

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai keefektifan konseling kelompok dengan teknik behavior contract dalam meningkatkan kedisiplinan siswa kelas XI SMA Negeri Pilangkenceng Kabupaten Madiun, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi awal kedisiplinan siswa kelas XI SMA Negeri Pilangkenceng Kabupaten Madiun berada pada kategori rendah.

Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih memiliki perilaku disiplin yang rendah, ditandai dengan ketidakpatuhan terhadap tata tertib sekolah, rendahnya kesadaran untuk menaati peraturan tanpa pengawasan, serta kurangnya tanggung jawab terhadap kewajiban sebagai siswa. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan kedisiplinan merupakan isu nyata yang perlu mendapatkan penanganan secara sistematis melalui layanan bimbingan dan konseling.

2. Penerapan konseling kelompok dengan teknik behavior contract mampu meningkatkan kedisiplinan siswa secara signifikan.

Hasil posttest menunjukkan adanya peningkatan skor kedisiplinan siswa pada kelas eksperimen dari kategori rendah menjadi kategori tinggi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik behavior contract efektif dalam membentuk perilaku disiplin melalui kesepakatan perilaku yang jelas, konsisten, dan disepakati bersama antara konselor dan siswa.

3. Tingkat efektivitas konseling kelompok teknik kontrak perilaku (*behavior contract*) berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil perhitungan N-Gain, kelas eksperimen memperoleh nilai sebesar 0,753 dengan kriteria efektivitas tinggi, sedangkan kelas kontrol berada pada kategori efektivitas sedang. Hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku (*behavior contract*) lebih efektif dibandingkan layanan yang diberikan pada kelas kontrol.

4. Terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan konseling kelompok teknik behavior contract terhadap peningkatan kedisiplinan siswa.

Hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,005 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini membuktikan bahwa konseling kelompok teknik behavior contract secara statistik efektif meningkatkan kedisiplinan siswa kelas XI SMA Negeri Pilangkenceng Kabupaten Madiun.

5. Konseling kelompok dengan teknik behavior contract tidak hanya meningkatkan kedisiplinan secara kuantitatif, tetapi juga membentuk kesadaran dan tanggung jawab siswa.

Melalui proses konseling kelompok, siswa belajar untuk memahami konsekuensi dari setiap perilaku yang dilakukan, menumbuhkan kontrol diri, serta mengembangkan sikap tanggung jawab terhadap aturan sekolah. Dengan demikian, perilaku disiplin yang terbentuk cenderung bersifat lebih internal dan berkelanjutan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis dan akademik sebagai berikut:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Guru BK disarankan untuk:

- a. Mengoptimalkan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku (*behavior contract*) sebagai salah satu alternatif layanan dalam menangani permasalahan kedisiplinan siswa.
- b. Menggunakan kontrak perilaku secara konsisten dan berkelanjutan agar perubahan perilaku disiplin siswa dapat dipertahankan dalam jangka panjang.
- c. Melibatkan siswa secara aktif dalam penyusunan kontrak perilaku agar siswa memiliki rasa tanggung jawab dan komitmen terhadap kesepakatan yang telah dibuat.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan untuk:

- a. Mendukung pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling secara optimal, khususnya konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku (*behavior contract*), melalui kebijakan dan program sekolah yang terintegrasi.
- b. Menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program peningkatan kedisiplinan siswa yang bersifat preventif dan kuratif.

- c. Meningkatkan kerja sama antara guru BK, wali kelas, dan pihak manajemen sekolah dalam membina perilaku disiplin siswa secara menyeluruh.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan:

- a. Mampu menerapkan perilaku disiplin secara konsisten dalam kehidupan sekolah maupun di luar sekolah.
- b. Menjadikan kontrak perilaku sebagai bentuk komitmen pribadi dalam meningkatkan tanggung jawab dan kesadaran terhadap aturan.
- c. Mengembangkan sikap disiplin sebagai bagian dari pembentukan karakter positif yang akan berguna dalam kehidupan sehari-hari.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk:

- a. Mengembangkan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih besar dan cakupan sekolah yang lebih luas agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan.
- b. Mengkaji efektivitas konseling kelompok teknik behavior contract terhadap variabel lain, seperti motivasi belajar, tanggung jawab, atau perilaku sosial siswa.
- c. Mengombinasikan teknik behavior contract dengan pendekatan atau teknik konseling lain untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.