansi (2-tailed) 0,000 dan perbedaan rata-rata sebesar 55,23424. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan teknik konvensional. Temuan ini mengkonfirmasi bahwa teknik *Behavioral Contract* adalah metode yang lebih efektif dalam mengelola perilaku agresif dan meningkatkan kedisiplinan siswa dibandingkan dengan metode konvensional. Penelitian ini menyarankan agar teknik *Behavioral Contract* diterapkan secara lebih luas di berbagai sekolah serta diintegrasikan dalam pelatihan bagi konselor dan pendidik. Evaluasi berkelanjutan terhadap efektivitas teknik ini juga disarankan untuk memastikan dampak jangka panjang serta penyesuaian yang mungkin diperlukan untuk konteks lokal.

Kata Kunci: *Agresivitas Verbal*; *Behavioral Contract*; Kedisiplinan Siswa; Konseling Kelompok

Abstract

This study aims to evaluate the effectiveness of the influence of group counseling models with Behavioral Contract techniques in reducing verbal aggression and improving the discipline of junior high school students. This study uses an experimental design with a quantitative approach involving class VIII students as subjects. Data collection techniques in this study are questionnaires, interviews, documentation and research instruments. Data analysis techniques included Paired Sample t-Test to measure changes in verbal aggression and student discipline before and after the intervention, and Independent Sample t-Test to compare the effectiveness of the Behavioral Contract technique with conventional techniques in these two aspects. The results showed that the application of the Behavioral Contract technique significantly reduced verbal aggression and improved student

discipline. Paired Sample t-Test analysis revealed a mean decrease in verbal aggression of -23.125 with a significance value (2-tailed) of 0.000, indicating a significant difference between pretest and posttest scores. Similarly, the mean increase in student discipline was - 18.422 with a significance value (2-tailed) of 0.000, demonstrating that the Behavioral Contract technique effectively enhances discipline. Furthermore, Independent Sample t-Test results showed that the Behavioral Contract technique was more effective compared to conventional techniques. For verbal aggression reduction, the test showed a t-value of 16.972 with a significance value (2-tailed) of 0.000, and a mean difference of 59.04924. For improving student discipline, the t-value was 10.582 with a significance value (2-tailed) of 0.000 and a mean difference of 55.23424. These results indicate that the Behavioral Contract technique has a more substantial impact compared to conventional methods. These findings confirm that the Behavioral Contract technique is a more effective method for managing aggressive behavior and improving student discipline than conventional techniques. The study suggests broader implementation of the Behavioral Contract technique in various schools and its integration into training for counselors and educators. Ongoing evaluation of this technique is also recommended to ensure long-term impacts and adjustments as needed for local contexts.

Keywords: Verbal Aggression; Behavioral Contract; Student Discipline; Group Counseling

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual (Aisyaroh et al., 2010). Remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, yaitu bahwa mereka tidak termasuk golongan anak-anak tetapi tidak juga termasuk golongan dewasa, di mana periode ini di sebut sebagai periode pencarian identitas. Remaja didefinisikan sebagai masa transisi antara masa anak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Pendidikan di bangku sekolah menengah pertama adalah periode peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja, dan banyak menarik perhatian karena karakteristik dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu di lingkungan sosial. Untuk alasan ini, perhatian khusus harus diberikan kepada orang tua dan guru saat ini. Untuk menjadi bebas dan mandiri dari pengaruh orang tua adalah ciri khas remaja. Pertumbuhan terjadi serentak dengan perkembangan fisik, sosial, kognitif, bahasa, dan kreatif. Namun, respon yang terjadi dari setiap fase perkembangan mengalami perubahan pada anak sejalan dengan berlangsungnya waktu karena kedewasaannya, lingkungan, reaksi orang lain di sekitarnya, atau pembimbingan dari orang tua (Diananda, 2019).

Pekembangan yang harus diselesaikan selama masa remaja seperti membangun hubungan yang kuat dengan teman sebaya, menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat, menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif, memperoleh kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, dan bertindak dengan cara yang bertanggung jawab secara sosial (Megalia & Yahya, 2016). Remaja adalah tahap perkembangan yang memiliki banyak tugas perkembangan yang harus dilewati. Namun, dalam prosesnya, mereka sering menghadapi berbagai masalah. Mereka juga belum sepenuhnya memiliki kemampuan untuk memilih dan melakukan suatu tindakan atau perbuatan yang sungguh-sungguh bertanggung jawab pada usia remaja. Tindakan yang diambil masih didasarkan pada keadaan emosionalnya yang lemah.

Tindakan kekerasan yang dilakukan oleh para pelajar sekarang menjadi perhatian publik, remaja tidak hanya melakukan kekerasan fisik seperti tawuran, pengerusakan sekolah, dan penganiayaan antar teman sebaya, tetapi mereka juga bertindak agresif secara verbal. *Agresivitas verbal* adalah salah satu jenis agresi yang diajukan secara lisan. Contoh *Agresivitas verbal* termasuk mengancam secara lisan, memburuk-burukkan orang lain, mengambil sikap mengancam dan menuntut, seperti penghinaan, ancaman, dan ejekan (Mutmainnah, 2016). Pada akhirnya, jika seseorang tidak dapat menahan kemarahannya, akan mulai menyerang lawannya dengan bahasa lisan dan non-verbal. Oleh karena itu, tanda-tanda tindak kekerasan mulai muncul dan akhirnya mengarah pada perkelahian.

Aksi kekerasan baik individu maupun massal telah menjadi berita harian di televisi

nasional akhir-akhir ini. Hal ini sangat penting bagi semua orang. Namun remaja memiliki peran penting sebagai generasi penerus bangsa yang membutuhkan bekal pengetahuan, wawasan, dan keterampilan untuk membangun masa depan. Remaja tidak akan memiliki masa depan yang lebih cerah jika tugas ini diabaikan. Oleh karena itu tidak mengherankan bahwa banyak orang berharap perilaku menyimpang terutama agresi verbal dapat dikurangi, sehingga isyarat adanya tindakan kekerasan yang menyebabkan perkelahian antar sesama dapat dikurangi. Perilaku agresif termasuk prestasi akademik yang buruk dan hubungan sosial yang buruk dengan teman sebaya.

Agresi verbal terdiri dari agresi yang dilakukan dengan menggunakan kata-kata kasar seperti menghina, mengumpat, dan memfitnah (Setiawan 2015). Sejalan dengan pendapat tersebut, di sini memberikan penjelasan tentang perilaku agresif verbal, yang mencakup berbohong, mengumpat, memburuk - burukkan orang lain, menggunakan nama atau memperolok-olok, bergunjing, mengejek, menghina, menyindir, mencaci, dan mencela orang lain. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa agresi verbal adalah perilaku yang melukai seseorang dengan menggunakan kata-kata atau ucapan.

Orang sering menggunakan perilaku agresif sebagai cara untuk mengungkapkan perasaan mereka dan menyelesaikan masalah dalam hidup mereka, seperti mencelakakan orang lain secara tidak langsung, konflik, perkelahian antarsiswa, dan sebagainya. Hal ini disebabkan oleh kurangnya komitmen yang kuat setelah kontrak berakhir, yang menyebabkan siswa kembali berperilaku tidak produktif.

Teori perubahan tingkah laku behavior, ketika diterapkan dengan teknik kontrak tingkah laku, menjelaskan bahwa klien mengalami perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi antara stimulus dan respons. Teknik kontrak perilaku, atau kontrak perilaku, digunakan dalam konseling perilaku untuk membantu siswa mengubah perilaku yang tidak diharapkan menjadi perilaku yang diharapkan. Sejalan dengan pendapat di atas, beberapa penelitian juga telah meneliti teknik perilaku kontrak, yang bertujuan untuk mengurangi perilaku membolos dan bertindak bullying siswa di sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengimplementasikan pendekatan layanan metode konseling kelompok yang menggunakan teknik kontrak perilaku sebagai cara untuk mengurangi perilaku *Agresivitas verbal* dan tindakan bullying siswa, konseling kelompok pada dasarnya adalah konseling individu yang dilakukan dalam kelompok. Dalam suasana kelompok ini, konseling dilakukan dalam lingkungan yang ramah, terbuka, permisif, dan akrab, dimana klien diakui dan dipahami tentang masalah mereka, diselidiki faktor-faktor yang menyebabkan masalah muncul, dilakukan evaluasi dan tindak lanjut. Menurut penelitian Anggraeni et al., (2021), banyak siswa menyukai konseling kelompok di sekolah karena dapat menunjukkan bahwa orang-orang memiliki minat dan masalah yang sama. Mereka menikmati dukungan dari anggota kelompok dan bekerja sama untuk mencapai tujuan kelompok dan individu. Jadi, dalam masalah ini, bila mana diselesaikan dengan secara kelompok maka akan terwujud suatu dinamika di dalam kelompok untuk saling berpendapat dalam menyelesaikan permasalahan bersama.

Dengan konseling kelompok siswa lebih mendapatkan kesempatan untuk mengetahui eksistensi dirinya melalui pengalaman-pengalaman dinamika kelompok. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti memunculkan gagasan untuk menerapkan layanan konseling kelompok. Beberapa peneliti terdahulu yang menyebutkan bahwa konseling kelompok dengan *Behavioral Contract* efektif mengurangi perilaku negatif adalah diantaranya, penelitian (Egalia, 2016) dalam penelitian konseling kelompok tersebut menunjukan adanya suatu penurunan mengenai perilaku *bullying verbal* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dimana hal tersebut secara signifikan menunjukkan ($Z=-2,060$, $P<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku efektif untuk mengurangi bullying verbal siswa. Konseling kelompok dengan teknik *Behavioral Contract* terhadap penurunan prokrastinasi akademik siswa” hasil penelitina tersebut menunjukkan bahwa analisis *Wilcoxon match pairs test* konseling kelompok dengan teknik *Behavioral Contract* terbukti dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa, hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan penurunan skor post tes yang signifikan dari kelompok eksperimen. Dipilihnya layanan

konseling kelompok sebagai salah satu strategi mengurangi perilaku *agresif verbal* ini didasarkan pada beberapa pertimbangan sebagai berikut: layanan konseling kelompok memberikan suasana keakraban yang memungkinkan anggota kelompok untuk dapat terbuka (*self-disclosure*) kepada anggota lain.

Berdasarkan paparan latar belakang masalah tersebut maka peneliti mengadakan penelitian dengan judul "Implementasi Model Konseling Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Behavioral Contract* untuk Mereduksi Perilaku *Agresivitas verbal* dan Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMP, dimana penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pengaruh model konseling kelompok dengan teknik *Behavioral Contract* dalam mereduksi *agresivitas verbal* dan meningkatkan kedisiplinan siswa SMP.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, Pendekatan yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi experiment* (eksperimen semu). Alasan menggunakan jenis penelitian *quasi experiment* karena peneliti menggunakan kelompok yang telah terbentuk secara alami, sehingga tidak semua faktor di luar variabel yang diteliti dikontrol secara penuh pada penelitian di bidang pendidikan ini. Jenis penelitian *quasi experiment* melibatkan penggunaan kelompok-kelompok subjek secara utuh. Desain yang digunakan adalah *nonequivalent comparison group design*. *Pretest* dan *posttest* digunakan sebagai bukti empiris terhadap hasil perbandingan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Teknik dan instrument pengumpulan data yang peneliti gunakan yaitu dengan menggunakan skala Likert. Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling*. Uji data menggunakan analisis data kuantitatif dengan deskriptif persentase. Penelitian ini menggunakan design penelitian *Pre test - Post test Control Group Design*.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang diterapkan adalah *Quasi Experimental Design* dengan model *Nonequivalent Control Group Design*.

Tabel 1. Desain Penelitian *Quasi Experimental Design* dengan model *Nonequivalent Control Group Design*

<i>Kelompok</i>	<i>Pretest</i>	<i>Perlakuan</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	O1	X	O2
Kontrol	O1	-	O2

Keterangan :

- O1 : Agresivitas Verbal
- O2 : Kedisiplinan Siswa
- X : Behavioral Contract

Tabel 2. Desain Penelitian Eksperimen

Kelas	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
E	O1	X	O2
K	O3		O4

Keterangan :

- K : Kelas kontrol
- E : Kelas eksperimen
- O1 : *Pretest* kelas kontrol
- O2 : *Posttest* kelas kontrol
- O3 : *Pretest* kelas eksperimen
- O4 : *Posttest* kelas eksperimen
- X : Model Bimbingan Konsling Tehnik *Behavioral Contract*

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kuesioner, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif merupakan proses yang dilakukan setelah data dari semua responden atau sumber data

lainnya terkumpul. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan mengevaluasi hasil pretest dan posttest pada proses pembelajaran. Peneliti memanfaatkan aplikasi perangkat lunak IBM Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versi 26.0 untuk Windows guna membantu pengolahan dan analisis data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 3. Analisis Uji *Paired Sample t-Test* Data *Pretest* dan *Posttest* *Agresivitas verbal* dan *Kedisiplinan Siswa*
Paired Samples Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 <i>Pretest</i> Agresivitas Perbal - <i>Posttest</i>	- 23,125	19,711	2,464	-28,049	-18,201	-9,386	63	,000
Agresivitas Perbal								
Pair 2 <i>Pretest</i> Kedisiplinan Siswa - <i>Posttest</i>	- 18,422	18,543	2,318	-23,054	-13,790	-7,948	63	,000
Kedisiplinan Siswa								

Efektivitas Model Konseling Kelompok Teknik *Behavioral Contract* dalam Mereduksi *Agresivitas verbal*

Hasil analisis *Paired Sample t-Test* menunjukkan bahwa nilai rata-rata perbedaan antara *pretest* dan *posttest* *agresivitas verbal* adalah -23,125 dengan nilai t sebesar -9,386 dan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan rata-rata adalah antara -28,049 dan -18,201. Karena nilai signifikansi jauh lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, implementasi model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract* terbukti efektif dalam mereduksi *agresivitas verbal* siswa.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Suryani & Rahmawati (2021) yang menunjukkan bahwa intervensi konseling berbasis kontrak perilaku dapat mengurangi agresivitas pada remaja. Penelitian mereka menemukan bahwa teknik *Behavioral Contract* efektif dalam mengelola perilaku agresif dan meningkatkan interaksi sosial positif di kalangan siswa.

Efektivitas Model Konseling Kelompok Teknik *Behavioral Contract* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa

Hasil analisis *Paired Sample t-Test* menunjukkan bahwa nilai rata-rata perbedaan antara *pretest* dan *posttest* kedisiplinan siswa adalah -18,422 dengan nilai t sebesar -7,948 dan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan rata-rata adalah antara -23,054 dan -13,790. Karena nilai signifikansi jauh lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan bahwa model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa.

Penelitian oleh Putra & Hidayat, (2022) mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* dapat meningkatkan kedisiplinan siswa di lingkungan sekolah. Mereka menemukan bahwa penerapan *Behavioral Contract* secara signifikan

meningkatkan keteraturan dan kepatuhan siswa terhadap aturan sekolah.

Perbedaan Efektivitas Pengaruh Model Konseling Kelompok Teknik *Behavioral Contract* dengan Teknik Konvensional dalam Mereduksi *Agresivitas verbal*

Tabel 4. Independent Samples Tes *Agresivitas verbal*
Independent Samples Test

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
							Lower	Upper	
N_Gain_Sk Equal variances or_Persen_ assumed									
,090	,765	16,972	62	,000	59,04924	3,47915	52,09453	66,00396	
Agresivitas Equal variances _Verbal not assumed									
		16,972	61,626	,000	59,04924	3,47915	52,09369	66,00480	

Hasil analisis *Independent Sample t-Test* menunjukkan nilai t sebesar 16,972 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti perbedaan antara kedua teknik tersebut signifikan. Nilai rata-rata perbedaan sebesar 59,04924 menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* lebih efektif dalam mereduksi *agresivitas verbal* dibandingkan teknik konvensional.

Penelitian oleh Husain & Fadillah, (2023) yang membandingkan teknik *Behavioral Contract* dengan teknik konseling konvensional juga menemukan bahwa teknik *Behavioral Contract* lebih efektif dalam mengurangi *agresivitas verbal* siswa. Mereka melaporkan hasil yang konsisten dengan penelitian ini, yaitu peningkatan signifikan dalam pengelolaan perilaku agresif dengan teknik *Behavioral Contract*.

Perbedaan Efektivitas Pengaruh Model Konseling Kelompok Teknik *Behavioral Contract* dengan Teknik Konvensional dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa

Tabel 5. Independent Samples Tes Kedisiplinan Siswa
Independent Samples Test

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
							Lower	Upper	
N_Gaian_Skor Equal variances _Persen_Kedisiplinan_Siswa assumed									
13,336	,000	10,582	62	,000	55,23424	5,21973	44,80015	65,66832	

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
Equal variances assumed	10,582	50,370	50	,000	55,23424	5,21973	44,75202	65,71645
not assumed								

Hasil analisis *Independent Sample t-Test* menunjukkan nilai t sebesar 10,582 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000. Nilai rata-rata perbedaan sebesar 55,23424 menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* lebih efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa dibandingkan teknik konvensional.

Penelitian oleh Wardani dan Anisa (2023) mendukung temuan ini dengan hasil yang menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* memiliki dampak yang lebih besar dalam meningkatkan kedisiplinan dibandingkan dengan teknik konvensional. Mereka melaporkan bahwa *Behavioral Contract* tidak hanya meningkatkan kepatuhan siswa tetapi juga membantu dalam pengembangan keterampilan pribadi yang lebih baik.

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa implementasi model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract* terbukti efektif dalam mereduksi *agresivitas verbal* dan meningkatkan kedisiplinan siswa. Selain itu, teknik *Behavioral Contract* juga lebih efektif dibandingkan teknik konvensional dalam kedua aspek tersebut. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian terbaru yang menunjukkan keunggulan teknik *Behavioral Contract* dalam konteks pendidikan dan pengelolaan perilaku siswa.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh model konseling kelompok dengan teknik *Behavioral Contract* untuk mereduksi *agresivitas verbal* dan meningkatkan kedisiplinan siswa di SMP Negeri 2 Suela Lombok Timur, dapat disimpulkan beberapa hal berikut: (1) Hasil analisis uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan dalam *agresivitas verbal* siswa setelah penerapan model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract*. Nilai rata-rata perbedaan antara *pretest* dan *posttest agresivitas verbal* adalah -23,125 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa model konseling ini efektif dalam mengurangi *agresivitas verbal* siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Suela Lombok Timur; (2) Hasil analisis *Paired Sample t-Test* juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam kedisiplinan siswa setelah penerapan model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract*. Nilai rata-rata perbedaan antara *pretest* dan *posttest* kedisiplinan siswa adalah -18,422 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000. Ini menunjukkan bahwa teknik *Behavioral Contract* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa; (3) Uji *Independent Sample t-Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara efektivitas model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract* dan teknik konvensional baik dalam mereduksi *agresivitas verbal* maupun dalam meningkatkan kedisiplinan siswa. Untuk *agresivitas verbal*, nilai t adalah 16,972 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000, dan untuk kedisiplinan siswa, nilai t adalah 10,582 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa implementasi model konseling kelompok teknik *Behavioral Contract* tidak hanya efektif dalam mereduksi *agresivitas verbal* tetapi juga dalam meningkatkan kedisiplinan siswa. Selain itu, model ini terbukti lebih superior dibandingkan dengan teknik konvensional dalam konteks yang sama.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, disarankan agar sekolah-sekolah lain menerapkan teknik *Behavioral Contract* sebagai bagian dari program konseling mereka, terutama dalam menangani *agresivitas verbal* dan meningkatkan

kedisiplinan siswa. Penerapan teknik ini perlu dilakukan secara konsisten dan terencana, dengan melibatkan pelatihan bagi para konselor dan guru untuk memastikan penerapan yang efektif. Dengan demikian, sekolah dapat mengurangi perilaku agresif dan meningkatkan kedisiplinan siswa secara lebih efektif. Mengingat keberhasilan teknik *Behavioral Contract* dalam penelitian ini, disarankan agar dikembangkan modul pelatihan khusus bagi konselor dan guru di sekolah. Modul ini harus mencakup teknik-teknik praktis dalam implementasi *Behavioral Contract* serta strategi untuk mengatasi berbagai tantangan yang mungkin timbul selama penerapan. Pelatihan ini membantu meningkatkan keterampilan dan pengetahuan konselor serta guru dalam menggunakan teknik ini secara efektif.

DAFTAR RUJUKAN

- Aisyaroh, N., Kebidanan, S., & Unissula, F. I. K. (2010). Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung. Universitas Sultan Agung*.
- Anggraeni, D. A., Zen, E. F., & Fauzan, L. (2021). Pengembangan Buku Panduan Konseling Kelompok dengan Teknik *Behavioral Contract* untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Akademik Siswa SMK. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(3). <https://doi.org/10.17977/um065v1i32021p162-169>
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116–133. <http://dx.doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Megalia, & Yahya, A. (2016). Pengaruh konseling kognitif behavior therapy (CBT) dengan teknik self control untuk mengurangi perilaku agresif remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 03(2), 133-146. <http://dx.doi.org/10.24042/kons.v3i2.561>
- Mutmainnah. (2016). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 5 Palu. *Jurnal Konseling & Psikoedukasi*, 1(2).
- Setiawan, M. A. (2015). Model Konseling Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1). <https://doi.org/10.15294/jubk.v4i1.6869>