

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah proses yang membentuk dan mengembangkan potensi manusia melalui pembelajaran, pengajaran dan pengalaman untuk mencapai pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai-nilai yang diperlukan dalam kehidupan. Merujuk pada teori konstruktivisme dalam filsafat pendidikan, konstruktivisme adalah suatu upaya yang bersifat membangun. Dalam hal ini teori konstruktivisme membangun dari segi kemampuan, pemahaman dalam proses pembelajaran,<sup>1</sup> karena bersifat membangun, maka diperlukan pembelajaran yang efektif karena menekankan pada keterlibatan aktif para peserta didik atau siswa.

Pembelajaran efektif menurut Wina Sanjaya, adalah pengajaran yang mampu melahirkan proses belajar yang berkualitas, yaitu proses belajar yang melibatkan partisipasi dan penghayatan peserta didik secara intensif.<sup>2</sup> Kondisi seperti ini merupakan kondisi ideal di mana siswa aktif dalam proses pembelajaran. Namun, realitas yang terjadi di lapangan proses pembelajaran seringkali dipengaruhi

---

<sup>1</sup> Suparlan, "Teori Konstruktivisme Dalam Pembelajaran", *Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, Vol.1, No.2 (Juli 2019):82

<sup>2</sup>Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan* (Jakarta: Kencana,2016) :52

oleh tingkah laku siswa sehingga pembelajaran tidak efektif salah satunya yaitu perilaku *off task*.

Perilaku *off task* adalah masalah umum yang selalu terjadi di kalangan pelajar atau siswa, di mana siswa sering melakukan aktivitas lain ketika pembelajaran sedang berlangsung. *Off task* adalah perilaku atau tindakan siswa yang terlibat dalam kegiatan yang tidak berhubungan dengan proses belajar atau perilaku siswa yang tidak sesuai dari tujuan proses belajar yang sedang berlangsung.<sup>3</sup> Menurut Sukiman ada tingkah laku yang tidak diharapkan kemunculannya dalam keadaan belajar di kelas, yaitu perilaku *off task*. Perilaku tersebut bersifat mengganggu serta kemunculannya tidak diharapkan saat pembelajaran sedang berlangsung.<sup>4</sup> Sedangkan menurut Becker, perilaku *off task* adalah siswa melepaskan sepenuhnya dari lingkungan belajar dan melibatkan diri pada sesuatu yang tidak berkaitan dengan belajar.<sup>5</sup> Dari pendapat tersebut dapat dipahami bahwa perilaku *off task* bersifat mengganggu karena melibatkan diri pada hal yang tidak berkaitan dengan proses belajar.

---

<sup>3</sup> Febranti, Yeni Elviza, Suhaili Neviyarni, " Analisis Perlaku Off Task Siswa", *JPGI Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, Vol.6, No.1 (2021):2

<sup>4</sup> Maulana, Muhammad Arief, " Perilaku Off Task Dalam Pembelajaran", *Jurnal Advice*, Vol.1, No.1 (Juni 2019):29

<sup>5</sup> Becker, W.C, dkk "The Contingent Use Of Teacher Attention And Praise In Reducing Classroom Behavior Problems". *Journal Of Special Education*, Vol. 1, No.3: 287-307

Bentuk perilaku *off task* menurut Shapiro terdiri dari 3 aspek yaitu; *off task motoric behaviors*, yaitu kegiatan di luar kegiatan belajar yang dilakukan siswa dengan melakukan gerakan-gerakan tubuh seperti berjalan, memainkan benda-benda sekitar, menggambar, keluar masuk kelas saat pembelajaran berlangsung. *Off task verbal behaviors*, yaitu kegiatan di luar kegiatan belajar yang mengganggu lewat suara seperti berbicara atau bercerita, bernyanyi, bersiul, berteriak. *Off task passive behaviors*, yaitu kegiatan yang dilakukan siswa di luar pembelajaran yang sedang berlangsung dengan tidak terlibat dalam kegiatan belajar di kelas, seperti tidur, melamun, dan menatap keluar ruangan.<sup>6</sup> Bentuk-bentuk perilaku *off task* tersebut, sering dijumpai di sekolah seperti halnya di SMPN 1 Sopai.

Berdasarkan hasil observasi di SMPN 1 Sopai pada tanggal 24 Februari 2026 di kelas VIII A yang terdiri dari 32 siswa, ditemukan bahwa selama proses pembelajaran sedang berlangsung, peneliti mengamati perilaku *off task* pada 15 siswa yaitu siswa sering melamun, berbicara atau bercerita dengan teman sebangku di luar materi pelajaran, menggambar, keluar masuk kelas. Dari hasil wawancara dengan guru wali kelas VIII A (Ibu Nieske) pada tanggal 24 Februari 2026 diketahui bahwa beberapa siswa memiliki perilaku

---

<sup>6</sup> Putri Erlisa dan Yarni, “ Mengatasi Perilaku Off-Task Pada Siswa Melalui Pendekatan Konseling Behavioral SMP Negeri 5 Bukittinggi”, *Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya*, Vol. 3, No.1 (Februari 2023):15

*off task* yang sering dilakukan kebanyakan adalah menggambar saat proses pembelajaran sedang berlangsung, dan juga bercerita dengan teman sebangku.<sup>7</sup> Perilaku-perilaku tersebut dapat memberi dampak negatif bagi siswa jika terus dibiarkan dan dapat merugikan siswa.

Adapun dampak negatif dari perilaku *off task* menurut Becker yaitu perilaku *off task* berdampak pada prestasi dan pemahaman siswa terhadap pelajaran yang di ikuti.<sup>8</sup> Sejalan dengan pandangan Becker, perilaku *off task* yang ditemukan pada siswa kelas VIII A SMPN 1 Sopai seperti halnya menggambar dan bercerita di luar materi berpotensi memberikan dampak negatif nyata berupa penurunan prestasi serta terhambatnya pemahaman siswa terhadap pelajaran yang di ikuti. Menurunnya prestasi siswa akibat kurang memperhatikan pembelajaran ketika sedang berlangsung merupakan dampak utama dalam perilaku *off task*. Adapun dampak perilaku *off task* berdasarkan temuan Widiastuti adalah dapat mengakibatkan penurunan nilai akademis dan rendahnya pencapaian prestasi.<sup>9</sup> Selain itu menurut Mukti, dkk, menjelaskan bahwa perilaku *off task* siswa dapat membuat kelas menjadi tidak aman dan mengganggu proses kegiatan pembelajaran sehingga keberhasilan akademik kurang baik

---

<sup>7</sup> Nieske, Guru Wali Kelas VIII A SMPN 1 Sopai, *Wawancara*, Toraja Utara 24 Februari 2026

<sup>8</sup> Becker, W.C, dkk "The Contigent Use Of Teacher Attention And Praise In Reducing Classroom Behavior Problems". *Journal Of Special Education*, Vol. 1, No.3:308

<sup>9</sup> Tri Widiastuti, "Reduksi Perilaku Off-Task Melalui Manajemen Kelas Berbasis Bimbingan" (Universitas Pendidikan Indonesia,2017):5

dan prestasi siswa jadi rendah.<sup>10</sup> Perilaku *off task* ini berdampak pada pembelajaran siswa dan dapat menghambat keberhasilan belajar karena pemahaman materi yang kurang akibat tidak memperhatikan pelajaran. Merujuk pada dampak tersebut, maka perlu dilakukan upaya untuk mengatasi masalah perilaku *off task*, yaitu melalui layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Di mana pimpinan kelompok menyediakan informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Menurut Nuhrisan bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap seseorang yang dilakukan dalam situasi berkelompok. Dalam bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian berbagai macam informasi baik itu tentang masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.<sup>11</sup> Dalam bimbingan kelompok aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah siswa. Untuk mencapai tujuan dalam layanan

---

<sup>10</sup> Nurul Ilmi, dkk, "Analisis Perilaku Off-Task dan Penanganannya", *Journal Of Education*, Vol.4, No.2 (2024):4

<sup>11</sup> Fikriyani, Devi Nurul, "Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Dalam Meningkatkan Eksplorasi Karir Siswa", *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, Vol.8, No.2 (2023) :97

bimbingan kelompok maka dapat dilaksanakan melalui berbagai teknik sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan. Salah satu teknik yang dipandang sesuai dengan masalah tersebut ialah teknik *behavior contract*.

*Behavior contract* adalah kesepakatan tertulis antara kedua belah pihak. *Behavior contract* menurut Elford, Brandley T sebagaimana dikutip oleh Titis Indari adalah sebuah perjanjian tertulis antara dua orang atau lebih di mana salah satu atau keduanya sepakat untuk ikut serta dalam sebuah perilaku target.<sup>12</sup> Menurut Fauzan *behavior contract* adalah suatu tindakan perjanjian antara konselor dan konseli yang bertujuan untuk mengubah suatu perilaku tertentu dengan memberikan suatu kesepakatan antara konsekuensi yang diterima jika hal tersebut tidak berubah.<sup>13</sup> Jadi, *behavior contract* adalah suatu tindakan perjanjian yang disepakati antara konselor dan konseli dengan menetapkan suatu perilaku yang akan diubah. Dari hasil observasi diketahui bahwa selama ini upaya yang dilakukan guru di sekolah untuk perilaku *off task* ini hanya sebatas menegur, sehingga kurang efektif untuk mengurangi perilaku *off task* siswa. Salah satu teknik yang dinilai efektif untuk mengatasi perilaku *off task*

---

<sup>12</sup> Titis Indari, "Konseling Individu Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah di SMK", *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, Vol.3, No.1 (Des 2023):17

<sup>13</sup> Arsewenda dan Yunita, " Efektifitas Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Peserta Didik Kelas XI BDP SMK Negeri 1 Metro", *Jurnal Guru Indonesia*, Vol.1, No.6 (2021):283

yaitu *behavior contract* dan ini juga telah diteliti dalam berbagai penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Irna Julyarti, dkk yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Dalam Mereduksi Perilaku *Off Task*” dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku efektif dalam mereduksi perilaku *off task* siswa kelas VIII di SMPN 30 Kota Tangerang.<sup>14</sup> Penelitian terdahulu dan penelitian ini memiliki persamaan pada teknik yang digunakan yaitu *behavior contract* pada perilaku *off task* siswa. Namun, terdapat perbedaan dalam penelitian ini, penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan konseling, dan perbedaan selanjutnya terletak pada tempat penelitian.

Penelitian tentang perilaku *off task* siswa juga pernah diteliti oleh Novita Sari, dkk yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Simbolik Untuk Mengurangi Perilaku *Off Task* Siswa” dengan metode *pre-eksperimen*. Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif dalam mengurangi perilaku *off task* siswa

---

<sup>14</sup> Julyarti Irna,dkk, “ Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Dalam Mereduksi Perilaku Off Task”, *Jurnal Penelitian Nusantara*, Vol.1, No.7(Juli 2025): 110

kelas VIII A SMP Negeri 5 Kota Gorontalo. Penelitian terdahulu dan penelitian ini memiliki persamaan pada layanan yang digunakan yaitu bimbingan kelompok dan juga terletak pada metode yang digunakan yaitu *pre-eksperimen*, dan perbedaan dari penelitian ini yaitu terletak pada teknik yang digunakan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Behavior Contract* Terhadap Perilaku *Off Task* Siswa Kelas VIII A SMPN 1 Sopai”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu; bagaimana pengaruh bimbingan kelompok teknik *behavior contract* terhadap perilaku *off task* siswa kelas VIII A SMPN 1 Sopai?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik *behavior contract* terhadap perilaku *off task* siswa kelas VIII A SMPN 1 Sopai.



#### **D. Manfaat**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi berupa materi untuk mahasiswa IAKN Toraja, khususnya untuk program Studi Bimbingan dan Konseling Kristen mengenai efektivitas penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *behavior contract*.

##### **2. Manfaat Praktis**

- a. Kepada guru BK, dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai penerapan teknik *behavior contract* dalam layanan bimbingan kelompok dalam menangani masalah pada siswa salah satunya perilaku *off task*
- b. Bagi peneliti, memberikan pemahaman baru dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama pada penggunaan teknik *behavior contract* dalam bimbingan kelompok.
- c. Bagi siswa, diharapkan penelitian ini memberikan pemahaman bagi siswa untuk berkomitmen pada kesepakatan tertulis yang telah dibuat dan belajar bertanggung jawab atas konsekuensi dari perilaku mereka sendiri.