

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### 1. Gambaran Sekolah

###### a. Sejarah Singkat MTSN 1 Banjarmasin

Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Banjarmasin adalah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal tingkat pertama yang berada di bawah naungan Departemen Agama. MTsN Kelayan berdiri pada tahun 1967 yang kemudian dinegerikan pada tanggal 6 Juli 1968 berdasarkan SK Menag. No.142 Tahun 1968, dengan nomor urut Negeri Depag. 363, Nomor Statistik Madrasah (NSM) 211637101001. MTsN 1 Banjarmasin terletak dua lokasi, lokasi pertama Jl. Kelayan A Gg. Setuju dan lokasi kedua Jl. Laksana Intan No.21 Kelurahan Kelayan Selatan. Berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan Nasional UU No.2 Tahun 1989 tentang Pendidikan Nasional, bahwa MTsN Kelayan mempunyai tanggung jawab bersama Keluarga, Masyarakat dan pemerintah)

###### b. Identitas MTSN 1 Banjarmasin

Nama Madrasah : MTsN 1 Banjarmasin

NSM : 12163710001

NPSN : 3031546

Jalan : Kelayan A Gg Setuju

Kode Pos : 70242

Telepon Sekolah : 0511-3260-979  
 Kelurahan : Kelayan Dalam  
 Kecamatan : Banjarmasin Selatan  
 Kota : Banjarmasin  
 Provinsi : Kalimantan Selatan  
 SK Berdiri : 06-07-1968  
 Nama Kepala Madrasah : M jumransyah S. Pd. I  
 NIP : 196606221994031003  
 Pangkat/Gol/Ruangan : Pembina (IV/a)  
 Pendidikan Terakhir : Pendidikan Agama Islam

1) Daftar Nama kepala Sekolah MTSN 1 Banjarmasin

**Tabel 4. 1 Daftar Nama Kepala Sekolah**

No	Nama Kepala Sekolah	Periode Tahun
1	Kaspun Anwar Lane, BA	1967–1971
2	Siti Aisyah	1972–1974
3	Drs. H. Salni Ajan	1974–1977
4	Drs. H. Mahlan Abbas	1977–1979
5	H. Napiah	1979–1984
6	Djohansyah Kadir	1984–1990
7	Drs. M. Aripin	1990–1992
8	Saifuddin Dahlan	1993–1996
9	Drs. H. M. Harmiddin Noor	1997–2006
10	Hj. Djuhiriah, A.Md	2007–2008
11	Drs. H. M. Adenan, MA	2008–2012
12	Drs. H. Ahmad Baihaki	2012–2015
13	M jumransyah s. Pd. I	2023- Sekarang

## 2) Jumlah Guru MTSN 1 Banjarmasin

**Tabel 4. 2 Jumlah Guru dan Staf MTsnN 1 Banjarmasin**

No	Nama	Nip
	Drs. Hj Wahidah	196404241992032002
	Drs. H. Ahmad Baihaki	196606221994031003
	Rahim Miptahudin, S.Pd	196501011997021003
	Hj. Muzzalifah, S.Pd.I	196303241986032003
	Siti Rahmah Hirawati, S.Ag.	196905131996032001
	Nurdin Arpan, S.Pd	197005211998031005
	Jamilah, S.Pd	197412152005012005
	Hj. Shaolehah, S.Pd	197703142005012001
	Raudhatunnisa, M.Pd	197911232005012010
	Heny Nelawati, S.Pd	197711122005012011
	Ardiansyah, S.Pd	198008092005011005
	Raudhatur Ridha, S.Ag	197406202006042005
	Salahuddin, S.Ag	197408072007011031
	Maimanah, S.Pd.I	198103092007102002
	Erma, S.A	197007062007012035

	Rifka Sari, S.Pd	197710062007102006
	Rizkiah Hasma, S.Pd	197912162007102006
	Ahmad Alhaitami, M.Pd	198802242011011005
	Warsito, M.Pd	197404262005011005
	Dahliana, S.Pd	197710232014112001
	Muhammad Syarbini, S.Th.I	198606272019031008
	Farida Ulfah, S.Pd	198904222019032014
	Prianti Sitohang, M.Pd	199012032019032018
	Dina Kamalia, M.Pd	1993305032019032025
	Andika Dharma Putra, S.Pd	19911012019031014
	Muhammad Rizki Aulia, S.Pd	199506122019031014
	Drs. Nurdiansyah	196307211992031002
	Akhmadi	196804101993031003
	Ahmad Salabi	197108071998031005
	Raudah	197804242014112001

## 3) Jumlah Peserta Didik MTSN 1 Banjarmasin

**Tabel 4. 3 Jumlah Peserta Didik MTSN 1 banjarmasin**

KELAS	LK	PR	JUMLAH		WALI KELAS			
VII A	13	19	32		Prianti Sitohang, S.Pd.I			
VII B	10	22	32		Andika Dharma P, S.Pd			
VII C	13	19	32		Nurdin Arpan, S.Pd			
VII D	12	20	32		Dina Kamaliya, M.Pd			
<b>JUMLAH</b>	48	80	128					
VIII A	11	20	31		Rizkiah Hasma, S.Pd			
VIII B	12	19	31		Maimanah, S.Pd			
VIII C	12	20	32		Farida Ulfah, S.Pd			
VIII D	10	20	30		Dahliana, S.Pd			
<b>JUMLAH</b>	45	79	124					
IX A	12	20	32		Hj. Raudhatun Nisa, M.Pd			
IX B	11	19	30		Akhmad Alhaitami, M.Pd			
IX C	17	15	32		Hj. Sholehah, S.Pd			
IX D	17	15	32		Heny Nelawati, S.Pd			
<b>JUMLAH</b>	57	69	126					
KETERANGAN		VII		VIII		IX		<b>JUMLAH</b>
		L	P	L	P	L	P	
<b>JUMLAH</b>		48	80	45	79	56	69	150
		128		124		126		378

4) Jumlah Sarana Dan Fasilitas di MTSN 1 Banjarmasin

**Tabel 4. 4 Sarana Dan Fasilitas MTSN 1 Banjarmasin**

Sarana	Fasilitas
Ruangan belajar 12 buah	Tempat parkir sepeda siswa
Ruangna lab. Komputer	Tempat parkir sepeda motor dewan guru
Kantor tata usaha 1 buah	halaman yang juga sebagai lapangan olahraga
Ruangan dewan guru dan kantor Kepala Madrasah 1 buah	Kantin sekolah
Ruangan perpustakaan 1 buah	Koperasi siswa
Ruangan UKS 1 buah	
Ruangan pramuka dan OSIS 1 buah	
Ruangan Musholla	
WC Dewan guru dan murid	

### 5) Visi Dan Misi MTSN 1 Banjarmasin

#### Visi

“Mewujudkan generasi yang beriman,. Berilmu, berakhlak mulia, Terampil dan mampu mengaktualisasikan diri dalam kehidupan bermasyarakat”

#### Misi

- a) Menciptakan iklim Madrasah yang kondusif dan agamis, sehingga menghasilkan lulusan yang cendikia dan memiliki komitmen yang tinggi terhadap keislaman.
- b) Mengoptimalkan kegiatan akademik melalui pengembangan profesionalisme tenaga kependidikan, sehingga menghasilkan system pembelajaran yang berkualitas
- c) Menggiatkan pengembangan minat dan bakat siswa dibidang bela Negara, iptek, olah raga, dan seni budaya, dalam rangka membendung pengaruh budaya luar dan penyakit masyarakat yang merusak tatanan kehidupan remaja
- d) Menggali, mendorong dan memupuk keteramplan siswa melalui kegiatan keterampilan produktif yang dapat menjadi bekal mereka sebagai makhluk sosial yang sukses di tengah masyarakat.
- e) Mengoptimalkan keberadaan dan penataan sarana dan prasarana pendidikan yang berbasis teknologi sebagai komponen penting dalam mewujudkan Madrasah yang unggul.

## 2. Hasil Pretest

Peneliti menyebarkan angket untuk pertama kali untuk mengetahui siapa saja yang memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi dan ingin mengetahui siapa yang menjadikan sampel penelitian

**Tabel 4. 5 Nilai Pretest Kelas VII A**

No	Nama Siswa	Kelas	Skor Total	Kategori Prokrastinasi
1	MZ	7A	70	Rendah
2	A	7A	71	Rendah
3	SM	7A	71	Rendah
4	NL	7A	72	Rendah
5	UA	7A	73	Rendah
6	RMA	7A	75	Rendah
7	SKA	7A	68	Rendah
8	P	7A	70	Rendah
9	SP	7A	69	Rendah
10	NA	7A	70	Rendah
11	AS	7A	70	Rendah
12	MR	7A	69	Rendah
13	NSA	7A	65	Rendah
14	Z	7A	62	Rendah
15	F	7A	65	Rendah
16	J	7A	67	Rendah
17	AH	7A	69	Rendah
18	MA	7A	70	Rendah
19	MR	7A	58	Rendah
20	H	7A	70	Rendah
21	MY	7A	71	Rendah
22	MB	7A	63	Rendah
23	AAP	7A	69	Rendah
24	HH	7A	66	Rendah
25	AHA	7A	68	Rendah
26	MS	7A	67	Rendah
27	NAO	7A	67	Rendah
28	AP	7A	69	Rendah
29	F	7A	71	Rendah
30	FA	7A	66	Rendah
31	MFS	7A	70	Rendah
32	MF	7A	71	Rendah
<b>Rata-rata Skor</b>			<b>68,9</b>	<b>Rendah</b>

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VII A MTsN 1 Banjarmasin sebelum diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* berada pada kategori rendah, dengan skor rata-rata sebesar 68,9. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum siswa kelas VII A sudah memiliki tingkat kedisiplinan yang cukup baik, meskipun masih ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan kecenderungan menunda tugas dalam kegiatan belajar.

**Tabel 4. 6 Nilai Pretest Kelas VII A**

No	Nama Siswa	Kelas	Skor Total	Kategori Prokrastinasi
1	NA	VII B	84	Tinggi
2	SA	VII B	66	Rendah
3	SNA	VII B	67	Rendah
4	MF	VII B	53	Rendah
5	H	VII B	71	Rendah
6	FR	VII B	59	Rendah
7	MA	VII B	70	Rendah
8	AM	VII B	70	Rendah
9	NKA	VII B	78	Tinggi
10	NNA	VII B	69	Rendah
11	AZ	VII B	68	Rendah
12	RA	VII B	74	Rendah
13	MAF	VII B	71	Rendah
14	SB	VII B	81	Tinggi

15	AAM	VII B	81	Tinggi
16	MH	VII B	78	Tinggi
17	NMR	VII B	84	Tinggi
18	MF	VII B	68	Rendah
19	MHA	VII B	68	Rendah
20	MG	VII B	67	Rendah
21	MAK	VII B	75	Rendah
22	MFAF	VII B	67	Rendah
23	A	VII B	74	Rendah
24	NJ	VII B	74	Rendah
25	H	VII B	84	Tinggi
26	ANR	VII B	83	Tinggi
27	NHA	VII B	72	Rendah
28	NZ	VII B	57	Rendah
29	AAN	VII B	91	Tinggi
30	SNW	VII B	78	Tinggi
31	AD	VII B	68	Rendah
		<b>Rata-rata Skor</b>	<b>72,6</b>	<b>Rendah</b>

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VII B MTsN 1 Banjarmasin sebelum diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* bervariasi, dengan skor terendah 53 dan tertinggi 91. Rata-rata skor sebesar 72,6 berada pada kategori rendah, meskipun terdapat beberapa

siswa yang menunjukkan tingkat prokrastinasi tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII B sudah cukup disiplin dalam mengerjakan tugas, namun masih ada yang cenderung menunda penyelesaian tugas akademiknya.

**Tabel 4. 7 Daftar Siswa yang Menjadi Subjek Layanan Konseling**

No	Nama Siswa	Kelas	Skor Total (Pretest)	Kategori Prokrastinasi
1	RMA	VII A	75	Tinggi
2	NA	VII B	84	Tinggi
3	NKA	VII B	78	Tinggi
4	SB	VII B	81	Tinggi
5	AAM	VII B	81	Tinggi
6	MH	VII B	78	Tinggi
7	NMR	VII B	84	Tinggi
8	H	VII B	84	Tinggi
9	ANR	VII B	83	Tinggi
10	AAN	VII B	91	Tinggi
11	SNW	VII B	78	Tinggi

Berdasarkan hasil pretest, diperoleh 11 siswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi. Siswa-siswa ini kemudian menjadi subjek penelitian untuk diberikan layanan konseling individual dengan menggunakan teknik *Behavioral Contract*. Pemilihan dilakukan karena

mereka menunjukkan kecenderungan menunda tugas, kurang disiplin, serta membutuhkan intervensi khusus agar perilaku akademik mereka dapat berubah ke arah yang lebih positif dan bertanggung jawab.

### 3. Deskripsi Hasil Posttest

**Tabel 4. 8 Hasil Posttest Tingkat Prokrastinasi Akademik**

No	Inisial Siswa	Skor Pretest	Skor Posttest	Perubahan Skor	Kategori Perubahan
1	RMA	75	65,5	Menurun	Mengalami Perbaikan
2	NA	84	70,0	Menurun	Mengalami Perbaikan
3	NKA	78	67,5	Menurun	Mengalami Perbaikan
4	SB	81	68,0	Menurun	Mengalami Perbaikan
5	AAM	81	74,5	Menurun	Mengalami Perbaikan
6	MH	78	72,0	Menurun	Mengalami Perbaikan
7	NMR	84	76,5	Menurun	Mengalami Perbaikan
8	HN	84	77,0	Menurun	Mengalami Perbaikan
9	ANR	83	76,0	Menurun	Mengalami Perbaikan
10	AAN	91	82,5	Menurun	Mengalami Perbaikan
11	SNW	78	73,0	Menurun	Mengalami Perbaikan

Berdasarkan hasil posttest terhadap 11 siswa yang telah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*, diperoleh bahwa terdapat 4 siswa yang mengalami penurunan skor prokrastinasi akademik secara signifikan, yaitu RMA, NA, NZA, dan SB, sementara 7 siswa lainnya menunjukkan perubahan yang belum terlalu signifikan meskipun tetap terlihat adanya penurunan pada beberapa indikator perilaku menunda tugas. Secara keseluruhan, rata-rata skor prokrastinasi akademik menurun dari 81,5 pada pretest menjadi 73,6 pada posttest. Penurunan total sebesar 7,9 poin tersebut menunjukkan adanya perkembangan positif dalam kedisiplinan belajar, tanggung jawab terhadap tugas, serta kemampuan mengelola waktu. Dengan demikian, teknik *Behavioral Contract* terbukti efektif dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik dan meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VII MTsN 1 Banjarmasin.

#### 4. Analisis Statistik

##### 1) Uji Normalitas

**Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas Data Pretest dan Posttest II**

Variabel	Shapiro-Wilk	Sig.	Keterangan
Pretest	0.957	0.640	Data berdistribusi normal
Posttest II	0.945	0.488	Data berdistribusi normal

Nilai signifikansi (Sig.) pada kedua variabel  $> 0,05$ , yang berarti data berdistribusi normal. Oleh karena itu, data memenuhi syarat untuk dilakukan uji statistik parametrik menggunakan Paired Sample t-Test.

## 2) Uji Homogenitas

**Tabel 4. 10 Hasil Uji Homogenitas Variansi**

Sumber Data	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Keterangan
Pretest – Posttest II	1.205	1	20	0.285	Homogen

Nilai signifikansi (Sig.) sebesar  $0.285 > 0.05$  menunjukkan bahwa data memiliki variansi yang homogen, sehingga dapat dilanjutkan ke uji t berpasangan.

## 3) Uji N-Gain

**Tabel 4. 11 Hasil Uji N-Gain**

No	Nama Siswa	Skor Pretest	Skor Posttest	N-Gain	Kategori
1	RMA	75	63	0.48	Sedang
2	NA	84	67	0.52	Sedang
3	NKA	78	65	0.53	Sedang
4	SB	81	64	0.55	Sedang
5	AAM	81	70	0.47	Sedang
6	MH	78	68	0.50	Sedang
7	NMR	84	70	0.54	Sedang
8	H	84	71	0.53	Sedang
9	ANR	83	70	0.55	Sedang
10	AAN	91	75	0.50	Sedang
11	SNW	78	69	0.51	Sedang
<b>Rata-rata N-Gain</b>				<b>0.52</b>	<b>Sedang (Efektif)</b>

Nilai N-Gain rata-rata sebesar 0.52 menunjukkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* efektif secara sedang dalam menurunkan prokrastinasi akademik siswa.

Nilai *N-Gain (Normalized Gain)* merupakan ukuran yang digunakan untuk mengetahui tingkat peningkatan atau penurunan hasil belajar maupun perubahan perilaku setelah diberikan perlakuan, dengan membandingkan skor pretest dan posttest secara proporsional terhadap skor maksimum yang mungkin dicapai. Nilai N-Gain berada pada rentang 0 sampai 1, di mana semakin besar nilai N-Gain menunjukkan semakin besar perubahan yang terjadi akibat perlakuan. Nilai N-Gain sebesar 0,52 termasuk dalam kategori sedang, yang berarti bahwa terjadi perubahan perilaku siswa pada tingkat cukup atau moderat setelah diberikan perlakuan. Nilai N-Gain rata-rata sebesar 0,52 menunjukkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* efektif secara sedang dalam menurunkan prokrastinasi akademik siswa.

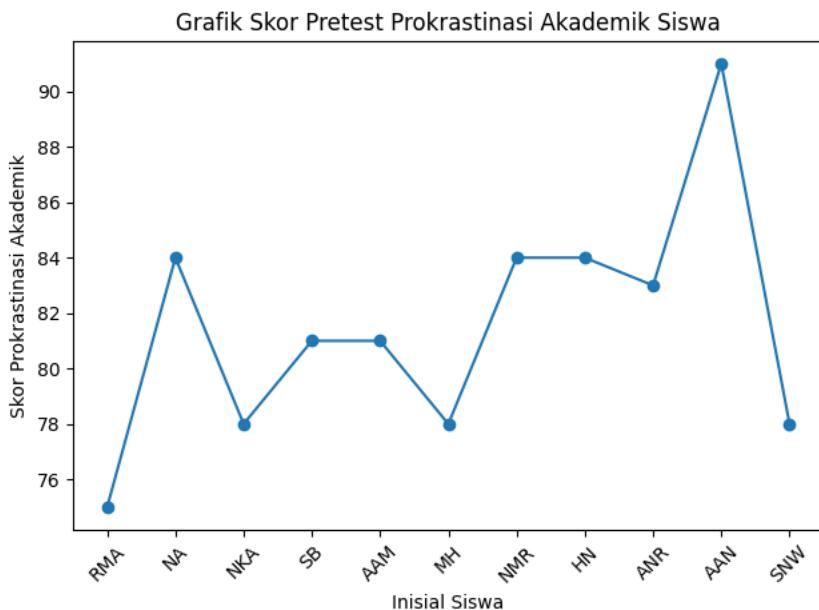
4) Uji Paired Sample t-Test

**Tabel 4. 12 Hasil Uji Paired Sampel t-Test**

Pasangan Data	Mean	t- hitung	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pretest – Posttest	13.09	7.214	10	0.000	Terdapat perbedaan signifikan

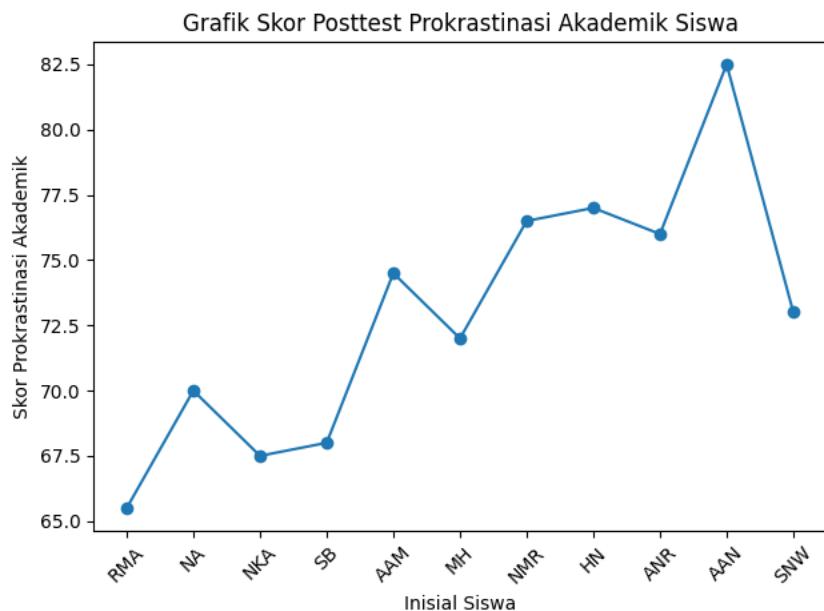
Nilai signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$  menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Hal ini berarti bahwa layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VII MTsN 1 Banjarmasin.

## 5. Grafik Hasil



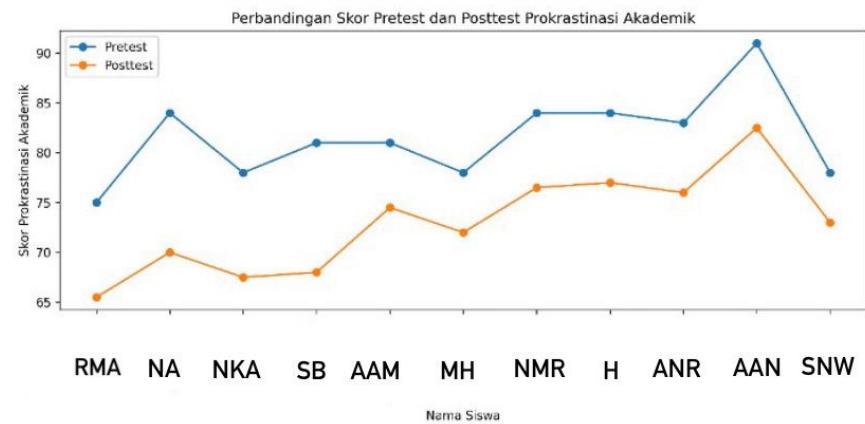
**Gambar 4. 1 Grafik Pretest Siswa MTSN 1 Banjarmasin**

Grafik ini menunjukkan skor pretest prokrastinasi akademik siswa sebelum diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*. Berdasarkan grafik tersebut, terlihat bahwa seluruh siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik tinggi, dengan skor pretest berkisar antara 75 hingga 91. Skor tertinggi ditunjukkan oleh siswa berinisial AAN, sedangkan skor terendah ditunjukkan oleh siswa berinisial RMA. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum dilaksanakan layanan konseling, sebagian besar siswa masih memiliki kecenderungan menunda tugas akademik, kurang disiplin dalam belajar, serta belum mampu mengelola waktu belajar secara efektif. Kondisi ini menjadi dasar dilakukannya intervensi berupa layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*.



**Gambar 4. 2 Grafik Posttest Siswa MTSN 1 Banjarmasin**

Grafik di atas menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*. Berdasarkan grafik tersebut, terlihat bahwa seluruh siswa memiliki skor pretest yang relatif tinggi, dengan rentang skor antara 75 hingga 91. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan layanan konseling, siswa masih memiliki kecenderungan tinggi dalam menunda tugas akademik, sehingga diperlukan adanya intervensi untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik tersebut.



**Gambar 4. 3 Grafik Hasil Pretest Dan Posttest**

Berdasarkan grafik perbandingan skor pretest dan posttest prokrastinasi akademik siswa kelas VII MTsN 1 Banjarmasin, terlihat bahwa seluruh siswa mengalami penurunan skor prokrastinasi setelah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*. Pada tahap pretest, skor prokrastinasi siswa berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan kecenderungan siswa dalam menunda penyelesaian tugas akademik. Setelah pelaksanaan layanan konseling, skor posttest menunjukkan penurunan yang cukup konsisten pada setiap siswa, yang menandakan adanya perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Penurunan skor tersebut mengindikasikan bahwa layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* berkontribusi dalam membantu siswa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dan meningkatkan kedisiplinan serta tanggung jawab belajar.

## 6. Hasil Observasi

### 1. Hasil Observasi Sebelum Konseling

Berdasarkan hasil observasi terhadap 11 siswa kelas VII B yang menjadi subjek penelitian, diperoleh gambaran bahwa perilaku prokrastinasi akademik masih tampak pada sebagian besar siswa sebelum diberikan layanan konseling individual. Pada aspek ketepatan waktu, beberapa siswa terlihat sering terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru, terutama pada tugas yang membutuhkan ketelitian dan waktu penggerjaan lebih lama. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan menunda penyelesaian tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan.

Pada aspek kedisiplinan belajar, siswa tampak menunda memulai tugas meskipun instruksi telah diberikan dengan jelas oleh guru. Beberapa siswa memilih untuk tidak segera mengerjakan tugas dan menunggu hingga waktu pelajaran hampir berakhir atau mengerjakannya di luar jam pelajaran. Selain itu, pada aspek tanggung jawab akademik, masih ditemukan siswa yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru tanpa alasan yang jelas, sehingga tugas tersebut tidak dikumpulkan sesuai ketentuan.

Pada aspek manajemen waktu, hasil observasi menunjukkan bahwa siswa cenderung mengerjakan tugas pada menit-menit terakhir. Kondisi ini menyebabkan hasil pekerjaan kurang maksimal dan siswa terlihat terburu-buru. Selanjutnya, pada aspek sikap terhadap tugas,

sebagian siswa tampak menghindari tugas sekolah, seperti tidak membuka buku, menunda menulis, atau menunjukkan ekspresi kurang antusias saat diberikan tugas. Pada aspek fokus belajar, siswa sering melakukan aktivitas lain saat ada tugas, seperti berbicara dengan teman, bermain alat tulis, atau memperhatikan hal di luar pembelajaran.

Pada aspek motivasi belajar, siswa terlihat kurang bersemangat dalam mengerjakan tugas akademik, yang ditunjukkan dengan minimnya inisiatif untuk bertanya atau menyelesaikan tugas secara mandiri. Selain itu, pada aspek kepatuhan terhadap aturan, beberapa siswa masih melanggar aturan yang berkaitan dengan tugas akademik, seperti tidak mengikuti ketentuan waktu pengumpulan dan mengabaikan instruksi guru. Berdasarkan hasil observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik masih cukup dominan pada 11 siswa sebelum diberikan intervensi layanan konseling individual dengan teknik *behavioral contract*.

## **2. Hasil Observasi Sesudah Konseling**

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan setelah pelaksanaan layanan konseling individual dengan teknik *behavioral contract* terhadap 11 siswa kelas VII B, terlihat adanya perubahan positif dalam perilaku akademik siswa. Pada aspek ketepatan waktu, sebagian besar siswa menunjukkan peningkatan dengan mengumpulkan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Keterlambatan pengumpulan tugas mulai berkurang dibandingkan kondisi sebelum layanan konseling diberikan.

Pada aspek kedisiplinan belajar, siswa tampak lebih siap dan lebih cepat memulai tugas setelah instruksi diberikan oleh guru. Siswa tidak lagi menunda secara berlebihan dan mulai menunjukkan inisiatif untuk mengerjakan tugas secara mandiri. Pada aspek tanggung jawab akademik, siswa terlihat lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dan mengumpulkannya sesuai dengan ketentuan.

Hasil observasi pada aspek manajemen waktu menunjukkan bahwa siswa mulai mengatur waktu belajar dengan lebih baik. Tugas tidak lagi dikerjakan pada menit-menit terakhir, sehingga siswa terlihat lebih tenang dan fokus saat mengerjakan tugas. Pada aspek sikap terhadap tugas, siswa menunjukkan sikap yang lebih positif, seperti tidak lagi menghindari tugas dan lebih kooperatif ketika menerima tugas dari guru.

Selanjutnya, pada aspek fokus belajar, siswa tampak lebih mampu memusatkan perhatian saat mengerjakan tugas dan mengurangi aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan pembelajaran. Pada aspek motivasi belajar, siswa menunjukkan peningkatan semangat dalam mengerjakan tugas, yang ditandai dengan keterlibatan aktif dan kesediaan menyelesaikan tugas tepat waktu. Selain itu, pada aspek kepatuhan terhadap aturan, siswa mulai

mematuhi aturan yang berkaitan dengan tugas akademik, termasuk ketentuan waktu pengumpulan dan instruksi yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan hasil observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling individual dengan teknik *behavioral contract* memberikan dampak positif terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

## 7. Hasil Wawancara

Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling, diperoleh keterangan bahwa perilaku prokrastinasi akademik masih sering terjadi pada siswa kelas VII, khususnya dalam penyelesaian tugas ujian praktik kaligrafi. Guru BK menyampaikan bahwaa

“Banyak siswa menunda mengerjakan tugas praktik kaligrafi karena merasa tulisan huruf Arab harus sempurna. Ketika merasa belum yakin dengan hasilnya, siswa cenderung menunda dan baru mengerjakan tugas saat waktu sudah mendekati tenggat.”<sup>39</sup>

Guru BK juga menjelaskan bahwa penerapan konseling individual dengan teknik *behavioral contract* dilakukan untuk membantu siswa agar lebih terarah dan bertanggung jawab. Guru BK menyatakan bahwa,

“Dengan *behavioral contract*, siswa dibantu untuk membagi tugas menjadi bagian-bagian kecil, menetapkan waktu pengeroaan yang

---

<sup>39</sup> Guru Bk,20 Juli 2025

jelas, dan menyepakati konsekuensi, sehingga siswa lebih disiplin dan berani memulai tugas.”<sup>40</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa kelas VII B, diperoleh informasi bahwa perilaku menunda tugas memang dialami oleh siswa. NMR menyampaikan bahwa,

“Saya sering menunda mengerjakan kaligrafi karena merasa tulisan saya harus bagus dari awal. Kalau belum rapi, saya jadi takut dan akhirnya menunda sampai waktunya mepet.”<sup>41</sup> (Wawancara, 21 Juli 2025)

NKA menambahkan bahwa,

“Saya bingung harus mulai dari mana saat mengerjakan kaligrafi, apalagi kalau melihat contoh yang bagus. Hal itu membuat saya tidak percaya diri dan memilih menunda.”<sup>42</sup>

NKA menyampaikan bahwa,

“Saya merasa tugas kaligrafi sulit karena harus menulis huruf Arab dengan rapi. Karena merasa susah, saya jadi menunda dan tidak langsung mengerjakannya.”<sup>43</sup>

AAN menyampaikan bahwa,

---

<sup>40</sup> Guru Bk,20 Juli 2025

<sup>41</sup> NMR 21 Juli 2025

<sup>42</sup> NKA 21 Juli 2025

<sup>43</sup> NKA 21 Juli 2025

“Kalau melihat kaligrafi teman yang bagus, saya jadi merasa hasil saya kurang, sehingga lebih memilih menunda daripada hasilnya tidak sesuai harapan.”<sup>44</sup>

ANR menambahkan bahwa setelah mengikuti konseling individual dengan teknik behavioral contract,

“Setelah tugas dibagi menjadi bagian-bagian kecil dan ada target waktu yang jelas, saya jadi lebih berani memulai dan tidak merasa kewalahan lagi.”<sup>45</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling, diperoleh keterangan bahwa perilaku prokrastinasi akademik juga sering terjadi pada tugas mata pelajaran yang dianggap tidak utama oleh siswa, seperti seni budaya. Guru BK menyampaikan bahwa,

“Sebagian siswa menganggap mata pelajaran non-utama kurang penting sehingga sering ditunda pengajarannya. Padahal nilai dari mata pelajaran tersebut tetap memengaruhi prestasi dan rata-rata nilai siswa.”<sup>46</sup>

Guru BK juga menjelaskan bahwa konseling individual dengan teknik behavioral contract diterapkan untuk membantu siswa mengatur waktu secara lebih seimbang. Guru BK menyatakan bahwa,

---

<sup>44</sup> AAN 21 Juli 2025

<sup>45</sup> Anr 21 Juli 2025

<sup>46</sup> Guru Bk,20 Juli 2025

“Dengan behavioral contract, siswa diajak membuat jadwal yang jelas, menetapkan tenggat pribadi yang lebih awal, serta diberikan insentif dan konsekuensi yang mendidik agar tidak mengabaikan tugas.”<sup>47</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa kelas VII B, diperoleh informasi bahwa perilaku menunda tugas seni budaya dialami oleh beberapa siswa. SB menyampaikan bahwa,

“Saya sering tidak langsung mengerjakan tugas seni budaya karena merasa itu bukan pelajaran utama, jadi saya mendahulukan tugas lain dan akhirnya terlambat.”<sup>48</sup>

SNW menambahkan bahwa,

“Saya biasanya mengerjakan seni budaya setelah semua tugas utama selesai, tapi seringnya tugas lain terus bertambah sehingga tugas seni budaya jadi terabaikan.”<sup>49</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa kelas VII B, diketahui bahwa perilaku prokrastinasi akademik juga dialami oleh siswa lain dengan berbagai alasan. H menyampaikan bahwa,

“Saya sering menunda tugas karena merasa capek sepulang sekolah dan memilih main hp dulu. Akhirnya tugas dikerjakan malam hari dan sering tidak maksimal.”<sup>50</sup>

---

<sup>47</sup> Guru Bk,20 Juli 2025

<sup>48</sup> SB 22 Juli 2025

<sup>49</sup> SNW 22 Juli 2025

<sup>50</sup> H 22 Juli 2025

Setelah diberikan konseling individual dengan teknik behavioral contract, H mulai menerapkan jadwal belajar yang disepakati. H menambahkan bahwa,

“Dengan adanya jadwal dan target harian, saya jadi lebih teratur dan tidak lagi menunda sampai malam.”<sup>51</sup>

RMA menyampaikan bahwa perilaku menunda tugas terjadi karena merasa tugas terlalu sulit. RMA menyatakan bahwa,

“Kalau tugasnya sulit, saya sering takut salah dan akhirnya menunggu sampai teman mengerjakan dulu.”<sup>52</sup>

Melalui kontrak perilaku yang disepakati, RMA mulai berani mengerjakan tugas lebih awal. RMA menyampaikan bahwa,

“Sekarang saya mencoba mengerjakan sendiri dulu dan bertanya ke guru atau orang tua kalau tidak paham.”

H mengungkapkan bahwa prokrastinasi terjadi karena kurangnya pengaturan waktu. H menyampaikan bahwa,

“Saya sering lupa ada tugas karena tidak mencatat, jadi baru ingat saat sudah mendekati tenggat.”<sup>53</sup>

Setelah menggunakan buku catatan tugas sesuai kontrak perilaku, H menambahkan bahwa,

“Dengan mencatat semua tugas, saya jadi lebih ingat dan bisa mengerjakannya tepat waktu.”<sup>54</sup>

---

<sup>51</sup> H 22 Juli 2025

<sup>52</sup> RMA 22 Juli 2025

<sup>53</sup> H 24 Juli 2025

<sup>54</sup> H 24 Juli 2025

RMA menyampaikan bahwa tugas non-utama sering diabaikan. RMA menyatakan bahwa,

“Saya sering menganggap tugas tertentu tidak penting, jadi saya tunda sampai tugas utama selesai.”<sup>55</sup>

Setelah diberikan pemahaman melalui konseling individual, RMA menyampaikan bahwa,

“Sekarang saya sadar semua mata pelajaran berpengaruh, jadi saya mengerjakan semuanya sesuai jadwal.”<sup>56</sup>

MH menyampaikan bahwa gangguan dari media sosial menjadi penyebab utama menunda tugas. MH menyatakan bahwa,

“Kalau sudah pegang hp, saya lupa waktu dan tugas jadi tertunda.”<sup>57</sup>

Dengan adanya kesepakatan pengurangan waktu bermain hp, MH menambahkan bahwa,

“Saya jadi lebih fokus belajar dan tugas bisa selesai lebih cepat.”<sup>58</sup>

SB menyampaikan bahwa dirinya sering menunda karena bingung harus memulai dari mana. SB menyatakan bahwa,

“Saya sering bingung langkah awal mengerjakan tugas, jadi akhirnya tidak mulai sama sekali.”<sup>59</sup>

---

<sup>55</sup> RMA 24 Juli 2025

<sup>56</sup> RMA 24 Juli 2025

<sup>57</sup> MH 24 Juli 2025

<sup>58</sup> MH 24 Juli 2025

<sup>59</sup> SB 24 Juli 2025

Setelah tugas dibagi menjadi bagian-bagian kecil dalam kontrak perilaku, SB menambahkan bahwa,

“Sekarang saya mulai dari bagian kecil dulu, jadi tidak merasa berat.”<sup>60</sup>

AAM menyampaikan bahwa kurangnya motivasi menyebabkan tugas sering tertunda. AAM menyatakan bahwa,

“Saya merasa malas karena tidak ada target yang jelas.”<sup>61</sup>

Dengan adanya target dan insentif yang disepakati, AAM menambahkan bahwa,

“Saya jadi lebih semangat karena ada tujuan yang ingin dicapai.”<sup>62</sup>

NKA menyampaikan bahwa dirinya sering panik mendekati tenggat waktu. NKA menyatakan bahwa,

“Saya sering mengerjakan tugas terburu-buru karena menunda dari awal.”<sup>63</sup>

Setelah mengikuti konseling individual, NKA menambahkan bahwa,

“Sekarang saya mengerjakan tugas lebih awal, jadi tidak panik lagi.”<sup>64</sup>

---

<sup>60</sup> SB 24 Juli 2025

<sup>61</sup> AAM 24 Juli 2025

<sup>62</sup> AAM 24 Juli 2025

<sup>63</sup> NKA 24 Juli 2025

<sup>64</sup> NKA 24 Juli 2025

ANR menyampaikan bahwa dukungan keluarga membantu perubahan perilaku belajarnya. ANR menyatakan bahwa,

“Setelah orang tua ikut membantu mengingatkan jadwal, saya jadi lebih disiplin.”<sup>65</sup>

NMR menyampaikan bahwa,

“Saya merasa tugas seni budaya tidak terlalu penting, jadi sering menundanya sampai mendekati tenggat waktu.”<sup>66</sup>

NA menyampaikan bahwa,

“Karena tugas utama banyak, saya sering kehabisan waktu untuk mengerjakan seni budaya dan akhirnya dikerjakan terburu-buru.”<sup>67</sup>

AAM menambahkan bahwa,

“Saya baru sadar nilai seni budaya berpengaruh setelah nilai rata-rata saya turun karena tugasnya terlambat dikumpulkan.”<sup>68</sup>

Setelah mengikuti konseling individual dengan teknik behavioral contract, siswa mulai menunjukkan perubahan dalam mengelola waktu. SB menyampaikan bahwa,

“Setelah ada kesepakatan untuk mengerjakan tugas seni budaya maksimal satu hari setelah diberikan, saya jadi tidak menundanya lagi.”<sup>69</sup>

---

<sup>65</sup> ANR 24 Juli 2025

<sup>66</sup> NMR 24 Juli 2025

<sup>67</sup> NA 24 Juli 2025

<sup>68</sup> AAM 24 Juli 2025

<sup>69</sup> SB 24 Juli 2025

SNW menyampaikan bahwa,

“Dengan jadwal yang jelas, saya bisa membagi waktu antara tugas utama dan non-utama tanpa merasa kewalahan.”<sup>70</sup>

NMR menambahkan bahwa,

“Adanya target pribadi membuat saya lebih disiplin dan tidak mengabaikan tugas seni budaya.”<sup>71</sup>

NA menyampaikan bahwa,

“Setelah konseling, saya jadi lebih sadar bahwa semua mata pelajaran penting dan harus dikerjakan tepat waktu.”<sup>72</sup>

AAM menambahkan bahwa,

“Dengan adanya insentif dan konsekuensi yang disepakati, saya lebih termotivasi untuk menyelesaikan semua tugas tanpa menunda.” (Wawancara, 24 Juli 2025).<sup>73</sup>

## B. Pembahasan

### 1. Analisis Hasil Penelitian

Penelitian Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* dalam menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VII MTsN 1 Banjarmasin. Sebelum pelaksanaan layanan konseling, peneliti terlebih dahulu menyebarkan angket prokrastinasi akademik pada tahap pretest dengan tujuan untuk mengukur kondisi awal siswa dan menentukan subjek

---

<sup>70</sup> SNW 24 Juli 2025

<sup>71</sup> NMR 24 Juli 2025

<sup>72</sup> NA 24 Juli 2025

<sup>73</sup> AAM 24 Juli 2025

penelitian. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang bervariasi, mulai dari kategori rendah hingga tinggi. Dari hasil tersebut, diperoleh 11 siswa dengan skor prokrastinasi akademik tertinggi yang kemudian ditetapkan sebagai sampel penelitian sekaligus subjek penerima layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*. Kesebelas siswa tersebut menunjukkan kebiasaan menunda tugas sekolah, kurangnya manajemen waktu belajar, dan rendahnya komitmen dalam menyelesaikan tanggung jawab akademik sehingga dinilai tepat untuk diberikan intervensi.

Setelah dilakukan beberapa sesi konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract*, peneliti kemudian menyebarluaskan angket kembali pada tahap posttest untuk melihat perkembangan siswa setelah perlakuan diberikan. Hasil posttest menunjukkan bahwa sebagian siswa mulai mengalami penurunan skor prokrastinasi, meskipun perubahan yang terjadi pada beberapa siswa masih berada pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling mulai memberikan dampak dalam membantu siswa memahami komitmen belajar dan mematuhi kontrak perilaku yang telah disepakati bersama konselor. Sementara itu, sebagian siswa lainnya belum menunjukkan perubahan yang terlalu signifikan karena masih berada dalam proses penyesuaian terhadap komitmen belajar yang baru dan memerlukan penguatan melalui sesi konseling lanjutan.

Secara keseluruhan, hasil posttest menunjukkan bahwa kesebelas siswa mengalami penurunan skor prokrastinasi akademik secara konsisten

dibandingkan hasil pretest. Rata-rata skor prokrastinasi menurun dari 81,5 pada pretest menjadi 73,6 pada posttest. Penurunan skor ini menunjukkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* memberikan pengaruh nyata dalam mengurangi perilaku menunda tugas pada siswa. Perubahan perilaku yang tampak antara lain siswa mulai menyelesaikan tugas lebih tepat waktu, lebih disiplin dalam mengikuti kegiatan belajar, mulai memiliki target belajar, serta menunjukkan tingkat tanggung jawab akademik yang lebih baik dibandingkan sebelum konseling dilakukan.

Penurunan tingkat prokrastinasi tersebut kemudian diperkuat dengan analisis statistik menggunakan uji Paired Sample t-Test, yang menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest, yang berarti layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* efektif menurunkan prokrastinasi akademik siswa. Selain itu, hasil uji N-Gain sebesar 0,52 berada pada kategori sedang (moderate improvement), yang menunjukkan bahwa teknik ini cukup efektif membantu perubahan perilaku belajar siswa dalam waktu yang relatif singkat.

Dengan demikian, berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari penyebaran angket pada tahap pretest dan posttest serta didukung oleh hasil pengujian statistik, dapat disimpulkan bahwa teknik *Behavioral Contract* memberikan dampak positif dalam membantu siswa mengurangi

perilaku prokrastinasi akademik. Perubahan yang terjadi tidak hanya terlihat pada nilai angket, tetapi juga tampak pada sikap dan perilaku siswa selama proses pembelajaran.

## 2. Keterkaitan dengan Teori

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa setelah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* sejalan dengan teori belajar behavioristik yang dikemukakan oleh B.F. Skinner. Menurut teori *behavioristik*, perilaku manusia dapat dibentuk melalui stimulus dan penguatan (*reinforcement*).<sup>74</sup> Dalam penelitian ini, penerapan teknik *Behavioral Contract* merupakan bentuk penerapan prinsip operant conditioning, di mana perubahan perilaku siswa terjadi karena adanya kesepakatan perilaku yang disertai konsekuensi berupa reward maupun punishment. Hal ini sesuai dengan konsep Skinner (1953) yang menyatakan bahwa perilaku yang diberikan penguatan cenderung akan muncul kembali secara konsisten.<sup>75</sup>

Menurut Stuart & Sundein (2013), *Behavioral Contract* adalah suatu perjanjian antara konselor dan konseli dalam bentuk kontrak yang memuat aturan, tujuan perilaku yang diharapkan, serta konsekuensi yang akan diterima siswa apabila melanggar atau mematuhi aturan tersebut. Dalam penelitian ini, kontrak perilaku dibuat bersama antara peneliti dan

---

<sup>74</sup> Putra, A. Y. (2020). *Penerapan Teori Operant Conditioning B.F. Skinner dalam Modifikasi Perilaku Siswa*. Jurnal Konseling Pendidikan, 8(2), 101–108

<sup>75</sup> Hastuti, R. (2019). *Penerapan Teknik Behavioral Contract dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMP*. Jurnal Fokus Konseling, 5(2), 120

siswa agar siswa memiliki komitmen terhadap perubahan perilaku belajar, misalnya menyelesaikan tugas tepat waktu, mematuhi jadwal belajar yang telah disepakati, serta mengurangi kebiasaan menunda. Keberhasilan konseling ini ditunjukkan dari menurunnya skor prokrastinasi pada seluruh subjek penelitian pada tahap Posttest.<sup>76</sup>

Selain itu, hasil penelitian ini mendukung teori Self-Regulated Learning yang dikemukakan oleh Zimmerman (2002) , yang menjelaskan bahwa perilaku belajar yang baik dapat dikembangkan melalui pengaturan diri, perencanaan belajar, dan pengendalian perilaku. Melalui *Behavioral Contract*, siswa belajar menyusun target belajar, menuliskan kewajiban akademik, serta membuat kesepakatan perilaku yang membantu meningkatkan pengendalian diri. Hal inilah yang menyebabkan siswa secara perlahan dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.<sup>77</sup>

Lebih lanjut, konseling ini juga sesuai dengan pendekatan Behavioral Counseling menurut Gerald Corey (2016) , yang menekankan bahwa perubahan perilaku dapat dicapai melalui latihan berulang, komitmen, dan dukungan konselor. Pada penelitian ini, konselor tidak hanya memberi kontrak perilaku, tetapi juga melakukan monitoring dan evaluasi selama proses konseling berlangsung. Proses ini mendorong siswa

---

<sup>76</sup> Wulandari, S. (2021). *Self Regulated Learning dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 12(1), 45

<sup>77</sup> Pratama, H. & Lestari, D. (2020). *Pendekatan Behavioral dalam Layanan Konseling untuk Mengubah Perilaku Siswa*. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia, 6(3), 55

untuk lebih bertanggung jawab terhadap konsekuensi pilihannya, sehingga terjadi perubahan perilaku positif secara bertahap.<sup>78</sup>

### 3. Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu dan Implikasi

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang membuktikan bahwa teknik *Behavioral Contract* efektif dalam menangani masalah perilaku belajar, khususnya prokrastinasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Ilma (2022) menunjukkan bahwa penerapan teknik *Behavioral Contract* dalam layanan konseling individual mampu menurunkan tingkat prokrastinasi siswa SMP secara signifikan. Hal ini dikarenakan kontrak perilaku membantu siswa menyusun komitmen belajar dan bertanggung jawab terhadap target akademik yang telah mereka sepakati bersama counselor. Temuan ini mendukung hasil penelitian di MTsN 1 Banjarmasin yang menunjukkan bahwa setelah diberikan kontrak perilaku, siswa mulai menunjukkan perubahan komitmen belajar dan kedisiplinan dalam mengerjakan tugas.<sup>79</sup>

Penelitian ini juga diperkuat oleh temuan Bagus Erie Wijaksono (2019) yang menyatakan bahwa *Behavioral Contract* dapat meningkatkan motivasi belajar serta kepatuhan terhadap jadwal belajar pada siswa SMP. Penelitiannya menegaskan bahwa kontrak perilaku efektif karena adanya penguatan positif (reward) dan penguatan negatif (punishment) yang mendorong siswa untuk mematuhi aturan perilaku yang telah dirumuskan.

<sup>78</sup> Hastuti, R. (2019). *Penerapan Teknik Behavioral Contract dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMP*. *Jurnal Fokus Konseling*, 5(2), 120

<sup>79</sup> Ilma, N. (2022). Efektivitas Teknik Behavioral Contract untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan*, 10(1), 45

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan di MTsN 1 Banjarmasin, di mana reward sederhana seperti pujian, pengakuan, dan penilaian positif berhasil meningkatkan dorongan belajar siswa sehingga kebiasaan menunda mulai berkurang.<sup>80</sup>

Selain itu, penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Adiwirawan (2021) yang menyatakan bahwa kontrak perilaku merupakan salah satu teknik yang efektif digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling sekolah untuk mengatasi perilaku menyimpang ringan seperti malas belajar, menunda tugas, dan kurang disiplin akademik. Hal ini terjadi karena kontrak perilaku memberikan kejelasan aturan dan batasan perilaku, sehingga siswa lebih mudah mengendalikan kebiasaan negatif yang selama ini dilakukan. Konsistensi temuan dengan beberapa penelitian terdahulu ini semakin memperkuat bahwa *Behavioral Contract* merupakan teknik konseling yang efektif diterapkan untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa tingkat SMP/MTs.<sup>81</sup>

Dari hasil penelitian ini, terdapat implikasi penting bagi implementasi layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya di MTsN 1 Banjarmasin. Pertama, layanan konseling individual dengan teknik *Behavioral Contract* dapat dijadikan strategi intervensi yang sistematis untuk menangani masalah prokrastinasi akademik siswa. Kedua, teknik ini efektif diterapkan karena melibatkan komitmen siswa secara langsung serta

<sup>80</sup> Wijaksono, B. E. (2019). Penerapan Teknik Behavioral Contract dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 3(2), 213

<sup>81</sup> Adiwirawan, G. (2021). Teknik Behavioral Contract dalam Layanan Konseling Individu. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 12(2), 55

adanya kerja sama aktif antara guru BK, siswa, dan bila perlu orang tua. Ketiga, penelitian ini menjadi bukti bahwa permasalahan kedisiplinan belajar tidak hanya dapat ditangani melalui teguran atau hukuman, tetapi melalui pendekatan psikologis dan edukatif yang memfokuskan pada pembentukan tanggung jawab dan pengelolaan perilaku. Oleh karena itu, disarankan agar guru BK di MTsN 1 Banjarmasin menjadikan teknik *Behavioral Contract* sebagai alternatif layanan intervensi dalam program bimbingan dan konseling di sekolah.