



**PENERAPAN TEKNIK KONTRAK
PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN
KONSENTRASI BELAJAR AL-QUR'AN
SISWI SDI SAHABAT BERLIAN GENDONG
LAREN LAMONGAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan
Ampel Surabaya Guna Memenuhi Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana (S.Sos)

Oleh :

SITI NURDHIKRIANA
NIM. B03217041

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN
KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN
KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN
AMPEL SURABAYA
2021**

PERNYATAAN PERTANGGUNG JAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrohim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Siti Nurdhikriana

NIM : B03217041

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Dsn. Banturejo Ds. Brumbun Kec. Maduran Kab. Lamongan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik yakni Sarjana.
2. Skripsi ini benar merupakan hasil karya saya pribadi dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terdapat pembuktian skripsi ini adalah hasil plagiasi, saya bersedia bertanggung jawab atas segala konsekuensi yang diberikan.

Surabaya, 09 Februari 2021

Yang Menyatakan,



Siti Nurdhikriana

B03217041

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Siti Nurdhikriana
Nim : B03217041
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Penerapan Teknik Kontrak Perilaku
Untuk Meningkatkan Konsentrasi
Belajar Al-Qur'an Siswi SDI Sahabat
Berlian Gendong Laren Lamongan

Skripsi ini sudah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan

Surabaya, 09 Februari 2021
Menyetujui Pembimbing,



Dr. Hi. Sri Astutik, M.Si

NIP. 19590205 198603 2 004

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Penerapan Teknik Kontrak Perilaku
Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an
Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan
SKRIPSI

Di susun Oleh
Siti Nurdhikriana
B03217041

Telah diuji dan dinyatakan lulus ujian Sarjana Strata
Satu Pada Tanggal 11 Februari 2021
Tim Penguji

Penguji I



Dr. Hj. Sri Astuti, M.Si

NIP.195902051986032004

Penguji II



Dr. Rudy Al-Hana, M.Ag.

NIP.196803091991031001

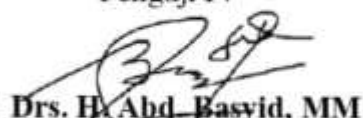
Penguji III



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I

NIP.196303031992032002

Penguji IV

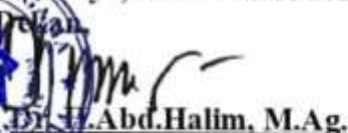


Drs. H. Abd. Basvid, MM

NIP.196009011990031002



Surabaya, 21 Februari 2021



Dr. H. Abd. Halim, M.Ag.

NIP.196307251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Siti Nurdhikriana
NIM : B03217041
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam (BKI)
E-mail address : sitiinurdhikriana5@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an
Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan**

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 30 Juni 2022

Penulis

(*Siti Nurdhikriana*)

ABSTRAK

Siti Nurdhikriana (B032141), *Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan.*

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana proses penerapan *Teknik Kontrak Perilaku* dalam upaya meningkatkan konsentrasi belajar Al-Qur'an siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan? (2) bagaimana hasil penerapan *Teknik Kontrak Perilaku* dalam upaya meningkatkan *konsentrasi belajar Al-Quran* siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan?.

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan dilakukan dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif, yakni dengan membandingkan perilaku konseli sebelum, saat dan sesudah dilakukan proses penerapan *Teknik Kontrak Perilaku*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *Teknik Kontrak Perilaku* dalam upaya meningkatkan konsentrasi belajar pada siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan.

Untuk menjelaskan proses dan hasil proses tersebut, peneliti melakukan beberapa tahapan, yakni; Memilih tingkah laku yang diubah menggunakan analisis ABC; Menentukan dan memberikan penguatan;. Dan hasil akhir dari proses konseling ini tergolong berhasil karena dapat memenuhi tiga indikator keberhasilan.

Kata Kunci : *Teknik Kontrak Perilaku, Konsentrasi Belajar*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

Judul Penelitian

Persetujuan Pembimbing i

Persetujuan Penguji ii

Motto dan Persembahan iii

Pernyataan Otentisitas Skripsiiv

Abstrakv

Kata Pengantarvi

Daftar Isi..... vii

Daftar Tabelx

BAB I PENDAHULUAN1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah.....5

C. Tujuan Penelitian.....5

D. Manfaat Penelitian.....6

E. Definisi Konsep8

F. Sistematika Pembahasan.....10

BAB II KAJIAN TEORITIK.....13

A. Kajian Teori..... 13

1. Teknik Kontrak Perilaku 13

a. Pengertian Teknik Kontrak Perilaku.13

b. Tujuan Kontrak Perilaku..... 14

c. Manfaat Kontrak Perilaku..... 14

d.	Langkah-Langkah Pelaksanaan Teknik Kontrak Perilaku.....	15
2.	Kosentrasi Belajar Al-Qur'an	16
a.	Pengertian Kosentrasi Belajar Al-Qur'an.....	16
b.	Manfaat Kosentrasi.....	18
c.	Faktor-Faktor yang Menyebabkan Gangguan Kosentrasi Belajar.....	18
d.	Indikator Kosentrasi Belajar.....	19
3.	Teknik Kontrak Perilaku dalam Meningkatkan Kosentrasi Belajar Al-Qur'an.....	20
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan	21
BAB III : METODE PENELITIAN		22
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian	22
B.	Lokasi Penelitian.....	23
C.	Jenis dan Sumber Data	24
D.	Tahap-Tahap Penelitian.....	26
E.	Teknik Pengumpulan Data	26
F.	Teknik Validitas Data	29
G.	Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV : HASIL PENELITIAN.....		32
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian	32
1.	Deskripsi Lokasi Penelitan	32
a.	Profil Sekolah	32
b.	Visi dan Misi Sekolah.....	34
c.	Data Guru dan Karyawan	34
d.	Data Siswa	36
e.	Sarana dan Prasarana	38

2.	Deskripsi Konselor dan Konseli	41
a.	Deskripsi Konselor	41
b.	Deskripsi Konseli	43
3.	Deskripsi Masalah	45
B.	Penyajian Data	46
1.	Deskripsi Proses Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an	47
2.	Deskripsi Hasil Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al- Qur'an	87
C.	Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)	
1.	Prespektif Teori	97
2.	Prespektif Islam	100
BAB V PENUTUP		103
A.	Kesimpulan	103
B.	Rekomendasi	104
C.	Keterbatasan Penelitian	105
DAFTAR PUSTAKA		107
LAMPIRAN		110

UNIVERSITAS SUNAN AMPEL
SURABAYA

BAB I

PENDAULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk yang diciptakan dalam bentuk yang lebih sempurna daripada makhluk yang lainnya. Selama proses pertumbuhan dan perkembangan, manusia tidak bisa lepas dari yang namanya pendidikan, oleh karena itu manusia dijuluki sebagai makhluk yang dididik (*animal educandum*) dan juga makhluk yang mendidik (*animal educandus*). Dalam menjalani kehidupan sehari-hari manusia selalu terlibat dalam proses pendidikan baik terhadap dirinya sendiri maupun orang lain.

Pendidikan merupakan proses pembelajaran, pengetahuan, keterampilan dan kebiasaan yang terus berkembang dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui bentuk pengajaran, pelatihan dan penelitian sehingga individu dapat bertanggung jawab atas tindakannya.² Di dalam UU Nomor 2/1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 1 dijelaskan bahwa pendidikan adalah usaha yang dilakukan secara sadar melalui bimbingan, pengajaran dan pelatihan guna menyiapkan peserta didik sehingga dapat bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri, keluarga, masyarakat, bangsa, dan negara.³ Melalui pendidikan individu dapat belajar banyak hal, belajar adalah proses perubahan dalam

² Syah Muhibbin, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal. 11.

³ Muhaimin, *Paradigma Pendidikan Islam*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), hal. 37

bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas yang melibatkan proses kognitif, sehingga menghasilkan perilaku yang menetap.

Belajar merupakan suatu praktek atau latihan yang melibatkan kognitif dan interaksi antara stimulus dan respon sehingga terjadi perubahan tingkah laku secara permanen. Di dalam proses belajar dibutuhkan konsentrasi yang bagus. Konsentrasi belajar merupakan pemusatan pikiran pada pelajaran dan mengesampingkan hal-hal yang lainnya.⁴

Konsentrasi belajar adalah suatu proses pemusatan perhatian pancaindra dan pikiran secara penuh kepada mata pelajaran dan mengabaikan yang tidak berhubungan dengan pelajaran.^{5,6} Konsentrasi belajar sangat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman, karena konsentrasi adalah modal utama siswa dapat menerima pelajaran dan indikator tercapainya proses pembelajaran di kelas.⁷ Namun banyak sekali siswi siswi yang kurang konsentrasi dalam belajar selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Kurangnya atau kehilangan konsentrasi belajar ini dapat disebabkan oleh beberapa factor baik yang berasal dari internal seperti kondisi fisik dan

⁴ Dimiyati dan Mujiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hal. 239.

⁵ Thursan Hakim, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, (Jakarta: Puspa Swam, 2002), hal. 1.

⁶ Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995), hal. 54.

⁷ Ria Aviana, "Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Ssiwa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pembelajaran Ssiwa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang" *Jurnal Penddiikan Sains* Vol. 2 No. 1 (1 Marer 2015), hal. 30.

psikis siswa maupun factor dari luar seperti kondisi ruangan dan juga guru.

Apabila siswa kurang konsentrasi dalam belajar maka proses pembelajaran tidak bisa optimal, sehingga individu menjadi tidak serius belajar dan akhirnya berdampak pada pemahaman materi serta hanya membuang waktu, tenaga, serta biaya. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 45 agar manusia khusyu' dalam mengerjakan sesuatu:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

*Artinya: “Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu. Dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuk.”*⁸

Kandungan ayat ini menjelaskan bahwa melakukan apapun hendaknya dilakukan dengan khusyu' agar kita merasa lebih ringan. Begitu pula dengan konsentrasi belajar, apabila siswa dapat berkonsentrasi dengan baik maka akan meningkatkan kualitas pemahaman dalam belajar dan mudah menerima materi yang disampaikan.

Di era new normal ini SDI Sahabat Berlian mulai melakukan pembelajaran tatap muka, dalam hal ini siswa siswi dituntut untuk beradaptasi belajar di era new normal yang semula pembelajaran dilakukan secara daring hingga berbulan-bulan kini pembelajaran mulai dilakukan secara tatap muka di

⁸ Tim Penerbit, *Mushaf Aisyah Al-Qur'an dan Terjemah untuk Qanita*, (Jakarta: Jabal, 2010), hal. 7.

kelas. Dalam hal ini terdapat salah satu siswi Sekolah Dasar Islam Sahabat Berlian yang mengalami masalah konsentrasi dalam belajar. Ketika pelajaran di dalam kelas berlangsung perhatian konseli tidak tertuju pada guru yang sedang menjelaskan materi, konseli asyik bermain benda-benda yang ada di hadapannya seperti pensil, penghapus, kotak pensil serta mengeluh mengantuk serta sakit perut sehingga ketika guru yang mengajar memberikan pertanyaan jawaban yang diberikan konseli kurang tepat atau bahkan diam tidak menjawab..

Melihat fenomena ini peneliti menggunakan Teknik Pembuatan Kontrak guna membantu konseli konsentrasi dalam belajar, teknik pembuatan kontrak adalah merupakan suatu perjanjian yang dibuat antara dua pihak yakni konselor dan konseli untuk memodifikasi perilaku, dan konselor akan memberikan reward dan punishment yang sudah disepakati. Jika perilaku yang sudah disepakati sudah dijalankan maka konseli akan mendapatkan reward dan sebaliknya jika konseli melanggar maka akan mendapatkan punishment. Kontrak perilaku menekankan harapan dan tanggung jawab konseli yang harus dipenuhi serta harus siap menghadapi konsekuensinya.⁹

Teknik kontrak perilaku digunakan karena mampu meningkatkan konsentrasi belajar siswa mengikuti pembelajaran di kelas maupun di luar kelas dan bertanggung jawab atas perjanjian yang telah disepakati bersama, Selain itu dengan menggunakan teknik kontrak perilaku ketika konseli sudah berjanji

⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konselng & Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 2013), hal. 197.

akan merubah perilakunya yang kurang benar dan mampu memunculkan perilaku baru yang diinginkan sesuai yang sudah di jadwalkan maka konseli tersebut berhak mendapatkan sebuah reward.

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Teknik Pembuatan Kontrak (Contingency Contracting) Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dibuat, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses pelaksanaan teknik kontrak perilaku untuk meningkatkan konsentrasi belajar Al-Qur'an siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan?
2. Bagaimana hasil penerapan kontrak perilaku untuk meningkatkan konsentrasi belajar Al-Quran siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat, maka peneliti merumuskan tujuan dari penelitian ini, antara lain:

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan teknik kontrak perilaku untuk meningkatkan konsentrasi belajar Al-Qur'an siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan.
2. Untuk mengetahui hasil penerapan pelaksanaan teknik kontrak perilaku untuk meningkatkan konsentrasi belajar Al-Qur'an siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan.

D. Manfaat Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian yang dilakukan, peneliti berharap memperoleh manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penerapan teknik kontrak perilaku dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan informasi sekaligus menambah wawasan bagi konselor di luar sana dan kepada semua pihak yang berminat aktif dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam khususnya di UINSA.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi rujukan dalam menangani masalah konsentrasi belajar. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan, pengetahuan dan informasi tentang teknik kontrak perilaku khususnya orang tua dan guru terkait pentingnya konsentrasi belajar juga bagi para pembaca diharapkan penelitian ini mampu memberikan manfaat dan bisa diterapkan dalam menangani masalah yang sama.

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Adapun penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Rodhotul Maulidiyah (2019) *Konseling Islam dengan Teknik Kontrak Perilaku Dalam Meningkatkan Sikap Disiplin Seorang Siswa di Madrasah Alyah Bilingual Al-AManah Juwangi Keian Sdioarjo*. Skripsi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

a. Persamaan:

Dalam hal ini skripsi sama-sama melakukan penelitian menggunakan Teknik Kontrak perilaku dalam menyelesaikan masalah konseli.

b. Perbedaan:

Perbedaan dalam skripsi ini yakni pada masalah yang ditangani yakni dalam penelitian ini menerapkan teknik pembuatan Kontrak untuk meningkatkan sikap disiplin belajar pada siswa MA, sedangkan peneliti menerapkan Teknik Kontrak perilaku guna untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada siswi SDI.

2. Umi Solicha (2018) Upaya Mengatasi Gangguan Konsentrasi Anak dalam Belajar Membaca Al-Qur'an Melalui Teknik Applied Behaviour Analysis di Desa Karangbong Kecamatan Gedagangan Kabupaten Sidoarjo. Skripsi Universtas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

a. Persamaan :

Dalam skripsi ini sama-sama memberikan teknik dengan tujuan untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada anak.

b. Perbedaan :

Perbedaan dalam skripsi ini yaitu pada teknik yang dipakai dalam meningkatkan konsentrasi belajar. Pada skripsi ini menggunakan teknik Applied Behaviour Analysis. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti menggunakan Teknik Pembuatan Kontrak untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

3. Sairotul Uly Fiyati (2019) *Konseling Islam Melalui Token Ekonomi dalam Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Seorang Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) di SLB C Kemala Bhayangkari 2 Gresik.*

- a. **Persamaan:**

Persamaan dalam skripsi ini adalah samasama mengkaji tentang konsentrasi belajar.

- b. **Perbedaan:**

Perbedaan dalam skripsi ini yaitu pada teknik yang dipakai dan subjeknya, dalam penelitian ini menggunakan teknik Token Ekonomi dan subjeknya adalah anak ADHD. Sedangkan dalam penelitian yang diteliti oleh peneliti menggunakan Teknik Pembuatan Kontrak dan subjeknya adalah seorang siswi SDI.

F. Definisi Konsep

Untuk lebih memahami penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, maka akan dijelaskan dalam definisi konsep sesuai dengan judul yang dibuat. Hal ini untuk mengetahui penjelasan dan juga makna terkait judul, sehingga dapat menghindari kesalahan penafsiran tentang inti permasalahan yang dikaji.

1. **Teknik Kontrak Perilaku**

Teknik kontrak perilaku ialah teknik yang dilakukan dua orang atau lebih untuk melakukan kesepakatan atau perjanjian dalam mengkondisikan atau mengubah perilaku tertentu

pada konseli.¹⁰ Kontrak perilaku merupakan perjanjian secara tertulis maupun lisan yang dilakukan antara konselor dan konseli, dalam hal konselor memberikan motivasi, batasan dan tugas yang harus dilakukan konseli.

Kontak perilaku adalah perjanjian yang dilakukan oleh konseli untuk mengubah perilakunya, dimana konseli sudah mengetahui perilakunya yang kurang tepat.^{11 12} Kontrak perilaku juga dapat diartikan kesepakatan yang dilakukan untuk membentuk perilaku yang diinginkan dan jika konseli dapat menjalankan perilaku yang sudah disepakati maka akan mendapatkan hadiah sesuai dengan kesepakatan yang dibuat. karena teknik ini lebih menekankan pemberian hadiah daripada punishment.¹³

2. Konsentrasi Belajar Al-Qur'an

Konsentrasi berasal dari bahasa latin "centrum" artinya poros, pusat dan setelah itu dibentuk kata kerja "concentrate" yang berarti memusatkan, memekatkan. Jadi secara bahasa konsentrasi adalah kegiatan memusatkan sedangkan secara istilah konsentrasi belajar

¹⁰ Gantina Kumalasari, dkk., *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: indeks, 2011), hal. 172.

¹¹ Zakki Nurul Amin, *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori Contoh dan Aplikasi Penerapan)*, (Semarang: UNNES Press, 2017), hal. 32.

¹² Akmal Sutja, *Teori dan Aplikasi Konseling*. (Yogyakarta: WR, 2016), hal. 62.

¹³ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2008), hal. 120.

adalah usaha untuk memfokuskan atau memusatkan pikiran terhadap suatu materi yang dipelajari.¹⁴ Al-Qur'an menurut bahasa adalah bacaan.¹⁵

Adapun menurut istilah para ulama Al-Qur'an adalah kitab yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW melalui perantara Jibril yang dinukilkan secara mutawatir dimana membacanya adalah ibadah, dimulai dari surah Al-Fatihah dan diakhiri dengan surah An-Nas.¹⁶ Konsentrasi belajar merupakan pemusatan pikiran pada pelajaran dan mengesampingkan hal-hal yang lainnya.¹⁷ jadi konsentrasi belajar Al-Qur'an adalah memusatkan perhatian pancaindra dan pikiran secara penuh pada kitab Al-Qur'an.¹⁸

Indikator anak dikatakan konsentrasi ada tiga point yakni, afektif, kognitif dan psikomotorik. Dalam hal ini konsentrasi belajar Al-Qur'an yang dimaksud adalah dalam hal hafalan, mengaji dan juga menulis.

G. Sistematika Pembahasan

Pada laporan ini, sistematika pembahasan yang dibuat oleh peneliti adalah sebagai berikut:

¹⁴ Agus M. Hardjana, *Kiat Sukses Studi di Perguruan Tinggi*, (Yogyakarta: Kaisius, 1994), hal. 91.

¹⁵ Aminudin, et. all., *Pendidikan Agama Islam Untuk Perguruan Tinggi Umum*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2005), hal. 45.

¹⁶ M. Quraish Shihab, et. all., *Sejarah dan Ulum Al-Qur'an*, (Jakarta: Pusataka Firdaus, 2008), hal. 13.

¹⁷ Dimiyati dan Mujiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hal. 239.

¹⁸ Thursan Hakim, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal. 1

BAB I : PENDAHULUAN

Dalam bagian ini dijelaskan tentang Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, serta bagian akhir yaitu Sistematika Pembahasan.

BAB II : KAJIAN TEORITIK

Dalam bab 2 dijelaskan tentang Kajian Teoritik yang didalamnya membahas terkait variabel yang dikaji yakni Teknik Kontrak Perilaku, Tahap-Tahap Pelaksanaan Teknik Kontrak Perilaku. Kemudian permasalahan yang dibahas adalah Konsentrasi Belajar yang terdiri dari Pengertian Konsentrasi Belajar, Manfaat, Faktor Penyebab Kurangnya Konsentrasi Belajar dan Indikator Konsentrasi Belajar. Yang di bahas selanjutnya adalah Teknik Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar serta pada bagian akhir bab 2 dijelaskan tentang Penelitian Terdahulu yang Relevan.

BAB III : METODE PENELITIAN

Pada bab tiga meliputi tentang Pendekatan dan Jenis Penelitian, Lokasi Penelitian, Jenis dan Sumber Data, Tahap-Tahap Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Validitas Data, dan Teknik Analisis Data.

BAB IV : PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

Dalam bab 4 ini peneliti menjelaskan tentang Deskripsi Umum Objek Penelitian dan Deskripsi Hasil Penelitian. Dalam Deskripsi Umum Objek Penelitian dijelaskan mengenai profil lokasi

penelitian, deskripsi konseli dan juga deskripsi konselor serta deskripsi masalah yang dialami oleh konseli.

Kemudian pada penyajian data berisi deskripsi proses dan hasil penerapan Teknik Kontrak Perilaku Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong. Bagian akhir bab 4 yakni pembahasan hasil penelitian meliputi; Analisis dalam prespektif tepri serta analisis dalam prespektif islam.

BAB V : PENUTUP

Pada bab terakhir ini berisi kesimpulan, yakni gambaran keseluruhan proses penelitian, saran atau rekomendasi terkait penelitian yang dilakukan dan juga keterbatasan penelitian yang dilakukan oleh peneliti.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Teknik Kontrak Perilaku

1. Pengertian Teknik Kontrak Perilaku

Teknik Kontrak Perilaku adalah Teknik yang dilakukan antara dua orang atau lebih dalam melakukan kesepakatan atau perjanjian dalam mengkondisikan atau mengubah perilaku tertentu pada konsei.¹⁹ Kontrak perilaku merupakan perjanjian secara tertulis maupun lisan yang dilakukan antara konselor dan konseli, dalam hal konselor memberikan motivasi, batasan dan tugas yang harus dilakukan konseli.²⁰

Kontak perilaku adalah perjanjian yang dilakukan oleh konseli untuk mengubah perilakunya, dimana konseli sudah mengetahui perilakunya yang kurang tepat.²¹ Kontrak perilaku juga dapat diartikan kesepakatan yang dilakukan untuk membentuk perilaku yang diinginkan dan jika konseli dapat menjalankan perilaku yang sudah disepakati maka akan mendapatkan hadiah sesuai dengan kesepakatan yang dibuat. Karena Konsentrasi merupakan hal yang penting di dalam proses pembelajaran

¹⁹ Gantina Kumalasari dkk., *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: indeks, 2011), hal. 172.

²⁰ Zakki Nurul Amin, *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori Contoh dan Aplikasi Penerapan)*, (Semarang: UNNES Press, 2017), hal. 32.

²¹ Akmal Sutja, *Teori dan Aplikasi Konseling*. (Yogyakarta: WR, 2016), hal. 62.

karena akan memberikan hal yang positif bagi siswi dan manfaat.

2. Tujuan Kontrak Perilaku

Beberapa tujuan dari pemberian kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a. Menghapus atau menghilangkan tingkah laku maladaptif (masalah) untuk digantikan dengan tingkah laku baru yaitu tingkah laku adaptif yang diinginkan klien.
- b. Menciptakan kondisi-kondisi baru dalam rangka belajar individu.
- c. Konselor dan klien bekerja sama merumuskan tujuan-tujuan konseling.
- d. Meningkatkan pilihan pribadi dan menciptakan kondisi pembelajaran baru.

3. Manfaat Kontrak Perilaku

Adapun manfaat dari teknik kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a. Para terapis menyukai kontrak perilaku, karena adanya kejelasan dan adanya catatan yang detail untuk memandu perilaku serta mengatasi salah paham yang mungkin timbul
- b. Kesamaran dan ketidakjelasan dapat segera dihapus, dan mengarah pada tindakan nyata yang dapat diukur dan dievaluasi.
- c. Mengarah pada penghilangan ketiaktepastian atau komunikasi yang jelas antara perilaku yang diinginkan dan reward dan punishment.
- d. Partisipasi aktif konseli untuk menampilkan suatu keikutsertaan dalam mengolah

lingkungan dan perilaku yang sesuai dengan cara yang efektif.

- e. Meningkatkan motivasi konseli karena ada kontrak yang harus dilakukan.

4. Langkah-Langkah Teknik Kontrak Perilaku

Langkah-langkah teknik kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a. Membangun rapport dengan konseli. Dalam hal ini konselor melakukan pendekatan atau membangun hubungan, sehingga ketika membuat perjanjian konseli melakukannya tidak dengan terpaksa.
- b. Rasional perilaku kontrak. Dalam hal ini konselor menawarkan kepada konseli agar dapat memahami materi dan bisa menjawab pertanyaan dari guru. Konselor juga menjelaskan apabila konseli bisa melakukan kontrak yang sudah disepakati maka konseli akan mendapatkan hadiah.
- c. Menetapkan tingkah laku yang akan dirubah dengan menggunakan analisis ABC (Antecedent, Behaviour, Consequence)

A (pemicu perilaku), yakni penyebab timbulnya permasalahan sedang dialami konseli. Adapun pemicu permasalahan yang dialami oleh konseli adalah, kondisi ruangan kelas yang sempit dan pengap, metode pengajaran guru yang monoton, serta kondisi psikis dari individu itu sendiri yakni mengantuk dan sering sakit perut.

B (perilaku yang menjadi masalah), yakni perilaku konseli yang tampak dan menjadi permasalahan. Konseli sering

menatap dengan pandangan mata yang kosong (melamun), tangannya bermain dengan alat tulisnya ketika guru sedang menerangkan, dan tidak adanya respon ketika guru sedang bertanya (diam).

C (dampak atau akibat dari perilaku tersebut), yakni konsekuensi sebagai hasil dari perilaku yang dilakukan konseli. Akibat dari perilaku konseli yang kurang konsentrasi dalam belajar adalah konseli kurang aktif, tidak dapat memahami atau mengulangi materi hafalan yang disampaikan oleh guru, serta tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru.

- d. Menentukan tingkah laku yang akan diubah. Konselor dan konseli menetapkan tingkah laku konseli yang akan diubah adalah terkait dengan kurangnya konsentrasi dalam belajar di kelas.
- e. Menentukan jenis penguatan yang akan diberikan. Konselor memberikan permen, coin yang mana coin ini adalah nilai, serta kata-kata pujian dan sebuah papan yang terbuat dari kardus kemudian ditemplei balon-balon yang masih kosong dengan judul “balon yang sudah ku gapai”, balon ini nantinya akan diisi kata-kata tentang pentingnya konsentrasi belajar dan dampak jika tidak konsentrasi belajar.
- f. Memberikan reinforcement jika tingkah laku yang ditampakkan sesuai dengan jadwal yang sudah disepakati.
- g. Memberikan penguatan ketika perubahan tingkah laku yang ditampakkan menetap.

h. Review dan Renegotiation kontrak, hal ini dilakukan jika ada hal yang menghambat perubahan tingkah laku.

B. Konsentrasi Belajar Al-Qur'an

1. Pengertian Konsentrasi Belajar Al-Qur'an

Konsentrasi dari bahasa latin "centrum" yang artinya poros, pusat dan setelah itu dibentuk kata kerja "concentrate" yang berarti memusatkan, memekatkan. Jadi secara bahasa konsentrasi adalah kegiatan memusatkan sedangkan secara istilah konsentrasi belajar adalah usaha untuk memfokuskan atau memusatkan pikiran terhadap suatu materi yang dipelajari.²² Konsentrasi belajar merupakan pemusatan pikiran pada pelajaran dan mengesampingkan hal-hal yang lainnya.²³

Konsentrasi adalah suatu proses pemusatan perhatian pancaindra dan pikiran secara penuh kepada satu objek saja.²⁴ Konsentrasi belajar juga dapat diartikan pemusatan pikiran terhadap mata pelajaran dan mengabaikan yang tidak berhubungan dengan pelajaran.²⁵ Al-Qur'an adalah bacaan yang dipelajari.²⁶ Menurut

²² Agus M. Hardjana, *Kiat Sukses Studi di Perguruan Tinggi*, (Yogyakarta: Kaisius, 1994), hal. 91.

²³ Dimiyati dan Mujiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hal. 239.

²⁴ Thursan Hakim, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal. 1

²⁵ Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995), hal. 54.

²⁶ Aminudin, et. all., *Pendidikan Agama Islam Untuk Perguruan Tinggi Umum*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2005), hlm. 45

pandangan ulama Al-Qur'an adalah kitab yang diturunkan melalui perantara Malaikat Jibril kepada Nabi Muhammad yang dimulai dari surat Al-Fatihah dan di akhiri dengan An-Naas.²⁷

Al-Qur'an adalah pedoman bagi umat muslim, oleh karenanya dianjurkan untuk membacanya serta memahami isi dari kandungan ayat tersebut. Maka dari itu perlu bagi kita untuk mempelajari Al-Qur'an, baik belajar membaca, menulis maupun mempelajari isi dari kandungan Al-Qur'an tersebut. Adapun yang penulis maksud dengan konsentrasi belajar Al-Qur'an adalah konsentrasi dalam tiga komponen yaitu: Dalam hal ini penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah konsentrasi belajar Al-Qur'an dalam hal membaca, menulis dan juga menghafal.

- a. Kelancaran dalam membaca Al-Qur'an yaitu menyangkut tartilnya, yakni ketepatan dalam membaca Al-Qur'an dengan pengucapan makhorijul huruf yang baik dan benar, tajwid atau panjang pendeknya, tebal tipisnya, berdengung atau tidaknya, irama dan nadanya secara benar dimana menggunakan nada ummi.
- b. Menghafal juz 30, karena di SDI terdapat program tahfidzul Qur'an yakni kelas 3 sudah mampu menghafal juz 30. Maka diharapkan konseli mampu berkonsentrasi sehingga mempermudah hafalan.
- c. Penulisan huruf hijaiyah, dalam semester ini terdapat materi tambahan yakni menulis.

²⁷ M. Quraish Shihab, et. all., Sejarah dan Ulum Al-Qur'an, (Jakarta: Pusataka Firdaus, 2008), hlm. 13.

Bagaimana tata cara penulisan yang baik dan benar sesuai dengan kaidah.

Konsentrasi belajar sangat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman siswa, karena konsentrasi adalah modal utama siswa dapat menerima pelajaran dan indikator tercapainya proses pembelajaran di kelas.²⁸

2. Manfaat Konsentrasi Belajar

Konsentrasi merupakan hal yang penting di dalam proses pembelajaran karena akan memberikan hal yang positif bagi siswa, manfaat konsentrasi belajar antara lain;

- a. Anak akan mudah dan cepat menguasai materi yang diajarkan.
- b. Menambah semangat untuk lebih aktif dalam belajar.
- c. Memudahkan guru dalam menyampaikan materi.
- d. Suasana di kelas menjadi lebih kondusif.
- e. Siswa dapat pengalaman dan pengetahuan baru.²⁹

3. Factor-Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Konsentrasi Belajar

Siswa yang mengalami gangguan konsentrasi belajar dapat disebabkan beberapa factor baik factor eksternal maupun faktor internal, antara lain;

²⁸ Ria Aviana," *Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang*", Jurnal Pendidikan sains vol 2 No I (1 Maret, 2015), hal. 30.

²⁹ Ahmad Rohani, *Pengelolaan Pengajaran Sebuah Pengantar Menuju Guru Profesional*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hal. 24.

- a. Faktor Internal, yakni faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri
 - 1) Faktor jasmaniah, yakni bersumber dari jasmani individu yang sedang mengalami gangguan kesehatan. Misalkan mengantuk, lapar, haus, gangguan pernafasan, pencernaan dan sebagainya.
 - 2) Faktor rohani, yakni faktor yang bersumber dari mental atau psikis individu. Misalnya mudah gugup, mudah cemas, khawatir, marah, tertekan, gelisah dan sebagainya.³⁰
- b. Faktor eksternal, yakni faktor yang berasal dari luar diri individu seperti ruang belajar yang sempit, suhu udara yang panas, faktor guru (melibatkan siswa, metode pembelajaran) dan sebagainya.³¹

4. Indikator Konsentrasi Belajar

Indikator dibutuhkan untuk mengukur dan mengetahui konsentrasi dalam belajar siswa. Menurut Engksowara untuk mengukur siswa dapat konsentrasi dalam belajar tampak dalam 3 aspek, antara lain;

- a. Perilaku kognitif, yakni terkait pengetahuan, informasi dan kecakapan intelektual.

³⁰ Sunawan, *Diagnosa Kesulitan Belajar*, (Semarang: UNNES, 2009), hal. 14-18.

³¹ Hendra Surya, *Kiat Mengajak Anak Belajar dan Berprestasi*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2003), hal. 27-29.

- 1) Siswa memiliki pengetahuan yang muncul terkait materi yang disampaikan.
 - 2) Teliti dan menyeluruh dalam menerima materi dari guru.
 - 3) Menerapkan pengetahuan yang didapatkan.
 - 4) Siswa mampu memilah dan membedakan materi yang diperoleh.
- b. Perilaku afektif, yakni perilaku yang berupa sikap dan persepsi.
- 1) Adanya penerimaan, yakni siswa mendengarkan dan pandangan tertuju pada materi yang disampaikan.
 - 2) Respon, yakni siswa memiliki keinginan untuk bertanya atau mengemukakan pendapatnya terkait materi yang disampaikan.
- c. Perilaku psikomotorik, antara lain;
- 1) Siswa mengerakkan anggota badannya sesuai dengan petunjuk guru atau terkait dengan materi atau dalam artian tidak ramai sendiri.
 - 2) Komunikasi non verbal seperti ekspresi muka penuh makna.
 - 3) Ketika berbicara menggunakan kalimat yang baik dan benar.³²

C. Teknik Kontrak Perilaku dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an Siswa

Konsentrasi belajar adalah memusatkan pikiran, kemauan dan perasaan pada materi yang

³² Tabrani Rusyan, *Pendekatan dalam Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1989), hal. 10.

diajarkan.³³ Konsentrasi belajar merupakan suatu proses pemusatan perhatian pancaindra dan pikiran secara penuh terhadap mata pelajaran dan mengabaikan yang tidak berhubungan dengan pelajaran.³⁴³⁵ Konsentrasi merupakan hal yang sangat penting dalam proses pembelajaran karena akan memberikan manfaat, antara lain; mudah menguasai materi, lebih bersemangat dan aktif, memudahkan guru dalam menyampaikan dan juga kelas mejadi lebih kondusif.

Pada dasarnya kegiatan belajar mengajar tujuan utamanya adalah agar siswa menguasai materi yang diajarkan. Sehingga Konsentrasi belajar sangat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman siswa, karena konsentrasi adalah modal utama siswa dapat menerima pelajaran dan indikator tercapainya proses pembelajaran di kelas.³⁶

Teknik kontrak perilaku adalah teknik yang dilakukan melakukan kesepakatan atau perjanjian dalam mengkondisikan atau mengubah perilaku tertentu pada konseli dan jika konseli dapat menjalankan perilaku sesuai dengan jadwal yang

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

33

³⁴ Thursan Hakim. *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal. 1.

³⁵ Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rneka Cipta, 1995), hal. 54.

³⁶ Ria Aviana, " Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang", *Jurnal Pendidikan sains vol 2 No I (I Maret, 2015)*, hal. 30.

sudah dibuat maka konseli akan mendapatkan hadiah.³⁷

Teknik kontrak perilaku adalah teknik yang dilakukan antara dua orang atau lebih untuk melakukan kesepakatan atau perjanjian dalam mengkondisikan atau mengubah perilaku tertentu pada konseli dan jikalau konseli dapat melakukan tingkah laku sesuai jadwal yang sudah dibuat maka konseli akan mendapatkan hadiah.³⁸

Berdasarkan beberapa teori tersebut, peneliti mengemukakan bahwa Teknik Kontrak Perilaku cocok digunakan dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak atau siswa karena. Perilaku yang akan diubah sudah dijadwalkan dan akan mendapatkan imbalan sesuai dengan tingkatan tingkah laku yang sudah dapat dilakukan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

³⁷ Gantina Kumalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: indeks, 2011), hal. 172.

³⁸ Gantina Kumalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: indeks, 2011), hal. 172.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif yang merupakan penelitian yang bersifat subjektif dengan mencari makna secara mendalam dari hasil pengamatan terhadap objek yang alamiah (tindakan, sikap, perilaku dsb)³⁹ Konselor menggunakan metode kualitatif karena melakukan pengamatan secara langsung di lapangan, sehingga bisa diperoleh data yang lebih mendalam dan lebih akurat mengenai konsentrasi belajar yang dialaminya.

2. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian pada penelitian ini adalah studi kasus, yakni melakukan penggalian data secara detail yang dapat memberi gambaran berbagai sumber informasi secara mendalam. Penelitian kualitatif ini diperoleh pada saat hasil wawancara, observasi dan dokumentasi.

B. Lokasi dan Sasaran Penelitian

1. Jenis Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat dimana adanya permasalahan yang diteliti oleh peneliti dan salah satu sumber data yang dapat digunakan oleh peneliti.⁴⁰

³⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 7-9.

⁴⁰ Sutopo, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Surakarta: Sebelas Maret Univesity Press, 2002), hal. 22.

oleh peneliti.⁴¹ Penelitian lokasi berkaitan dengan narasumber yang akan di teliti.⁴²

Penelitian berlokasi di SDI Sahabat Berlian, karena letaknya tidak terlalu jauh dengan rumah peneliti dan SD ini sudah melakukan pembelajaran tatap muka di era new normal sejak 2 bulan lebih yang lalu, sehingga pasti banyak berbagai macam permasalahan yang dialami baik guru maupun siswa siwinya, salah satunya adalah konsentrasi dalam belajar.

2. Sasaran Penelitian

Sasaran penelitian ini adalah seorang siswi di SDI Sahabat Berlian.

C. Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Data deskriptif adalah gambaran atau informasi yang didapatkan sebagai hasil dari penggalian data yang dilakukan. Adapun jenis data yang digunakan

1. Jenis Data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis data deskriptif yang berisi informasi dari hasil penelitian yang telah didapatkan. Berikut adalah jenis penelitian ini:

a. Data Primer

Data primer merupakan data utama yang paling penting dari subjek pertama. Data ini berisi mengenai perilaku konseli, proses

⁴¹ Sutopo, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Surakarta: Sebelas Maret University Press, 2002), hal. 22.

⁴² Sukmadinata, *Meotode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Rosdakarya, 2007), hal. 102.

konseling, dan hasil akhir dari pelaksanaan konseling. Data ini berupa proses konseling dengan konseli dan juga buku atau web terkait teknik kontrak perilaku.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data pendukung yang dipakai untuk melengkapi data primer. Data sekunder ini diperoleh dari kepala sekolah dan wali kelas konseli.

2. Sumber Data

Sumber data ini merupakan subjek darimana suatu data diperoleh. Peneliti mendapatkan informasi dari sumber data untuk mendapatkan keterangan. Sumber data yang dimaksud adalah sebagai berikut :

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer diperoleh secara langsung untuk mendapatkan informasi. Data primer ini diperoleh dari wawancara dengan konseli yang saat ini menepuh pendidikan di SD.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data yang diperoleh dari pihak yang lain, data sekunder ini berupa biodata konseli dan juga foto-foto dengan konseli selama kegiatan konseling berlangsung.

D. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap penelitian yang dilakukan peneliti antara lain:

1. Tahap Pra Lapangan

Peneliti menyusun rancangan penelitian yakni mencari journal, artikel dan juga skripsi terkait dengan judul, memilih subjek penelitian dan lokasi penelitian, menyiapkan perlengkapan yang akan dibawa ketika berada di lapangan seperti buku, pulpen, handphone dan alat tulis yang lain.

2. Tahap Lapangan

Pada tahap lapangan ini dimulai dengan konselor membangun relasi dengan konseli dan lingkungan dengan harapan konseli akan nyaman dan lebih terbuka. Kemudian melaksanakan wawancara secara mendalam sekaligus di sini konselor mengamati perilaku konseli selama proses konseling.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi adalah mengumpulkan data dengan pengamatan secara langsung apa saja yang dilakukan oleh objek yang diteliti.⁴³ Teknik yang dipakai adalah teknik partisipan, yakni dimana peneliti terlibat langsung dan melakukan pendekatan dengan peneliti. Peneliti menggunakan metode ini untuk memperoleh informasi yang tidak didapat ketika proses wawancara dengan konseli.

2. Wawancara

Wawancara adalah mengumpulkan data dengan melakukan komunikasi, biasanya dalam bentuk tanya jawab secara tatap muka.⁴⁴ tujuan

⁴³ Riduwan, *Metode Riset*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004).

⁴⁴ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada 2003), hal. 39.

wawancara ini adalah untuk memperoleh keterangan dari konseli yang relevan dengan apa yang dibutuhkan

Dalam hal ini wawancara yang digunakan oleh peneliti adalah Wawancara Tak Berstruktur, dimana dalam proses wawancara peneliti bebas mengajukan pertanyaan, tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang telah dibuat oleh peneliti berupa pertanyaan secara garis besar dari permasalahan konseli.

a. Wawancara kepada konseli

- 1) Apa yang menjadi motivasi kamu bermain dan melamun ketika guru sedang menjelaskan?
- 2) Apa yang kamu dapatkan ketika kamu bermain sendiri dan melamun saat pembelajaran?
- 3) Apa yang kamu rasakan ketika sedang bermain dan melamun?
- 4) Bagaimana tanggapan guru mata pelajaran jika kamu bermain dan melamun?

b. Wawancara kepada wali kelas

- 1) Bagaimana tingkah laku ara saat di kelas?
- 2) Apakah ara sering melamun dan juga bermain ketika pelajaran yang lain?

⁴⁵ Koentjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Grafindo, 1983), hal. 162.

- 3) Apakah ara biasanya aktif di dalam kelas Al-Qur'an?
- c. Wawancara kepada Kepala Sekolah
 - 1) Bagaimana kepribadian ara?
 - 2) Apakah anda mengetahui kegiatan ara di dalam kelas?
 - 3) Apa saja yang ara lakukan ketika di dalam kelas?
 - 4) Apakah anda sering menjumpai ara tidak berkonsentrasi ketika pembelajaran di kelas?

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mengumpulkan beberapa catatan peristiwa yang dialami oleh konseli, seperti biodata, foto, dan dokumen terkait dengan penelitian.⁴⁶ hal ini digunakan peneliti untuk mengumpulkan atau mendokumentasikan kegiatan konseling selama konselor dengan konseli peneliti untuk mendokumentasi pada saat konselor sedang bersama konseli maupun pada saat bersama informan dengan atas dasar izin yang bersangkutan.

F. Teknik Validitas Data

Teknik validitas data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pada hasil penelitian dengan menggunakan cara sebagai berikut:

1. Memperpanjang waktu
Memperpanjang Waktu penelitian merupakan cara untuk meminimalisir kesalahan

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 240.

dalam keabsahan data. Dengan begitu maka dapat tercipta kepercayaan antara konselor dengan konseli.

2. Re-Checking (cek ulang)

Melakukan cek ulang juga dapat digunakan untuk meminimalisir kesalahan dan memastikan data yang sudah di dapatkan valid atau belum. Cek ulang ini dapat dilakukan saat di tengah-tengah proses penelitian

3. Triangulasi

Triangulasi merupakan pengumpulan dari dua sumber atau lebih untuk memperoleh informasi secara mendalam mengenai fenomena yang diteliti. Dalam hal ini menggunakan triangulasi metode karena menggunakan banyak sumber (observasi, wawancara, dokumentasi), peneliti melakukan wawancara yang ditunjang dengan observasi. Dengan triangulasi metode dapat dilakukan pengecekan derajat keyakinan dari konseli dan juga informan lain sehingga dapat diperoleh keyakinan terhadap data atau data dapat dipertanggung jawabkan.

G. Teknik Analisis Data

Karena penelitian ini bersifat studi kasus, oleh karena itu analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif comparative. Deskriptif comparative adalah data-data yang diperoleh dan dikumpulkan diolah kemudian dianalisis. Analisis yang dilakukan ada 2 tahapan, antara lain:

1. Peneliti membandingkan antara proses teknik kontrak perilaku yang dipelajari secara teori dengan apa yang terjadi di lapangan.

2. Peneliti membandingkan hasil pertemuan dengan konseli pada saat awal dan akhri pertemuan apakah ada perbedaan yang ditampakkan konseli atau tidak.⁴⁷



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁴⁷ Haris Hardiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal. 201-205.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

a. Profil Sekolahan

Sekolah Dasar Islam (SDI) Sahabat Berlian, Gendong Laren Lamongan. Berdiri sejak tahun 2018 dalam naungan Yayasan Lembaga Pendidikan Islam (LPI) Sahabat Sinar Alam, hingga detik ini lembaga ini berkembang dan mengalami kemajuan baik dari guru, karyawan, sarana prasarana, siswa maupun maupun hasilnya. Sekolah ini terletak di daerah pemukiman padat penduduk dan juga terjangkau dengan fasilitas umum serta fasilitas social, sebagian siswa berdomisili dari daerah sekitar dan sebagiannya lagi berdomisili jauh dari sekolah.

Pada tahun pertama Sekolah Dasar Islam (SDI) Sahabat berlian, menerima siswa baru sebanyak 3 orang. Pada saat itu gedung SDI masih menyatu dengan gedung TK/Paud Sahabat Sinar Alam. Walaupun sekolah ini masih berumur jagung, namun sudah memiliki kapasitas lembaga yang cukup besar, tidak kalah dengan lembaga pendidikan-pendidikan yang berada di sekitar. Sekolah Dasar Islam (SDI) Sahabat Berlian yang saat ini berjalan 3 tahun, terus berupaya meningkatkan mutu pendidikan, sarana dan prasarana serta media pendidikan

guna untuk menjadikan Sekolah Dasar Islam Swasta pilihan pertama bagi para orang tua dan peserta didik disekitar wilayah ketika akan melanjutkan pendidikan di sekolah dasar setelah menamatkan pendidikan di uisa dini.

Dalam perkembangannya Sekolah Dasar Islam (SDI) Sahabat Berlian terus mengalami perkembangan dan kemajuan sampai saat ini, yang awalnya memiliki 3 murid dan 3 guru saat ini menjadi mencapai 15 orang, sementara tenaga pendidiknya berjumlah 7 orang.

Adapun profil Sekolah Dasar Islam (SDI) Sahabat Berlian sebagai berikut:

Nama Sekolah: Sekolah Dasar Islam (SDI) Sahabat Berlian

Alamat: Jl. Makam Desa, Gendong Laren Lamongan

Kelurahan : Gendong

Kecamatan : Laren

Kota : Lamongan

Kode pos :62262

Telepon : 0888 0346 0131

Nama yayasan : LPI Sahabat Sinar Alam

Alamat: Jl. Tangkis Bengawan Solo, Gendong Laren Lamongan

Kelurahan : Gendong

Kecamatan : Laren

Kota : Lamongan

Kode pos	: 62262
Telepon	: 0813 3250 7588
Jenjang akreditasi	: -
Tahun sekolah beroperasi	: 2018
Email	:
	sdisahabatberlian@gmail.com
Luas tanah	: 5020 m ²
Luas bangunan sekolah	: 600 m ²

b. Visi dan Misi Sekolah

Visi SDI Sahabat Berlian adalah “terbentuknya peserta didik yang berakhlak mulia, cerdas, terampil, sehat jasmani dan rohani serta menjunjung tinggi nilai-nilai dan tradisi budaya bangsa”

Misi SDI Sahabat Berlian antara lain:

- 1) Membiasakan adab dan akhlak serta nilai- nilai religiusitas dan kebangsaan dalam berperilaku maupun bertutur kata.
 - 2) Meningkatkan kualitas pelayanan kepada peserta didik dalam upaya mengoptmalkan pencapaian tujuan dan mutu pendidikan.
 - 3) Mengembangkan potensi peserta didik dalam bidang akademik dan non akademik berdasarkan kemampuan yang dimiliki.⁴⁸
- c. Data Guru dan Karyawan

⁴⁸ Data sekolah SDI Sahabat Berlin Gendong Laren Lamongan

Jumlah guru dan karyawan SDI sebanyak 8 orang yang terdiri dari 4 wanita dan 4 guru wanita dan 4 guru laki-laki, antara lain:

Tabel 4.1

Data Guru dan Karyawan

SDI Sahabat Berlian tahun ajaran 2020/2021

No	NAMA GURU/ KARYAWAN	L/P	TEMPAT TANGGAL LAHIR	JABATAN
1.	Nur ariyanti , S.Si.	P	Lamongan, 10 Nopember 1990	Kepala sekolah
2.	Diana Mar'atus Sholihah, S.Pd.	P	Lamongan, 18 Oktober 1997	Guru
3.	Desy Fajrul Aini	P	Lamongan, 31 Maret 1999	Guru
4.	Siti Nurdhikriana	P	Lamongan, 5 Agustus 1999	Guru
5.	Mohammad Khoirul Anwar	L	Kediri, 17 Nopember 1994	Guru

6.	Hanif rosadi S.Pd	L	Lamongan, 30 Maret 1998	S1	Guru
7.	M. Aunur Rofiq	L	Lamongan 28 Januari 1996	S1	Guru
8.	Bahar mujahi din	L	Lamongan, 07 Maret 2000	Smk	Karyaw an

d. Data siswa

Jumlah siswa di SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan sebanyak lima belas siswa dan siswi, dimana terdapat 9 laki-laki dan 6 perempuan.

Tabel 4.2

Data Siswa SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan

No	Nama	Alamat	Tempat, Tanggal Lahir	Nama Orang Tua	
				Ibu	Ayah
1	Alfa Alfi Khoiriyah	Laren	Lamongan, 03 Desember 2013	Martini	Amam Khoirudin
2	Keysa Amelya S.	Gendon g	Lamongan, 31 Maret 2014	Nur Cholisah	Gugen g Arif

3	Kholil Muhammad	Kanugrahan	Lamongan, 31 Oktober 2013	Karyani	Sudiro
4	M. Bissiril Khofi	Demungan	Lamongan, 08 Juni 2014	Abdul Rosyid	Elen Nimatun R
5	Adinda Athalia Mumtaza	Laren	Lamongan, 21 Desember 2013	Ummi Khoiriyah	Suyudi
6	Ahmad Davin Nizam Ramadhan	Laren	Lamongan, 27 Julio 2013	Siti Halimah	Margono
7	Aisy Eugenia Muhammad	Pesanggaran	Lamongan, 24 Oktober 2012	Hubni Maghfirah	Moh. Sholihudin
8	Ahmad Narendra Errabani	Laren	Lamongan, 07 Juni 2013	Asmaul Fauziah	Ahmad Arif
9	Albert Ubaidillah Ali	Gelap	Gresik, 03 Februar 2012	Lena Mu'afa	Ali Makin
10	Ghea Anjani	Gendong	Lamongan, 31 Maret	Kumiat	Aji Nur

			2013		Rahmat
11	Putra Al Tamish Riyadh Risq	Pangkat Rejo	Lamongan, 22 Juni 2013	Ririn Setiowati	Adib Anshori
12	Rasyid Cahya Alim	Laren	Bekasi, 10 Juni 2013	Yayuk Istianah	Eko Martono
13	Ayana Diandra Ramadhani	Pangkat Rejo	Lamongan, 08 Agustus 2012	Puji Sri Rahayu	Zainul Arif
14	Haidar Aly Adz Dzakiri	Duri Wetan	Bojonegoro, 07 Juni 2012	Tuti Kurniawati	Dwi Pranoto
15	Salsabila Salwana	Gendong	Lamongan, 24 Januari 2012	Siti Nurul Aini M.	Saifudin

e. Sarana dan Prasarana

Adapun sarana dan prasarana yang ada di SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan antara lain:

Tabel 4.3
Sarana dan Prasarana

No	Jenis	Jumlah	Ket
1	Ruang kepek	1	Baik
2	Ruang guru	1	Baik
3	Ruang kelas	5	Baik
4	Musholla	1	Baik
5	Toilet	5	Baik
6	Gudang	1	Baik
7	Halaman/tempat bermaian	1	Kurang baik

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Tabel 4.4
Investaris Sekolah

No	Jenis	Jumlah	Ket
1	Bangku siswi	15	Baik
2	Bangku guru	3	Baik
3	Kipas angin	3	Baik
4	Lcd proyektor	2	Baik
5	Audio	3	Baik
6	Papan tulis	4	Baik
7	Meja lipat	20	Baik
8	Globe	1	Baik
9	Peta Indonesia	1	Baik
10	Peta dunia	1	Baik
11	Alat peraga ipa	1	Baik
12	Alat peraga matematika	1	Baik
13	Atlas	1	Baik
14	Bola volley	1	Baik

15	Bola kasti	1	Baik
16	Stik kasti	1	Baik

Deskripsi Konselor dan Konseli

a. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan seseorang yang membantu membimbing dan mengarahkan konseli dalam mencari jalan keluar dari masalah yang dialami baik masalah dengan diri sendiri maupun dengan orang lain. Disini peran konselor adalah sebagai fasilitator yakni mendampingi dan juga memberikan nasehat kepada konseli sehingga konseli bisa menemukan jalan atau solusi dari masalah yang dihadapi. Dalam hal ini, konselor adalah seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA) Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI).

Adapun identitas konselor dalam penelitian yang berjudul “Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan Tahun Ajaran 2020/2021” sebagai berikut:

- 1) Identitas diri
 Nama Lengkap : Siti Nurdhikriana

Tempat Tanggal Lahir : Lamongan, 05
Agustus 1999

Alamat : Dsn. Banturejo Ds.
Brumbun Rt. 02 Rw. 02 Kec. Maduran Kab.
Lamongan.

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Islam

2) Riwayat Pendidikan :

TK Darma Wanita Brumbun

SDN 1 Brumbun

SMP N 1 Maduran

SMA N 1 Babat

3) Pengalaman

Konselor merupakan Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya jurusan BKI (Bimbingan dan Konseling Islam) yang sedang menempuh semester tujuh. Selama berkuliah konselor telah mendapatkan mata kuliah dunia konseling seperti; pengantar Bimbingan dan Konseling, Keterampilan dan Komunikasi Konseling, Konseling Psikoterapi, konseling Anak Berkebutuhan Khusus, Hadits dan Ayat-ayat Konseling, Media Bimbingan dan Konseling, Psikologi Perkembangan, Psikologi Sosial, Psikologi Klinis, dan lain sebagainya.

Pada semester lima Konselor berkesempatan untuk melakukan observasi di KUA Wonokromo dan fokus penelitian pada Layanan BP4, melakukan observasi di MI dan fokus penelitiannya pada anak Konselor juga pernah melakukan praktikum di RSJ Menur Surabaya, mengajar les privat

dan mengajar mengaji di TPQ Bani Adnan. Konselor sudah pernah melakukan kegiatan konseling dengan beberapa konseli sebelumnya.

Untuk saat ini konselor juga berkesempatan mengajar di salah satu SDI di Gendong Laren Lamongan sebagai guru Al-Qur'an, guru khusus pendamping anak berkebutuhan khusus dan juga guru Bahasa Arab.

b. Deskripsi konseli

Konseli adalah individu yang membutuhkan bantuan oleh seorang konselor untuk membantu memecahkan masalahnya. Konseli yang mengalami permasalahan pada penelitian ini adalah seorang siswa yang mengalami gangguan konsentrasi dalam belajar. Adapun biodata konseli adalah sebagai berikut:

1) Biodata Konseli

Nama Lengkap : Maezura Aurora
(Nama Samaran)
Nama Panggilan : Ara
Tempat, Tanggal Lahir : lamongan, 24
Oktober 2012
Umur : 8 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Biodata Orang Tua
Ayah
Nama : Moh. Solihuddin
Pekerjaan : Wiraswasta
Ibu
Nama : Khubni
Maghfirotn, M.Pd.I
Pekerjaan : Dosen

Alamat : Ds.
Pesanggrahan, Kec. Laren, Kab. Lamongan

2) Latar Belakang Pendidikan

Dulunya konseli bersekolah di TK Sirajul Ulum Pesanggrahan, kemudian setelah lulus konseli bersekolah di SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan sampai sekarang.

3) Latar Belakang Keluarga

Konseli bertempat tinggal bersama orang tuanya, orang tua konseli termasuk orang yang berpendidikan dan juga pekerja keras. Orang tua konseli sangat sayang kepada konseli, setiap pagi konseli diantar oleh ayahnya ke sekolah, ibu konseli juga sangat perhatian dalam menyiapkan keperluan konseli terlebih keperluan sekolah juga waktu belajar konseli.

4) Latar Belakang Ekonomi

Perekonomian konseli jika dilihat dari latar belakang konseli, ekonominya tergolong menengah keatas sehingga keperluan dan kebutuhan konseli terbilang selalu tercukupi. Kini ibu konseli juga masih melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi.

5) Latar Belakang Keagamaan

Tempat tinggal konseli mayoritas masyarakatnya beragama islam. Untuk pengetahuan agama konseli masih dalam tahap dasar yang diperoleh dari sekolah dan orang tuanya.

6) Latar Belakang Sosial

Jika dilihat dari aspek sosialnya, konseli merupakan sosok anak yang pendiam namun ramah dan mudah bergaul, dalam hal ini

ditunjukkan dengan cara berinteraksi dengan teman sebayanya ketika di sekolah, jika konseli sudah lebih memahami materi pelajaran juga sering mengingatkan teman-temannya serta ketika teman-temannya berperilaku kurang sopan.⁴⁹

3. Deskripsi Masalah

Ara (nama samaran) adalah konseli yang mengalami sebuah masalah pribadi dengan dirinya sendiri, yakni kurang konsentrasi dalam belajar Al-Qur'an. Konseli adalah seorang siswi kelas 2 di sebuah Sekolah Dasar Islam Gendong Laren Lamongan, ia berasal dari keluarga yang terbelah menengah ketas. Ayah konseli bekerja di bidang wiraswasta dan ibu konseli adalah seorang dosen di salah satu perguruan tinggi di lamongan.⁵⁰

Ketika pembelajaran di sekolah yakni saat jam Al-Qur'an, konseli cenderung cepat bosan, kurang lancar dalam mengaji, dan kurang memiliki daya cepat dalam menghafal surat-surat pendek yang ada di juz 30. Seringkali konseli asyik bermain dengan benda yang ada di atas mejanya seperti pensil dan juga buku ketika guru sedang menerangkan materi yang akan dipelajari, sehingga ketika konseli di tanya ia hanya diam tidak menjawab.

Guru konseli sudah sering mengingatkan untuk fokus saat pembelajaran berlangsung, namun konseli hanya berkonsentrasi sebentar saja setelah

⁴⁹ Hasil Wawancara dengan Wali Kelas Konseli pada hari Senin 12 Oktober 2020 pada pukul 12.35 WIB.

⁵⁰ Hasil Wawancara dengan Wali Kelas Konseli pada hari kams 15 Oktober 2020 pada pukul 13.20 WIB.

itu kembali lagi memainkan benda-benda yang ada di hadapannya. Meskipun hal ini tidak mengganggu teman-temannya, namun akan merugikan konseli karena nantinya tidak bisa sepenuhnya memahami materi yang diberikan. Hal tersebut pun membuat guru konseli menegurnya dua hingga tiga kali.

Ketika guru konseli sedang membacakan dan menyuruh konseli mengulangi bacaan yang dicontohkan, konseli sering kesulitan mengulangi bacaan tersebut, guru konseli pun sampai mengulangi beberapa kali sampai konseli bisa mengulangi bacaan surat pendek yang diajarkan. Terkadang konseli sering melamun di kelas ketika guru sedang menjelaskan materi tentang cara penulisan huruf hijaiyah di papan tulis. Hal ini pun bisa membuat konseli tidak tau apa yang disampaikan oleh guru sekaligus tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan. Ketika konseli di suruh mengikuti tulisan konseli masih terdapat kekeliruan yakni tidak sesuai dengan kaidah penulisan bahasa arab.

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan Tahun Ajaran 2020/2021

Pada tahap awal konseling, konselor mencoba membangun hubungan dengan konseli (rapport), konselor menciptakan suasana yang nyaman dan asyik sehingga dapat lebih akrab dengan konseli dan juga wali kelasnya dengan melakukan pendekatan ketika mengajar. Setelah melakukan pendekatan, konselor memperoleh dan

mengetahui lebih jelas permasalahan yang dialami oleh konseli, kemudian konselor bisa memulai menggali masalah yang sebenarnya terjadi dan juga sekaligus membantu mencari jalan keluar dari permasalahan tersebut melalui beberapa langkah sebagai berikut:

Berikut adalah langkah-langkah yang dilakukan dalam proses bimbingan dan konseling :

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah digunakan untuk mengetahui lebih dalam bagaimana keadaan dan masalah yang terjadi pada diri konseli secara mendalam. Dalam hal ini konselor dapat menggali data dengan melakukan wawancara dengan orang terdekat konseli yakni wali kelas, kepala sekolah atau teman-teman konseli. Identifikasi ini bisa dilihat dari sikap yang ditunjukkan atau yang sering muncul dan ditampilkan oleh konseli.

Dengan data-data tersebut dapat diketahuiii apa saja faktor yang menjadi penyebab terjadinya masalah yang dialami oleh konseli, sehingga dapat dijadikan sumber bahan dalam mengidentifikasii masalah dalam diri konseli.

Adapun data-data yang diperoleh antara lain:

- 1) Data yang bersumber dari Guru Al-Qur'an sekaligus sebagai peneliti

Menurut keterangan dari guru Al-Qur'an konseli, konseli termasuk anak yang pendiam dan tidak terlalu aktif ketika pembelajaran di dalam kelas maupun ketika di luar kelas. Ketika mengaji dan muroja'ah surat-surat pendek suara konseli sangat kecil sekali sehingga guru konseli tidak bisa mendengar dengan jelas makhorijul huruf dan tartil konseli.

Menurut guru Al-Qur'an, ketika konseli hafal atau bisa memahami materi yang disampaikan maka konseli tidak ragu-ragu untuk mengeluarkan pendapatnya dan suaranya lebih lantang, namun ketika konseli kurang bisa suara konseli kurang terdengar. Konseli juga sering melamun dan memainkan alat-alat tulis yang ada di mejanya. Hal ini membuat konseli kurang dalam memahami apa yang disampaikan dan tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan ataupun mengulangi dengan tepat ayat yang sudah dicontohkan.

Hal ini sesuai dengan yang dikatakan guru Al-Qur'an "ara sering tidak focus ketika berada di kelas, terkadang ia melamun dengan tatapan kosong sambil meletakkan pensil di bibirnya, dan langsung saya panggil kemudian ia langsung memperhatikan kembali namun tidak focus lagi dan harus

dipanggil berkali-kali baru memperhatikan. Ketika saya tanya juga tidak bisa menjawab dan ketika menjawab juga seperti masih ragu-ragu dan suaranya kecil.” Menurut guru Al-Qur’an ara tidak bisa fokus disebabkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah kondisi kelas yang membosankan dan pengap sehingga sirkulasi udara juga tidak terlalu lancar dan menyebabkan anak pun menjadi kurang nyaman selama pembelajaran berlangsung.

Kemudian metode pengajaran yang monoton, dalam hal ini dimana masih dalam maraknya virus Covid-19 di Indonesia yang belum mereda dan belum ada titik temunya maka pembelajaran yang dilakukan di SDI Sahabat Berlian yang melakukan pembelajaran tatap muka masih dalam tahap penyesuaian yakni pengurangan jam pembelajaran. Sehingga yang awalnya standar pembelajaran Al-Qur’an dengan metode Ummi membutuhkan waktu 90 menit menjadi 60 menit. Hal ini membuat guru Al-Qur’an harus memanagemen waktu dengan sebaik mungkin, sehingga untuk menambahkan game edukasi atau ice breaking hanya dilakukan beberapa kali saja dalam satu minggu.

Faktor lainnya adalah kondisi kelas yang terkadang gaduh. Teman-teman konseli terkadang bermain sendiri dan berbincang-bincang, sehingga membuat pembelajaran menjadi kurang kondusif. Dalam hal ini guru Al-Qur'an selalu mengingatkan dengan menerapkan istighfar "*Astaghfirullah haladzim*" dan ketika masih tidak kondusif guru Al-Qur'an mengulangi istighfar dan mengatakan kata "*Dsipilin*", sehingga ketika istighfar dan kata "*Disiplin*" diterapkan diharapkan anak-anak diam dan memperhatikan guru, sehingga kondisi kelas lebih kondusif.

Dalam hal menulis huruf hijaiyah, tulisan konseli sudah cukup bagus dan rapi daripada teman-teman yang lainnya. Namun dalam kaidah atau tata cara penulisan bahasa arab yang benar, konseli masih sering salah dalam penulisannya karena konseli kurang memperhatikan ketika sedang diterangkan di papan tulis.

Ketika waktu menulis guru Al-Qur'an sudah mencoba untuk mengiringi suasana dengan murottal ummi, namun konseli masih sering melamun dan lambat dalam menulis. Sehingga ketika waktu pelajaran Al-Qur'an sudah habis konseli masih belum menyelesaikan tulisannya. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan

oleh guru Al-Qur'an konseli "ara itu kalau menulis, tulisannya sudah lebih baik daripada teman-teman yang lainnya, namun dalam tata cara penulisan masih sering saya betulkan karena masih ada beberapa yang salah. Mungkin karena kurang memperhatikan ketika saya berikan contoh di papan tulis. Ketika saya panggil ketika tidak memperhatikan terkadang masih kembali melamun atau memainkan alat tulisnya lagi, sehingga terkadang saya mengambil koin merah atau golsen yang sudah diberikan sebagai tanda apresiasi."

2) Data yang bersumber dari wali kelas

Menurut wali kelas, konseli merupakan anak yang tidak banyak berbicara namun mudah bergaul dengan teman-temannya. Bahkan ketika ada teman-temannya yang berperilaku kurang sopan atau melanggar peraturan, ia seringkali menegur dan mengingatkan teman-temannya. Seperti ketika teman-temannya tidak menggunakan bahasa inggris dalam lingkungan sekolah dan bagaimana cara berjalan ketika ada guru yang sedang duduk atau berdiri.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan wali kelas "ara itu anaknya tidak banyak berbicara, tapi anaknya kalau sudah tau apa yang saya ucapkan karena sekarang memakai program ICP jadi

kalau dia sudah tau langsung menegur teman-temannya. Tidak malu-malu dan ragu-ragu mengingatkan teman-temannya. Misalnya ketika ada temannya yang kurang sopan, mengejek, dia langsung mengingatkan dan menyuruh temannya untuk saling meminta maaf.”

Menurut wali kelas konseli, kelas ketika pembelajaran di kelas konseli unggul pada beberapa mata pelajaran, namun ada juga pelajaran yang tidak cepat di pahami oleh konseli. Karena setiap anak memiliki keunggulan di bidang masing-masing, ketika mengikuti beberapa mata pelajaran terkadang konseli sering melamun dan asyik bermain dengan alat tulis yang ada di meja. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh wali kelas konseli “ara itu saya lihat di beberapa mata pelajaran dia menguasai, dan itu terlihat dari ketika saya tanya langsung bisa menjawab dan suaranya lantang dan keras. Seperti tidak ada rasa ragu-ragu, langsung spontan menjawab tidak seperti jika kurang bisa pasti menjawabnya dengan suara yang kecil dan matanya melihat ke saya seperti bertanya-tanya apakah jawabanya itu benar atau salah teacher.”

Menurut wali kelas juga konseli tipe anak yang mudah bosan, sehingga butuh support yang terus-menerus dan juga apresiasi sebagai motivasi agar konseli tetap focus saat pembelajaran. Jadi ketika pembelajaran wali murid membagi waktu untuk bermain game yang mendukung, tentunya terkait dengan pembelajaran yang akan disampaikan sehingga membuat konseli merasa senang dan bersemangat lagi sekaligus membuat konseli konsentrasi kembali. Karena ketika konseli sudah merasa bosan dan jenuh, ia tidak mau mengerjakan apa yang seharusnya di kerjakan, sehingga soal-soal yang diberikan masih banyak yang salah dan kosong maka karena konseli mulai melamun ataupun bermain dengan alat tulisnya.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh wali murid konseli “ara itu cepat bosan juga, ketika saya menerangkan tapi tidak di perhatikan saya panggil berkali-kali dan saya berikan sedikit motivasi supaya dia berfikir oh kalau saya tidak memperhatikan nanti teacher tanya tidak bisa menjawab dan tidak dapat ilmu.”

- 3) Data yang bersumber dari kepala sekolah konseli

Menurut kepala sekolah konseli termasuk anak yang tidak terlalu banyak tingkah, hanya sesekali saja. Di sekolahan yang di takuti adalah kepala sekolah, sehingga ketika pembelajaran di kelas konseli memperhatikan dengan baik. Hanya sesekali saja terkadang menjatuhkan pensil sebagai refleksi konseli.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan kepala sekolah “Kan di sekolahan ini saya itu di takuti oleh semua anak, padahal saya juga tidak melakukan apa-apa, tapi anak-anak takut dengan saya. Mungkin karena saya dekat dengan orang tua mereka, sehingga ketika ada anak yang memiliki permasalahan, saya tanya konfirmasi dengan orang tua sekaligus meminta kerjasama, dukungan dan juga doa dari wali murid mereka. Oh iya terkait Ara ketika di kelas saat pembelajaran mengikuti dengan baik hanya beberapa kali saja menjatuhkan alat tulisnya mungkin sebagai refleksi bisa bergerak supaya tidak bosan. tapi ketika saya tanya, kadang dia tidak bisa menjawab dan dengan wajah yang seperti meminta belas kasihan, sehingga saya perlu menjelaskan lagi dan meminta ia memperhatikan dengan baik serta ketika saya sudah capek saya suruh tanya kepada temannya.”

Menurut kepala sekolah dalam segi akhlaq konseli juga sudah termasuk baik, jika memperhatikan dan focus saat pembelajaran konseli termasuk anak yang menangkap dengan cepat, hanya saja terkadang konseli kurang bisa fokus. Menurut kepala sekolah konseli juga sudah di berikan pemahaman dan motivasi berkali-kali, namun masih di ulang lagi. Untuk mata pelajaran Al-Qur'an kepala sekolah biasanya selalu mengamati, termasuk mata pelajaran yang lainnya juga. Karena selalu ada evaluasi di akhir pembelajaran.

Menurut kepala sekolah ketika pembelajaran Al-Qur'an, konseli sudah baik, tulisan konseli juga termasuk sudah bagus hanya saja ketika mengaji suaranya sangat kecil dan masih sering melamun serta memainkan alat-alat tulisnya. Sesuai dengan apa yang dikatakan kepala sekolah "saya sebagai kepala sekolah tetap mengawasi kinerja guru-guru dan bagaimana murid ketika di kelas, jadi ketika ada kegaduhan atau rame sendiri di kelas langsung saya masuki kelasnya. Seperti ketika pembelajaran Al-Qur'an juga saya awasi, terkadang ara melamun atau memainkan alat tulisnya langsung saya panggil namanya dan itu tidak hanya sekali butuh beberapa kali sehingga anak

bisa focus, terkadang kalau sudah tidak bisa di kondisikan saya isi kelas dengan bimbingan ataupun motivasi sehingga anak-anak bisa menilai dirinya masing-masing dan harapan saya akan ada perubahan ke arah yang lebih baik lagi.”

b. Diagnosis Masalah

Setelah mengidentifikasi masalah konseli, langkah selanjutnya adalah melakukan diagnosa untuk menetapkan masalah dan factor-faktor yang mempengaruhinya. Dalam hal ini konselor menetapkan masalah berdasarkan hasil data yang diperoleh. Pada tahap ini konselor menetapkan masalah yang dialami oleh konseli dipengaruhi oleh:

1. Melamun

Ketika pembelajaran sedang berlangsung konseli terkadang melamun sendiri, sehingga ketika guru menjelaskan apa yang disampaikan oleh guru tidak sepenuhnya dipahami oleh konseli.

2. Bermain sendiri

Konseli memainkan benda yang ada di meja seperti pensil, buku juga kotak pensil.

3. Tidak mendengarkan guru yang sedang menjelaskan

4. Tidak aktif ketika di kelas atau hanya diam.

Dari berbagai macam permasalahan tersebut adalah, dampak yang terjadi adalah ketika menulis huruf hijaiyah tata cara penulisannya sering salah, dan konseli cenderung tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru, kurang bisa mengaji sehingga konseli masih sering salah membacanya terutama dalam hal tajwid atau panjang pendeknya bacaan,

Dari segi hafalan pun ketika guru mencontohkan konseli kurang bisa mengulangi, sehingga harus mencontohkan berkali-kali dan menyuruh konseli untuk memperhatikan juz ammanya dengan menunjuk menggunakan pensil namun konseli masih sering melamun dan bermain dengan alat tulisnya. Dalam hal ini maka konselor dengan ini menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli ini adalah gangguan konsentrasi belajar.

c. Prognosis

Setelah sudah ditetapkan apa yang menjadi permasalahan konseli, langkah selanjutnya adalah prognosis. Prognosis merupakan langkah untuk menetapkan jenis bantuan yang tepat untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang

dialami oleh konseli. Langkah ini dibuat berdasarkan kesimpulan dari diagnosis yakni setelah di tetapkan permasalahan yang dialami oleh konseli. Terkait hal ini konselor memberikan konseling dengan Teknik Kontrak Perilaku untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswi.

Yang mana penerapan Teknik Kontrak Perilaku dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal dengan suatu teknik dimana perilaku-perilaku yang disepakati bersama akan diberikan hadiah atau reward jika berhasil melakukannya dan jika melanggar maka akan diberikan punishment, namun dalam hal ini lebih mengutamakan reward daripada punishment. Stimulus berupa rewards anak akan lebih giat belajar karena dengan adanya hal tersebut membuat anak akan termotivasi untuk lebih focus atau konsentrasi ketika pembelajaran. Berikut ini adalah langkah-langkah melaksanakan teknik kontrak perilaku:

- 1) Membangun hubungan dengan konseli, dalam hal ini konselor mencoba untuk mengobrol dengan konseli. Bertanya tentang kegiatan sehari-hari dan juga hal-hal yang disukai oleh konseli, sehingga konseli merasa nyaman dan diharapkan

ketika membuat kontrak perilaku nanti konseli tidak terpaksa melakukannya.

- 2) Tahap Assesment. Dalam hal ini konselor menjelaskan kepada konseli masalah konsentrasi belajar yang dialami dan menawarkan perjanjian untuk membantu konseli dan nantinya akan mendapatkan hadiah sesuai perjanjian yang sudah disepakati.
- 3) Tahap Goal setting, yakni menentukan tingkah laku yang akan diubah dengan melakukan analisis ABC (Antecedent, Behaviour, Consequence)

A (pemicu perilaku), yakni penyebab timbulnya permasalahan sedang dialami konseli. Adapun pemicu permasalahan yang dialami oleh konseli adalah, kondisi ruangan kelas yang sempit dan pengap, metode pengajaran guru yang monoton, serta kondisi psikis dari individu itu sendiri yakni mengantuk dan sering sakit perut.

C (perilaku yang menjadi masalah), yakni perilaku konseli yang tampak dan menjadi permasalahan. Konseli sering menatap dengan pandangan mata yang kosong (melamun), tangannya bermain dengan alat tulisnya ketika guru sedang menerangkan, dan tidak

adanya respon ketika guru sedang bertanya (diam).

D (dampak atau akibat dari perilaku tersebut), yakni konsekuensi sebagai hasil dari perilaku yang dilakukan konseli. Akibat dari perilaku konseli yang kurang konsentrasi dalam belajar adalah konseli kurang aktif, tidak dapat memahami atau mengulangi materi hafalan yang disampaikan oleh guru, serta tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru.

- 4) Tahap implementasi, yakni menentukan jenis penguatan yang akan diberikan. Konselor memberikan kata-kata pujian dan sebuah papan yang terbuat dari kardus serta sudah terempel balon-balon yang masih kosong dengan judul “balon yang sudah ku gapai”, balon ini nantinya akan diisi kata-kata tentang pentingnya konsentrasi belajar dan dampak jika tidak konsentrasi belajar serta motivasi umum maupun religi serta snack yang sehat dan juga koin.
- 5) Tahap evaluasi dan terminasi. Dalam tahap ini konselor dan konseli melihat kembali perilaku apa saja yang sudah disepakati dan jika ada yang menjadi penghambat maka boleh dilakukan negoisas kembali. Kemudian mengevaluasi tentang kegiatan

konseling yang telah dilakukan. Kemudian setelah evaluasi dilakukan, selanjutnya kegiatan pengakhiran (termination) dari proses konseling.

Dalam beberapa upaya yang akan dipakai konselor, diharapkan konseli dapat mengatasi kurangnya konsentrasi belajar yang dialami. Peneliti menggunakan teknik kontrak perilaku karena konsentrasi belajar ini berkaitan dengan kedisiplinan dan hasil belajar, maka dengan pendekatan ini akan melatih perilaku konseli agar lebih baik.

d. Treatment

Setelah sudah ditetapkan terapi apa yang sesuai untuk membantu menyelesaikan permasalahan konseli, langkah selanjutnya adalah memulai memberikan bantuan yang sudah ditetapkan. Dalam hal ini, proses konseling ini sangatlah penting karena digunakan untuk mengukur sejauh mana keberhasilan dalam membantu menyelesaikan masalah yang dialami oleh konseli. Dalam pelaksanaannya teknik kontrak perilaku, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan agar berjalan dengan baik. Adapun treatment yang dilakukan konselor akan menguraikan konseling sejak tanggal 5 Oktober sampai tanggal 11 Januari 2021 adalah sebagai berikut :

1) Pertemuan pertama

Hari/tanggal : 5 Oktober 2021

Tempat : SDI Sahabat Berlian
(Grade 2)

Waktu : 08.30-09.00 WIB

Dalam pertemuan pertama konseling individual dengan teknik kontrak perilaku ini dilakukan oleh peneliti pada waktu sebelum pembelajaran atau masuk waktu pembuka pada jam pelajaran Al-Quran. Waktu ini dipilih oleh peneliti karena peneliti juga sekaligus menjadi guru mata pelajaran Al-Quran, sehingga sebelum memulai pelajaran ada kesepakatan terlebih dahulu antara peneliti dengan konseli. Pada pertemuan pertama ini peneliti memulai proses konseling dengan cara pembinaan hubungan baik (rapport) dengan konseli yang merupakan tahap awal proses konseling sebelum peneliti mendapatkan informasi tentang konseli.

Pertama kali, peneliti menanyakan kabar, ke sekolah di antar siapa, sudah makan atau belum dan bagaimana kegiatan belajar mengajar konseli pada hari-hari sebelumnya ketika dengan guru Al-Quran yang sebelumnya. Komunikasi yang terjadi tidak terlalu formal karena peneliti

harus menyatu dengan kondisi konseli dan supaya nantinya konseli dalam menceritakan masalahnya lebih terbuka dan tidak ragu-ragu serta memberikan informasi seputar dirinya kepada peneliti secara benar sesuai dengan keadaan yang dialaminya. Dalam hal ini peneliti Sebelum memasuki pada tahap inti, peneliti terlebih menjelaskan tentang tata cara yang harus dilakukan oleh peneliti maupun konseli.

Tata cara tersebut diantaranya mengenai lamanya waktu yang dibutuhkan untuk proses konseling (kontrak waktu). Berdasarkan kesepakatan dengan konseli, proses konseling akan dilakukan selama 20 menit. Selanjutnya peneliti menjelaskan permasalahan yang akan dibahas yakni konsentrasi belajar yang dialami, tujuan yang ingin dicapai dalam konseling dan batasan peran antara peneliti dan konseli.

Evaluasi:

Konseli pada awalnya memang terlihat sedikit malu, diam dan agak tertutup dengan peneliti, akan tetapi dengan pembinaan hubungan yang baik (rapport) kemudian konseli mau berbicara kepada peneliti dengan nyaman dan rileks.

2) Pertemuan Kedua

Hari/tanggal : 8 Oktober 2021

Tempat : Grade 2

Waktu : 08.30 – 09.50 WIB

Pada pertemuan kedua ini konselor masih melakukan pendekatan dengan konseli, karena konseli terbilang pendiam jadi perlu dilakukan pendekatan yang lebih. Kali ini konselor menanyakan “*how are you today baby?*” konseli menjawab “*I am very well thank you Teacher Ana*” sambil tersenyum. Kemudian konselor bertanya lagi “*finish breakfast today?*” konseli menjawab “*finish Teacher*”.

Konselor kemudian konselor mengingatkan kembali kesepakatan yang dibahas pada pertemuan pertama “*last time you have promise to teacher to follow, look if teacher teach you and respect to Teacher*” konseli menjawab “*yes Teacher*” kemudian konselor bertanya “*promise to teacher? If you can teacher there is something for you. Do you want?*” konseli menjawab “*yes teacher I want and I promise*”.

Konselor menawarkan lagi waktu kesepakatan untuk melakukan konseling yakni 20 menit dari waktu jam pembelajaran. Konseli menyetujuinya.

Evaluasi:

Konseli pada pertemuan pertama masih agak tertutup pada pertemuan kedua ini sudah lebih jauh merasakan nyaman dan rileks dengan peneliti, sehingga diharapkan dalam melakukan konseling kedepannya tidak ada paksaan ataupun ketidaknyamanan sampai berakhirnya penelitian.

3) Pertemuan ketiga

Hari/tanggal : 12-15 Oktober 2021

Tempat : SDI Sahabat Berlian

Waktu : 08.00 – 08. 50 dan pada pukul 12.10 WIB

Pertemuan kali ini dilakukan pada saat konseli berada di kelas maupun ketika jam pulang tiba. sesuai dengan kesepakatan sebelumnya. Pada pertemuan kedua ini peneliti sudah mulai masuk ke langkah assessment, yakni melakukan identifikasi permasalahan yang dialami oleh konseli dengan menggunakan analisis ABC, Antecedent (pencetus perilaku), Behavior (perilaku yang bermasalah), dan Consequence (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut) atau lebih dikenal dengan analisis ABC. Hal-hal yang ditanyakan pada konseli yaitu seputar kurangnya konsentrasi belajar yang dialami oleh konseli.

Pada pertemuan kali ini konselor mempersilahkan konseli untuk bercerita *“kalau di kelas waktu pembelajaran Al-Qur’an gimana seneng apa enggak?”* konseli menjawab *“seneng tapi kadang-kadang bosan kalau di dalam terus, kelasnya panas”* konselor menjawab *“oh jadi seneng tapi bosan karna panas ya di kelas. Teacher perhatiin augen kalau pembelajaran sering melamun, kenapa melamun apa hayo?”* konseli tersenyum malu menjawab.

Kemudian konselor bertanya lagi *“kalau seperti itu dapat augen dapat ilmu banyak apa enggak?”* konseli menjawab *“enggak”* sembari menundukkan kepala. Konselor bertanya kembali *“kalau melamun mikirin apa sih”* konseli tersenyum dan menjawab *“enggak mikirin apa-apa teacher hehe”*, konselor menjawab *“kirain mikirin hutang”* sambil tertawa supaya membuat suasana lebih menarik dan konseli tidak takut serta cemas.

Saat konseli mulai bercerita, peneliti mulai mengidentifikasi perilaku yang bermasalah dan mulai menganalisis dengan menggunakan ABC. Kemudian di hari-hari berikutnya counselor mulai menggali informasi lagi *“augen kalau*

pembelajaran masih sering melamun kenapa?” konseli menjawab “hehe bosan teacher pengen” konselor menjawab “bosennya karna ga ada game seperti pelajaran yang lain atau gimana?”, konseli hanya tersenyum malu.

Konselor bertanya lagi di hari selanjutnya “augen kalau tidur jam berapa?” konseli menjawab “enggak lhat jam teacher” konselor bertanya lagi “kalau di kelas augen sering ngeluh ngntuk, pusing sakit perut. Tidur sama makannya di jaga ya sayang supaya ketika pembelajaran augen lebih focus kan rumahnya augen jauh kalau istirahatnya lebih awal nanti bangun lebih sehat bugar di sekolah bisa lebih focus manfaatnya jadi dapat ilmu banyak” konseli menjawab “iya teacher aku kadang tidur setelah isya”

Di hari berikutnya Konselor bertanya kembali kepada konseli “apa yang augen rasakan ketika pembelajaran Al-Quir’an? apakah sulit menghafalkan Al-Qur’an? ” konseli menjawab “iya teacher susah kan aku belum bisa membacanya” konselor menjawab “augen pengen bisa?” konseli menjawab “iya teacher” lalu konselor menjawab “kalau pengen bisa caranya bagaimana?”

kemudian konseli menjawab “*memperhatikan teacher*” konselor menjawab “*nah itu sudah tau pinternya, jadi kalau melamun, tidak memperhatikan, main sendiri bisa apa enggak dengan mudah ngehafalin*” konseli menjawab “*enggak teacher*”, konselor menjawab “*augen mau ga belajar konsentrasi, kalau konsentrasi pasti manfaatnya banyak*” konseli menjawab “*iya teacher mau*”.

Selain mengidentifikasi, peneliti juga merangkum pembicaraan, terutama terkait diri konseli dan menemukan inti permasalahan yang dialami konseli

Evaluasi : pada pertemuan kali ini konseli lebih rileks dan lebih enjoy menceritakan apa yang dialami. dalam hal ini konselor lebih mudah mengidentifikasi penyebab dari masalah yang dialami oleh konseli. Dalam tahap ini sudah bisa memulai menentukan langkah-langkah atau cara untuk mencapai perilaku yang akan diubah, kemudian konselor menentukan data awal (baseline data) dan kriteria tingkah laku yang akan diubah atau dicapai dalam kontrak.

4) Pertemuan keempat

Hari/tanggal : 19 Oktober 2021

Tempat : SDI Sahabat Berlian

Waktu : 08.30-08.50 WIB

Setelah dihari sebelumnya sudah mulai membicarakan harus melakukan apa untuk kedepannya atau tingkah laku apa yang harus diubah. Di pertemuan ini konselor dan konseli membuat perjanjian atau kesepakatan terkait perilaku apa saja yang akan di rubah, antara lain sebagai berikut :

Tabel 4.5

Rencana Perubahan Tingkah Laku

No.	Tingkah laku	Rencana perubahan
1.	Melamun sendiri ketika guru sedang menjelaskan / pandangan mata kosong	Pandangan mata focus memperhatikan teacher yang sedang menjelaskan
2.	Berman pensil atau alat tulis yang ada di meja	Tangan tidak memegang apapun ketika belum waktunya jam menulis atau tidak bermain sendiri
3.	Tidak mendengarkan guru	Badan tegak, kepala menghadap ke

		arah guru dan memfokuskan pendengaran ke arah guru
4.	Tidak ada keinginan bertanya	Berani bertanya mulai dari hal-hal terkecil

Setelah menentukan tingkah laku yang akan diubah, konseli diajak berdiskusi menyusun tentang hadiah dan hukuman yang akan didapatkan.

Evaluasi : pada tahap ini konseli terlihat antusias dan ingin berusaha belajar berkonsentrasi ketika sedang pembelajaran karena pertemuan sebelumnya pernah di singgung apa yang bisa di dapatkan dan tidak ketika kurang konsentrasi. Dalam hal ini konselor dapat merancang langkah selanjutnya untuk pertemuan berikutnya.

5) Pertemuan kelima

Hari/tanggal : 22 Oktober 2021

Tempat : SDI Sahabat Berlian

Waktu : 08.30-08.50 WIB

Dalam pertemuan kali ini konselor dan konsel menentukan hadiah (rewards) ketika konseli dapat melaksanakan dan punishment (hukuman) ketika konseli melanggar. Dalam hal ini konselor dapat

mengamati terus setiap harinya karena konselor juga sekaligus menjadi peneliti.

Tabel 4.6

Rewards dan Punishment untuk Perubahan Tingkah Laku

No.	Rencana perubahan	Rewards	Punishment
1.	Badan tegak, kepala menghadap ke arah guru dan memfokuskan pendengaran ke arah guru	2 golden coint dan permen	Menghafalkan surat Al-Qori'ah
2.	Tangan tidak memegang apapun ketika belum waktunya jam menulis atau tidak bermain sendiri	Setiap dua hari sekali mendapatkan 1 balon yang berisi kata-kata motivasi, dampak tidak konsentrasi belajar dan manfaatnya.	Menghafalkan surat Al-Bayyinah, At-Takatsur dan Al-Ma'un
3.	Badan tegak, kepala menghadap ke arah guru dan memfokuskan	Setiap dua hari sekali mendapatkan 1 golden dan 1 balon yang	Menghafalkan surat Al-Bayyinah, At-Takatsur, Al-Ma'un dan

	pendengaran kearah guru	berisi kata-kata motivasi, dampak tidak konsentrasi belajar dan manfaatnya.	Al-Fiil
4.	Pandangan mata focus memperhatikan teacher yang sedang menjelaskan	Mendapatkan 2 golden dan Setiap dua hari sekali mendapatkan 2 balon yang berisi kata-kata motivasi, dampak tidak konsentrasi belajar dan manfaatnya.	Menghafalkan surat Al-Bayyinah, At-Takatsur, Al-Ma'un dan Ad-dhuha

Dalam hal ini sudah disepakati dan ditandatangani oleh konseli (format kontrak terlampir). Proses konseling pada tanggal 22 Oktober berakhir dengan pembuatan kontrak yang telah disepakati oleh konselor dan konseli. Untuk pertemuan selanjutnya, setiap harinya konselor dapat mengamati gerak gerik konseli selama pembelajaran Al-Qur'an berlangsung. Untuk pertemuan

selanjutnya di lakukan pada tanggal 26 Oktober 2020.⁵¹

- 6) Memberikan rewards setiap tingkah laku yang diinginkan di tampilkan sesuai jadwal kontrak

Hari/tanggal : 26 Oktober-3 Desember 2021

Tempat : SDI Sahabat Berlian

Waktu : 08.30-12.00 WIB

Dalam tahap ini pertemuan untuk pemberian reward pertama pada hari senin tanggal 26 Oktober pada pukul 08:45 WIB, pertemuan ini dilaksanakan di dalam kelas, pada pertemuan kali ini konseli masih terlihat menyenderkan badannya di kursi dan tidak mendengarkan gurunya, namun konselor masih memakluminya karena tahap awal namun konseli tetap menerima punishment yakni menghafalkan surat pendek. Namun konselor tetap memberikan semangat kepada konseli dan mencoba memotivasi konseli lagi dengan memberikan golden coin, jika konseli bisa tidur lebih awal besok sehingga tidak lemah lesu mengantuk di kelas, maka akan mendapatkan tambahan 2 golden. *“teacher akan memberikan tambahan 2*

⁵¹ *Treatment* dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 22 Oktober 2020 pada pukul 08.00 WIB.

golden kalau augen besok semangat seperti ini.”

Terkait pemberian golden ini sudah peneliti bicarakan dengan kepala sekolah karena nantinya akan berkaitan dengan nilai. Konseli akan mendapatkan tambahan golden pada tanggal 29 November jika konseli dapat melakukannya

Pada tanggal 29 November 2021 proses konseling dilakukan di dalam kelas, kali ini kontrak pertama dapat dilakukan oleh konseli sehingga konselor langsung memberikan reinforcement dengan kalimat “*Alhamdulillah, masya Allah Tabarakallah kamu cantik kalau seger gini*”, namun konseli masih sesekali menyenderkan badannya tetapi tidak seperti biasanya. Tetapi konselor tetap memberikan reward karena konseli menunjukkan perubahan tingkah laku dan ada peningkatan daripada hari sebelumnya. Konselor juga menyatakan harapan kepada konseli untuk kedepannya jangan sampai seperti itu lagi.

Pada pertemuan kali ini konseli berhasil melakukan perjanjian, meskipun tidak terlalu banyak perubahan. Hal ini juga disaksikan oleh beberapa teman di kelasnya bahwa konseli sudah tidak terlalu

menyenderkan badannya ke kursi ataupun meja seperti biasanya.⁵² Sesuai perjanjian juga konseli mendapatkan 2 golden. Untuk pertemuan selanjutnya yakni pada tanggal 5 November 2021, konselor meminta konseli untuk mempertahankan hal ini dan akan menerima hadiah permen milkta sekaligus 2 golden.

Pada tanggal November 2021 pada pukul 08.30 proses konseling dilakukan di dalam luar kelas. Pada pertemuan kali ini konseli berhasil mempertahankan tingkah laku sesuai kesepakatan selama seminggu, konselor langsung mengatakan “Masya Allah kamui keren” kemudian memberikan permen milkita dan 2 koin golden. Pertemuan selanjutnya konseli diminta untuk melaksanakan kontrak selanjutnya yakni tidak bermain sendiri, jika berhasil maka konselor akan memberikan satu balon setiap satu minggu dua kali yang berisi tulisan kata-kata motivasi yang nantinya akan dikumpulkan menjadi satu dan di tempel di atas papan yang terbuat dari kardus yang sudah disiapkan oleh konselor.

Terhitung satu minggu konselor masih melihat konseli bermain pensil

⁵² Wawancara yang dilakukan kepada teman sekelas konseli pada hari Kamis 29 Oktober 2021 pada pukul 08.50 WIB.

ketika guru sedang menjelaskan, namun konselor tetap memberikan satu balon pada tanggal 9 November yang berisi kata-kata *“Allah maha melihat dan malaikat ada di samping kanan dan kirimui...stay focus!”* konseli tersenyum malu dan melihat gurunya.

Dua hari selanjutnya ada kemajuan meskipun tidak signifikan, konselor memberikan balon yang berisi kata-kata *“Alhamdulillah augen sudah lebih baik hari ini. Augen tidak akan rugi jika berlatih focus ketika teacher sedang menjelaskan...stay focus ya...”* untuk pertemuan satu minggu selanjutnya konselor berharap lebih berkonsentrasi dan tidak memainkan alat tulis sama sekali, kali ini konseli akan mendapatkan 4 balon dalam dua kali pertemuan dalam satu minggu yakni pada tanggal 16 dan 19 November 2020.

Pada tanggal 16 konseli berhak mendapatkan dua balon yang bertuliskan *“Augen sudah berani mencoba yang terbaik hari ini. Tetap focus dan konsentrasi ya jangan lupa tersenyum”* dan *“augen sudah lebih baik hari ini, dengan begitu augen lebih konsentrasi dan augen dapat ilmu yang akan bermanfaat untuk masa depan”* konseli

pun tersenyum dan berterima kasih kepada konselor. Pada tanggal 19 konseli mendapatkan kata-kata *“ketika ada kemauan pasti hasilnya akan baik, seperti augen yang semakin hari semakin ada perkembangan..insha Allah ilmu akan bertambah terus dan bermanfaat.”* Dan juga kata-kata *“tidak ada kata sulit jika kamu mau berusaha dan berdoa, semangat terus ya”* konseli semakin terlihat senang karena sudah mendapatkan enam balon, juga ada rasa bangga karena berhasil melakukan perubahan tingkah laku dan merasakan manfaatnya.

Pada pertemuan berikutnya konselor meminta konseli melanjutkan kontrak yakni tidak melamun lagi, jika konseli berhasil maka akan mendapatkan 4 balon pada dua kali pertemuan dalam minggu selanjutnya yakni pada tanggal 23 dan 26 November 2021. Pada pertemuan di tanggal 23 November konseli masih melamun, sehingga konselor memberikan kata-kata *“Perhatikan dan jangan melamun karena akan membuang Waktu dan merugikan diri”*. Dalam hal ini konselor juga memberikan sanksi yang tidak terlalu berat yakni menghafal surat Al-Bayyinah saja, di pertemuan yang kedua pada tanggal 26 November sudah terlihat perubahan sehingga konseli berhak

mendapatkan dua kata-kata *“ketika augen focus, augen menjadi mudah memahami materi dan lebih semangat kan.”* Dan *“konsentrasi belajar membuat augen bisa membantu teman-teman ketika sedang kesulitan”*,

Hari itu pun konseli sangat bangga terhadap dirinya karena dengan berkonsentrasi ia lebih mudah menghafal sehingga dapat membantu teman-temannya yang kesulitan dalam menghafal dan juga dapat mengingatkan teacher sekaligus bertanya kepada teacher. Untuk pertemuan selanjutnya konselor meminta konseli untuk mempertahankannya maka nanti akan mendapatkan dua balon lagi di tanggal 3 Desember 2020.

Pada tanggal 3 Desember 2020 terlihat perubahan yang signifikan dari konseli, konseli lebih berkonsentrasi sehingga lebih unggul daripada teman-teman yang lain. Konselor pun memberikan dua balon yang berisi kata-kata *“Usaha yang augen lakukan hari ini untuk belajar focus membantu membuat suasa kelas menjadi lebih kondusif”* dan *“Konsentrasi belajar yang sudah augen lakukan selama ini akan membuat augen menerima ilmu baru yang belum augen ketahui”*. Konselor juga memberikan

pelukan kepada konseli dan terus memberikan semangat kepada konseli. Pertemuan minggu selanjutnya adalah pertemuan terakhir dengan konseli atau berakhirnya kontrak, dan konselor berhak memberikan penguatan terhadap tingkah laku yang disepakati menetap.

7) Memberikan penguatan atas tingkah laku yang menetap.

Hari/tanggal : 7 – 18 Desember 2021

Tempat : SDI Sahabat Berlian

Waktu : 08.30-12.00 WIB

Pertemuan ini adalah pertemuan dimana berakhirnya kontrak, konselor bertanggung jawab memberikan penguatan kepada konseli karena tingkah laku konseli yang sudah menetap. Konseli sudah terlihat banyak sekali perkembangan mulai dari antusias, tanya jawab, tidak lagi melamun dan tidak memainkan alat tulisnya ketika guru menjelaskan.

Dalam kontrak terakhir, konseli sudah dinyatakan berhasil melaksanakan kontrak dengan baik. Konselor mengatakan kepada konseli untuk tetap fokus dengan memberikan balon yang berisi kata-kata “*STAY FOCUS AND DON'T FORGET PRAY*”. Konseli juga berhak mendapatkan penguatan dua balon lagi yang berisi kata-kata “Augen lebih

unggul daripada teman-teman yang lain, dengan memperhatikan guru maka ilmu menjadi lebih berkah dan mudah dalam mengingat” dan juga kata-kata “ *Augen menjadi lebih aktif bertanya kepada teacher...tetap semangat terus konsentrasi ya..*”

Konselor berharap konseli juga melakukan konsentrasi belajar di mata pelajaran lainnya karena konselor sudah bekerjasama dengan wali kelas konseli dan juga kepala sekolah. Konselor bertanya kepada konseli bagaimana perasaannya saat ini, konseli menjawab bahwa ia sangat bangga, senang dan bahagia. Kemudian konselor juga menyatakan bahwa jika nanti konseli bisa melakukannya di semua pelajaran maka konselor akan membuat karya tangan yang disukai. Konseli mengatakan akan mencobanya di semua pelajaran.

e. Evaluasi dan Follow Up

Evaluasi merupakan langkah untuk mengetahui sejauh mana hasil yang dicapai setelah melakukan konseling, kemudian setelah mengetahui hasilnya, konselor dapat merancang kegiatan lanjutan sesuai dengan perkembangan konseli. Evaluasi dalam penelitian ini dilakukan sebelum, saat melakukan

konseling, dan setelah konseling dengan cara memperhatikan perilaku konseli.

Sebelum menerapkan teknik kontrak perilaku, sebelumnya konseli sangat kurang dalam konsentrasi belajar. Konseli sering mengeluh pusing dan sebagainya kemudian bermain sendiri serta melamun. Untuk mengetahui sejauh mana hasilnya dapat dilihat saat membangun hubungan dengan konseli yakni tanggal 5 Oktober, kemudian saat proses konseling tanggal 3 Desember dan sesudah konseling pada tanggal 11 Januari 2021.

a) Evaluasi dan Follow Up 1

Hasil wawancara kepada konseli Konseli mengatakan bahwa ia melamun tidak jelas, kemudian ia bermain sendiri ketika di dalam kelas karena merasa bosan. Namun setelah konselor memberikan motivasi dan juga dengan memberikan rewards serta punishment, konseli mulai termotivasi untuk belajar berkonsentrasi.

Tabel 4.7
Evaluasi Kontrak Perilaku
Konseli

No.	Kontrak Perilaku	ST	BT
1.	Badan tegak, kepala menghadap ke arah guru dan memfokuskan pendengaran ke arah guru	√	
2.	Tangan tidak memegang apapun ketika belum waktunya jam menulis atau tidak bermain sendiri		√
3.	Berani bertanya mulai dari hal-hal terkecil	√	
4.	Pandangan mata focus memperhatikan teacher yang sedang menjelaskan		√

Keterangan :

ST = Sudah terlaksana

BT = Belum Terlaksana

b) Evaluasi dan Follow Up 2

Dalam hal ini sudah mulai terjadi perubahan yang signifikan dalam diri konseli sudah melakukan kontrak perilaku sesuai perjanjian yang

disepakati, dan konseli pun mengaku senang dan bangga karena dengan berkonsentrasi ini konseli lebih mudah memahami dan lebih jauh unggul hafalannya di bandingkan teman-temannya.

Tabel 4.8
Evaluasi Kontrak Perilaku
Konseli

No.	Kontrak Perilaku	ST	BT
1.	Badan tegak, kepala menghadap ke arah guru dan memfokuskan pendengaran ke arah guru	√	
2.	Tangan tidak memegang apapun ketika belum waktunya menulis atau tidak bermain sendiri	√	
3.	Berani bertanya mulai dari hal-hal terkecil	√	

4.	Pandangan mata focus memperhatikan teacher yang sedang menjelaskan	√	
----	--	---	--

Keterangan :

ST = Sudah terlaksana

BT = Belum Terlaksana

c) Evaluasi dan Follow Up 3

Pada pertemuan kali ini yakni pada tanggal 11 januari 2021. Karena setelah penerimaan rapot sekolah libur sehingga pertemuan baru bisa dilakukan lagi. Pada tanggal 4 januari konseli sudah mulai masuk, tetapi pertemuan dilakukan minggu kedua agar konseli lebih rileks dan tenang dulu setelah menikmati liburan.

Pada evaluasi kali ini konseli merasa bahwa ia lebih mudah dan cepat memahami maupun menghafal surat-surat pendek. Setelah ia belajar berkonsentrasi banyak manfaat yang dirasakan, ia juga mengatakan bahwa ayahnya sangat senang melihat perkembangan dan dibuktikan

dengan hasil belajarnya di rapot khusus Al-Qur'an. (terlampir)

Konselor juga melakukan wawancara dengan wali kelas dan juga kepala sekolah konseli. Wali kelas konseli mengatakan *“augen sekarang lebih aktif di kelas, meskipun terkadang suaranya masih pelan. Ayahnya juga mengatakan pada saya heran melihat anaknya hafalan surat-surat pendek dari juz 30 katanya cepat banget. Kan di belikan ayahnya semacam smart hafidz itu konseli lebih cepat mendahului suara yang di dengar”*.⁵³

Kemudian kepala sekolah konseli juga mengatakan *“augen sekarang semakin ada peningkatan, dulu itu tidak bisa mengaji dan hafalannya tertinggal dengan teman-temannya. Sekarang malah lebih unggul, semoga saja dengan berkonsentrasi terus*

⁵³ Wawancara yang dilakukan kepada wali Kelas Konseli pada hari Senin pada pukul 13.20 WIB.

*akan mendapatkan
berkahnya.*”⁵⁴

2. Deskripsi Hasil Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur’an Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan

Sejak sebelum konseling dilakukan peneliti melihat bahwa konseli memiliki potensi dalam bidang Al-Qur’an, namun konseli kurang berkonsentrasi sehingga dalam segi pemahaman sangat kurang. Konseli juga menyadari bahwa dirinya kurang berkonsentrasi, dan hal ini juga didukung ketika konselor bertanya kepada teman satu kelasnya untuk memberkan penilaian untuk konseli apakah konseli berkonsentrasi atau tidak ketika pembelajaran, sehingga semester sebelumnya konseli kurang bisa memahami pelajaran yang disampaikan oleh guru, kurang lancar dalam membaca Al-Qur’an dan juga kurang cepat dalam proses menghafal maupun menulis. Dalam hal ini konseli juga terlihat tidak senang karena tidak ada peningkatan dalam belajarnya dan tidak ada rasa bangga dalam dirinya, karena pencapaian hasil belajarnya.

Setelah melakukan proses konseling, konseli sangat berterima kasih dan semakin termotivasi untuk terus berkonsentrasi ketika pembelajaran. Konseli sangat bangga karena selama konseli berjanji akan berkonsentrasi ketika pembelajaran

⁵⁴ Wawancara yang dilakukan kepada kepla sekolah konseli pada hari Senin pada pukul 13.30 WB.

sampai selesai, kini ia lebih unggul daripada teman satu kelasnya. Terhitung sampai saat ini konseli sudah mampu menghafalkan kurang lebih 20 surat-surat pendek dari juz 30. Konseli mengaku sangat senang dan bangga karena bisa lebih berkonsentrasi dan dampaknya ia lebih cepat dalam proses menghafalkan sehingga bisa mencapai posisi menghafal paling tinggi daripada teman-temannya.

Begitu pula dalam menulis, konseli mengaku lebih ingin berkonsentrasi karena tidak merasa bosan dengan metode pembelajaran menulis yang tidak monoton, karena sebelumnya hanya menulis sesuai dengan halaman jilid yang di baca. Adapun metode pembelajarannya yakni di papan dengan materi yang berbeda-beda, dalam hal ini terkadang guru menyuruh menulis di buku maupun di papan tulis langsung secara bersamaan maupun satu persatu, sehingga konseli tidak merasa jenuh dan lebih berkonsentrasi. Konseli sangat berterima kasih kepada konselor karena sudah memotivasi untuk lebih berkonsentrasi ketika pembelajaran, sehingga konseli bisa seperti sekarang ini.

Konseli juga mengaku bahwa saat ini konseli ingin berkonsentrasi dalam setiap mata pelajaran, karena ia sudah mulai memahami mengapa ia harus berkonsentrasi ataupun manfaat dari konsentrasi belajar selain mendapatkan reward dari konselor. Konseli mengatakan bahwa orang tua konseli juga merasa bangga karena

konseli mulai ada perkembangan dalam berkonsentrasi, sehingga dalam menghafal juga lebih cepat.

C. Pembahasan dan Hasil Penelitian

Pada penelitian ini konselor menggunakan analisis deskriptif komparatif yakni menganalisis Teknik Kontrak Perilaku dan data yang sebenarnya di lapangan. Selama penelitian berlangsung, konselor akan mengetahui perbandingan antara konsep teori konseling dengan fakta empiris di lapangan. Sehingga dengan analisis deskriptif komparatif, konselor dapat mengamati perubahan konseli secara langsung bagaimana kondisi konseli, sebelum, saat proses konseling dan sesudah melakukan konseling.

1. Analisis Proses Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan

Tabel 4.9

Data Teori dan Lapangan

No.	Data Teori	Data Lapangan
1.	Identifikasi Masalah	Konselor mengumpulkan informasi melalui guru mata pelajaran sebelumnya, wali kelas dan juga kepala sekolah konseli. Pada kelas 1 konseli sangat sering melamun dan tidak tahu melamunkan apa. Konseli mengaku bahwa ia merasa

		<p>bosan dan jenuh, sehingga ketika guru sedang menjelaskan ia melampiaskan dengan bermain alat pensil yang ada di atas meja atau terkadang memposisikan duduknya menyamping melihat teman-temannya dan tidak memperhatikan guru yang sedang menjelaskan.</p>
2.	Diagnosis	<p>Bisa disimpulkan berdasarkan data dari identifikasi masalah bahwa konseli memiliki gangguan konsentrasi belajar, hal ini di buktikan ketika proses pembelajaran konseli sering melamun, bermain sendiri, tidak ada keinginan untuk bertanya dan tidak mendengarkan guru yang sedang menjelaskan.</p>
3.	Prognosis	<p>Dalam hal ini konselor menetapkan untuk memberikan bantuan dengan menerapkan</p>

		<p>Teknik Kontrak Perilaku untuk membantu konseli dalam berkonsentrasi kembali. Berikut langkah-langkah dalam melaksanakan Teknik Kontrak Perilaku :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Membangun hubungan dengan konseli, dalam hal ini konselor mencoba untuk mengobrol dengan konseli. Bertanya tentang kegiatan sehari-hari dan juga hal-hal yang disukai konseli, sehingga konseli merasa nyaman dan diharapkan ketika membuat kontrak perilaku nanti konseli tidak terpaksa melakukannya. b. Tahap Assesment. Dalam hal ini konselor menjelaskan kepada konseli masalah konsentrasi belajar yang dialami dan menawarkan perjanjian untuk membantu konseli dan
--	--	--

		<p>nantinya akan mendapatkan hadiah sesuai perjanjian yang sudah disepakati.</p> <p>c. Tahap Goal setting, yakni memilah tingkah laku yang akan diubah dengan menggunakan analisis ABC. (Antecedent, Behaviour, Consequence)</p> <p>A (pemicu perilaku), yakni penyebab timbulnya permasalahan sedang dialami konseli. Adapun pemicu permasalahan yang dialami oleh konseli adalah, kondisi ruangan kelas yang sempit dan pengap, metode pengajaran guru yang monoton, serta kondisi psikis dari individu itu sendiri yakni mengantuk dan sering sakit perut.</p> <p>B (perilaku yang menjadi masalah), yakni perilaku</p>
--	--	--

		<p>konseli yang tampak dan menjadi permasalahan.</p> <p>Konseli sering menatap dengan pandangan mata yang kosong (melamun), tangannya bermain dengan alat tulisnya ketika guru sedang menerangkan, dan tidak adanya respon ketika guru sedang bertanya (diam).</p> <p>C (dampak atau akibat dari perilaku tersebut), yakni konsekuensi sebagai hasil dari perilaku yang dilakukan konseli. Akibat dari perilaku konseli yang kurang konsentrasi dalam belajar adalah konseli kurang aktif, tidak dapat memahami atau mengulangi materi hafalan yang disampaikan oleh guru, serta tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru.</p>
--	--	--

		<p>d. Tahap implementasi, yakni menentukan jenis penguatan yang akan diberikan. Konselor memberikan permen, coint, kata-kata pujian dan sebuah papan yang terbuat dari kardus serta sudah tertempel balon-balon yang masih kosong dengan judul “balon yang sudah ku gapai”, balon ini nantinya akan diisi kata-kata tentang pentingnya konsentrasi belajar dan dampak jika tidak konsentrasi belajar serta motivasi umum maupun religi serta snack yang sehat dan juga koin.</p> <p>e. Tahap evaluasi dan terminasi. Dalam tahapan ini, konselor dan konseli melihat kembali perilaku apa saja yang sudah disepakati dan jika ada yang menjadi penghambat maka boleh dilakukan</p>
--	--	--

		<p>negoisas kembali. Kemudian mengevaluasi tentang kegiatan konseling yang telah dilakukan, langkah selanjutnya adalah mengakhiri proses konseling (terminasi).</p>
4.	Treatment	<p>Pada langkah ini konselor menerapkan langkah-langkah Teknik Kontrak Perilaku yang telah disusun di dalam tahap prognosis. Pemberian terapi dilaksanakan mulai tanggal 5 Oktober 2020 Sampai 11 Januari 2021. Berikut langkah-langkah pemberian terapi :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Mengawali dengan membangun hubungan di pertemuan yang pertama dan kedua karena konseli agak pendiam sehingga membutuhkan pendekatan yang lebih. Dalam hal

		<p>ini konselor bertanya mengenai kegiatan keseharian di rumah maupun di sekolah.</p> <p>b. Melakukan Assesment dengan analisis ABC. Dalam hal ini konselor menawarkan bantuan untuk menyadarkan masalah yang dialami oleh konseli sekaligus mencari jalan keluarnya. Konseli awalnya tidak menyadari namun setelah konselor mengajukan pertanyaan berkali-kali, konseli mulai menyadari bahwa ia kurang konsentrasi dalam belajar. Kemudian konselor menawarkan</p>
--	--	--

		<p>bantuan untuk membantu konseli.</p> <p>c. Membuat rencana perubahan tingkah laku yang akan disepakati dan dilakukan kedepannya, dalam hal ini juga ditetapkan rewards jika konseli bisa melakukannya dan juga punishment tidak bisa melakukannya.</p> <p>d. Pertemuan selanjutnya adalah memberikan rewards dan juga punishment yang sudah disepakati sebelumnya.</p> <p>Kemudian di hari berikutnya jika kontrak perilaku sudah bisa dijalani semua maka konselor memberikan penguatan agar konsentrasi</p>
--	--	---

		belajarnya juga diterapkan di mata pelajaran yang lainnya
5.	Evaluasi dan Follow Up	<p>Dalam tahap ini untuk mengetahui keberhasilan konseling sampa sejauh mana atau pencapaian target yang sudah di tetapkan. Dalam dilihat dari perkembangan dan perubahan konseli dalam proses konseling di evaluasi pada tanggal 5 Oktober, 3 Desember 2021 dan 11 Januari 2021. Perubahan yang terjadi sudah mulai terlihat, konseli mengaku sangat senang dan gembira karena mendapatkan apresiasi berupa reward koin, permen dan juga kata-kata motivasi baik secara lisan maupun yang sudah tertulis di dalam balon yang diberi konselor.</p> <p>Selain itu konseli juga merasa bangga dan bahagia bisa lebih berkonsentrasi, sehingga ia</p>

		<p>lebih unggul daripada teman-temannya dan bisa lebih cepat memahami pelajaran maupun dalam menghafal. Konselor pun sampai sekarang tetapii memberikan motivasi kepada konseli, sehingga konseli terus bisa berkonsentrasi, sehingga dapat merasakan manfaat dan hikman yang bisa diambil ketika konseli berkonsentrasi dalam semua mata pelajaran.</p>
--	--	--

2. Analisis Penerapan Teknik Kontrak Perilaku dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan

Dalam hal ini, peneliti melakukan analisis perubahan perilaku yang dialami konseli sebelum dan sesudah konseling dengan menerapkan Teknik Kontrak Perilaku. Sebelum melakukan proses konseling, selama proses pembelajaran berlangsung konseli lebih suka bermain sendiri dan melamun. Adapun lebih jelasnya konselor menyajikan data mengenai Konsentrasi Belajar Al-Qur'an konseli sehingga konseli dapat membawa bekal ilmu yang lebih sebagai modal untuk

masa depan dan menjadi penerus generasi bangsa yang membanggakan serta berguna bagi sesama.

Tabel 4.1

Perbedaan Konsentrasi Belajar
Sebelum dan Sesudah Melakukan Proses
Konseling dengan Menerapkan Teknik
Kontrak Perilaku.

No.	Indikator	Sebelum Konseling	Sesudah Konseling
1.	Penguasaan materi	Kurang memahami dan kurang cepat dalam menangkap penjelasan dari guru, baik dalam hal mengaji, menghafalkan maupun menulis	Lebih cepat memahami materi yang dijelaskan dan lebih cepat mengulangi bacaan yang dicontohkan oleh guru
2.	Tanya jawab	Tidak ada keinginan tanya jawab	Bisa menjawab pertanyaan dari guru dengan percaya diri

			dan sudah mulai ada keinginan untuk menyampaikan pendapatnya dan membantu teman yang kesulitan menjawab ataupun bertanya dengan guru
3.	Tingkah laku	Melamun, bermain dengan alat tulis,	Pandangan mata focus kepada guru yang menjelaskan dan materi yang diterangkan di papan tulis ataupun yang dicontohkan lewat lisan. Tangannya sudah tidak memainkan alat tulis kecuali ketika

			jam menulis.
--	--	--	--------------

Berdasarkan proses analisis dan hasil konseling yang sudah dilaksanakan di lapangan, menerapkan Teknik Kontrak Perilaku disimpulkan dalam meningkatkan konsentrasi belajar berhasil. Karena sebelumnya konseli kurang berkonsentrasi mengalami perubahan menjadi lebih berkonsentrasi. Konseli merasa senang mendapatkan motivasi dan apresiasi, sehingga konseli merasa termotivasi ketika ada perubahan yang bermanfaat dan membuatnya merasa bangga.

3. Prespektif Islam

Konsentrasi belajar dalam prespektif islam merupakan hal yang sangat penting, karena islam sendiri mengajarkan bahwa kita harus bersungguh-sungguh (mujahadah) dalam mengerjakan sesuatu karena akan membawa manfaat bagi diri. Hal ini sebagaimana sabda Rasulullah Shallahu 'Alaihi Wasallam

إِخْرِصْ عَلَىٰ مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ
 S U R A H A R A

Artinya:”.....Bersungguh-sungguhlah dalam (mengerjakan) hal-hal yang bermanfaat bagimu, mohonlah pertolongan dari Allah dan janganlah bersikap lemah.” (Hr. Muslim)

Maksud dari hadist tersebut adalah sesuatu yang dicapai tidak luput dari kesungguhan yang dilakukan, karena kesungguhan sangat penting di

dalam islam sebagai bukti bahwa seseorang melakukan dengan senang hati. Dalam hal ini pun jika individu berkonsentrasi belajar maka individu memperhatikan dengan sungguh-sungguh, sehingga dapat memahami materi dengan cepat dan akan merasakan manfaatnya di masa yang akan datang.

Konsentrasi belajar sangat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman karena menjadi modal utama menerima. Apabila siswa kurang konsentrasi dalam belajar maka proses pembelajaran tidak bisa optimal, sehingga menyebabkan ketidaksihan belajar sehingga bisa mempengaruhi pemahaman materi dan hanya membuang waktu, tenaga, serta biaya. Dalam Q.S Al-Baqarah ayat 45 Allah SWT berfirman agar manusia khusyu' dalam mengerjakan sesuatu:

ط وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ

Artinya: *"Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu. dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyuk."*

Kandungan ayat ini menjelaskan bahwa melakukan apapun hendaknya dilakukan dengan khusyu' agar kita merasa lebih ringan. Begitu pula dengan konsentrasi belajar, apabila siswa dapat berkonsentrasi dengan baik maka akan

meningkatkan kualitas pemahaman dalam belajar dan mudah menerima materi yang disampaikan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian dan mendapatkan beberapa data yang sudah dikumpulkan, penelitian yang berjudul Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Qur'an Siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan Tahun Ajaran 2020/2021 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Proses pelaksanaan konseling dengan menerapkan Teknik Kontrak Perilaku dalam upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan. Adapun langkah-langkah proses konselingnya antara lain; tahap pertama dimulai dengan identifikasi masalah. Disini konselor mengumpulkan data dari Kepala Sekolah dan Wali Kelas untuk mendapatkan informasi secara mendalam dan detail tentang permasalahan yang dialami oleh konseli, yakni gangguan konsentrasi belajar. Kemudian konselor melakukan prognosis, dimana konselor menetapkan jenis bantuan yang tepat untuk konseli. Bantuan yang akan diberikan yaitu Konseling Islam dengan menerapkan Teknik Pembuatan Kontrak yaitu untuk meningkatkan konsentrasi belajar konseli. Langkah berikutnya adalah treatment, yakni proses memberikan bantuan kepada konseli yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi

dan yang terakhir adalah follow up. Hal ini dilakukan untuk melihat perubahan tingkah laku konseli sebelum, saat konseling dan sesudah proses konseling.

2. Hasil konseling yang dilakukan dengan menerapkan Teknik Kontrak Perilaku dalam upaya meningkatkan Konsentrasi Belajar Al-Quran pada seorang siswi terdapat dalam 3 aspek yakni:
 - a. Dilihat dari segi kognitif, konseli sudah lebih cepat memahami materi dan lebih mudah menghafal.
 - b. Afektif, konseli sudah tidak melamun lagi. Pandangan mata fokus, mendengarkan guru yang sedang menjelaskan, mulai aktif untuk bertanya dan bisa menjawab ketika diberi pertanyaan.
 - c. Serta dari segi psikomotorik, konseli sudah tidak bermain sendiri. Tingkah lakunya sudah lebih baik dan sesuai dengan intruksi

B. Rekomendasi

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari bahwasanya penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu peneliti mengharapakan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil dari penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, adapun rekomendasi atau saran adalah sebagai berikut :

- 1) Bagi konselor

Pelaksanaan konseling Islam dengan Teknik Kontrak Perilaku dalam upaya untuk

meningkatkan konsentrasi belajar Al-Qur'an siswi SDI Sahabat Berlian Gendong Laren Lamongan, sebaiknya dipertahankan dan dikembangkan dengan lebih memperbanyak membaca referensi terkait, sehingga proses konseling yang dilakukan bisa mencapai hasil yang maksimal.

2) konseli

Sebagai penerus generasi bangsa teruslah bersemangat dan memiliki jiwa yang selalu ingin tahu, belajarlh dengan sungguh-sungguh dan pertahankan hasil prestasi yang sudah dicapai. Terus berusaha berkonsentrasi ketika guru sedang mengajar, sehingga dapat menambah ilmu dan wawasan agar dapat digunakan dan bermanfaat di masa yang akan datang.

3) Bagi pembaca

Diharapkan para pembaca ketika membaca skripsi ini digunakan sebagai bahan referensi membantu mengatasi masalah yang sama yakni kurang konsentrasi dalam belajar. Dalam hal ini juga para pembaca dapat belajar, sehingga dapat menambah keilmuan.

C. Keterbatasan Penelitian

Dengan mengucapkan Alhamdulillah Rabbil'alamin kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan taufiq, rahmat serta hidayahNya. Sholawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada nabi Agung Nabi Muhammad SAW, karena atas rezeki yang berupa nikmat kemudahan, kelancaran dan kesehatan penuls bisa menyelesaikan skripsi ini.

Tak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini, terutama kepada dosen pembimbing karena tanpa pengarahan dan bimbingan penulis akan mengalami kesulitan dalam penyusunan skripsi ini. Penulis hanya bisa mendoakan kebaikan-kebaikan, semoga Allah SWT membalas amal baik kalian semua.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan baik dalam segi penyusunan bahasa, pengolahan kata baku, batasan masalah maupun dalam pembahasan teorinya. Untuk itu, kepada para pembaca penulis sangat mengharapkan adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya suatu harapan penulis, semoga skripsi ini membawa manfaat baik dalam bidang pengetahuan maupun dalam pengalaman khususnya bagi penulis. Aamiin yaa Rabbal'alam.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2009. *Psikologi Umum*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Amin, Zakki Nurul. 2017, *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori Contoh dan Aplikasi Penerapan)*, Semarang : UNNES Press.
- Aviana, Ria. 2015. “*Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang*”, Jurnal Pendidikan sains vol 2 No I.
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung : Refika Aditama.
- Dimiyati dan Mujiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Gantiina, Kumalasari dkk., 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta : indeks.
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, Jakarta : Puspa Swara.
- Hardjana, Agus M. 1994. *Kiat Sukses Mudi di Perguruan Tinggi*. Yogyakarta : Kaisius.
- Herdiansyah, Haris. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta : Salemba Humanika.

- HM, Ahmad Rohani. 2010. *Pengelolaan Pengajaran Sebuah Pengantar Menuju Guru Profesional*. Jakarta ; Rineka Cipta.
- Koentjoroningrat. 1983. *Metode Penelitian Masyarakat*. Jakarta : Grafindo.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Muhaimin. 2002. *Paradigma Pendidikan Islam*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Muhibbin, Syah. 2007. *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Riduwan. 2004. *Metode Riset*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rusyan, Tabrani. 1989. *Pendekatan dalam Prestasi Belajar Mengajar*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Slameto. 1995. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : Rineka Cipta, 1995.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukmadinata. 2007. *Meotode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Rosdakarya.
- Sunawan. 2009. *Diagnosa Kesulitan Belajar*. Semarang : UNNES.

Siry, Hendra. 2003. *Kiat Mengajak Anak Belajar dan Berprestasi*. Jakarta : Elex Media Komputindo.

Suryabrata, Sumadi. 2003. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Sutja, Akmal. 2016. *Teori dan Aplikasi Konseling*. Yogyakarta : WR.

Sutopo. 2002. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Surakarta : Sebelas Maret University Press.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A