



## Analisis Perilaku *Off-Task* dan Penanganannya (Studi Kasus Pada 1 Siswa di MTsN4 Bone)

Analysis Of Off-Task Behavior and its Handling (Case Study on 1 Student at MTsN4 Bone)

Nurul Ilmi<sup>1\*</sup>, Dr. Suciani Latif, MPd<sup>2</sup>, Prof. Dr. Abdullah Siring, MPd<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

\*nurulilmi374@gmail.com

### Abstrak (Bahasa Indonesia)

Penelitian ini menganalisis tentang perilaku off-task dan penanganannya terhadap 1 siswa di MTsN 4 Bone. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Gambaran terkait dengan bentuk-bentuk perilaku off-task pada subjek SA di MTsN 4 Bone, (2) Faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku off-task pada subjek SA di MTsN 4 Bone, (3) Dampak dari perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA di MTsN 4 Bone, (4) Upaya yang dapat dilakukan dalam menangani masalah perilaku off-task pada subjek SA di MTsN 4 Bone. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus klinis. Sumber data dalam penelitian ini yaitu subjek (SA), teman kelas, guru BK, guru mata pelajaran, dan orang tua subjek. Pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Teknik analisis data menggunakan analisis kualitatif yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Gambaran terkait dengan bentuk-bentuk perilaku off-task pada subjek SA yaitu perilaku off-task motoric behavior, perilaku off-task verbal behavior, dan perilaku off-task passive behavior. (2) Faktor yang menyebabkan perilaku off-task pada subjek SA yaitu faktor internal: motivasi belajar siswa yang rendah dan kurangnya ketertarikan siswa terhadap pelajaran di kelas. Adapun faktor eksternal: adanya pengaruh dari teman. (3) Dampak perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA yaitu dampak internal: tidak dapat memahami materi pelajaran dengan baik dan ketinggalan materi pelajaran yang telah diberikan oleh guru. Adapun dampak eksternal: mengganggu konsentrasi teman yang sedang belajar serta kecenderungan pada siswa lain untuk terpengaruh dan ikut berperilaku off-task di kelas. (4) Upaya yang dilakukan dalam menangani masalah perilaku off-task pada subjek SA adalah melalui upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah/ guru BK dan upaya yang dilakukan oleh peneliti. Upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah/ guru BK adalah dengan melibatkan berbagai strategi, seperti memberi teguran, peringatan, atau nasihat, serta komunikasi dengan orang tua. Adapun upaya yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan menggunakan teknik kontrak perilaku. Setelah intervensi diberikan, maka subjek SA secara perlahan dapat mengurangi perilaku off-task-nya dan mencapai keberhasilan dalam belajar.

**Kata Kunci:** Perilaku Off-Task. Teknik Kontrak Perilaku

### Abstract (Bahasa Inggris)

This research analyzes off-task behavior and its handling of 1 student at MTsN 4 Bone. The aim of this research is to determine: (1) Descriptions related to forms of off-task behavior in SA subjects at MTsN 4 Bone, (2) Factors that cause off-task behavior in SA subjects at MTsN 4 Bone, (3) The impact of off-task behavior carried out by SA subjects at MTsN 4 Bone, (4) Efforts that can be made to deal with off-task behavior problems in SA subjects at MTsN 4 Bone. The approach used in this research is a qualitative approach with a clinical case study type of research. The data sources in this research are the subject (SA), class friends, guidance and counseling teachers, subject teachers, and the subject's parents. Data collection



uses interviews and observations. The data analysis technique uses qualitative analysis, namely data reduction, data presentation and drawing conclusions. The results of this research show that: (1) Descriptions related to forms of off-task behavior in SA subjects, namely off-task motor behavior, off-task verbal behavior, and off-task passive behavior. (2) Factors that cause off-task behavior in SA subjects are internal factors: low student learning motivation and lack of student interest in lessons in class. As for external factors: influence from friends. (3) The impact of off-task behavior carried out by SA subjects is internal impact: not being able to understand the lesson material well and missing out on the lesson material given by the teacher. The external impact: disturbing the concentration of friends who are studying and the tendency for other students to be influenced and participate in off-task behavior in class. (4) Efforts made to deal with the problem of off-task behavior in SA subjects are through efforts made by the school/counseling teacher and efforts made by researchers. Efforts made by the school/BK teacher involve various strategies, such as giving warnings, warnings or advice, as well as communicating with parents. The efforts made by researchers are by using behavioral contract techniques. After the intervention is given, SA subjects can slowly reduce their off-task behavior and achieve success in learning.

**Keywords:** Off-Task Behavior. Behavioral Contract Techniques

## 1. PENDAHULUAN

Di dalam kegiatan pembelajaran terjadi interaksi antara guru dan siswa dalam suatu lingkungan belajar. Di dalam kelas, guru melaksanakan aktivitas mengajar, menyampaikan berbagai pengetahuan dan keterampilan kepada siswa, sedangkan siswa berupaya untuk memahami apa yang disampaikan oleh guru. Kegiatan pembelajaran akan menjadi lebih bermakna apabila tercipta situasi belajar yang kondusif. Melalui situasi belajar yang kondusif, siswa akan lebih mudah menerima apa yang disampaikan oleh guru sehingga tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan akan dapat dicapai dan akan memperoleh hasil belajar yang maksimal. Kondisi seperti ini merupakan kondisi ideal dalam proses pembelajaran.

Namun pada kenyataannya berdasarkan data awal yang ditemukan oleh peneliti di lapangan, bahwa adanya sikap atau perilaku negatif siswa di dalam kelas yang tidak sesuai dengan keadaan seharusnya yang dapat mengganggu aktivitas belajar di kelas. Hal ini menunjukkan bahwa situasi atau kondisi belajar yang kondusif masih belum sepenuhnya dapat terlaksana karena masih ada perilaku dari siswa yang membuat situasi belajar menjadi tidak kondusif.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap guru bimbingan dan konseling dan guru mata pelajaran tersebut, menunjukkan bahwa ada beberapa perilaku yang ditunjukkan oleh subjek SA di kelas, seperti mengajar temannya berbicara diluar materi pelajaran, berjalan keliling kelas bahkan sampai keluar kelas tanpa izin dari guru, melempar-lempar gulungan kertas kepada temannya, bernyanyi, serta lebih memilih untuk tidur di kelas daripada mengerjakan tugas yang telah diberikan. Hampir semua guru yang mengajar mengeluh atas perilaku yang ditunjukkan oleh SA dikelas pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Dari beberapa bentuk perilaku yang ditunjukkan oleh subjek (SA), maka perilaku tersebut dapat dikatakan sebagai perilaku off-task. Perilaku off-task merupakan perilaku negatif yang tidak dikehendaki terjadi di dalam proses belajar mengajar atau pembelajaran dikelas, dimana perilaku tersebut muncul dari sikap siswa (Putri Erlisa dan Yarni, 2023). Selain itu, Jennifer dan Soeda (Andiani dan Naqiyah, 2019) juga mendefinisikan perilaku off-task sebagai perilaku negatif yang tidak berkaitan dengan pembelajaran di sekolah dimana individu tersebut melibatkan dirinya dalam salah satu perilaku dalam waktu lebih dari tiga detik: tidak memperhatikan jika guru sedang menerangkan pelajaran di kelas, mewarnai atau menggambar saat jam pelajaran berlangsung yang tidak ada kaitannya dengan mata pelajaran, keluar dan tidak bisa diam saat duduk di dalam kelas.

Peneliti mengangkat fokus kajian perilaku off-task sebagai studi kasus karena berdasarkan beberapa alasan, diantaranya yaitu merupakan sesuatu atau hal yang urgent untuk diteliti. Karena perilaku off-task yang dilakukan siswa dapat memberikan dampak yang negatif pada pembelajaran dan pencapaian belajar siswa, tidak hanya berdampak pada diri sendiri namun juga berdampak pada siswa lain. Dampak internal seperti siswa yang sering terjebak dalam perilaku off-task tidak dapat mencerna materi pelajaran dengan baik, ketinggalan materi pelajaran yang telah diberikan, serta penurunan konsentrasi dan fokus pada tugas yang

sedang mereka lakukan. Hal ini dapat menghambat kemampuan siswa untuk mengikuti instruksi dari guru, menyelesaikan tugas dengan baik, dan memanfaatkan waktu belajar dengan efektif. Adapun dampak eksternalnya seperti, dihindari oleh banyak teman, serta mengganggu konsentrasi teman yang sedang belajar dengan serius.

Dalam konteks pendidikan, perilaku off-task sering kali dianggap sebagai masalah yang harus diatasi oleh guru dan pihak sekolah. Penelitian yang dilakukan dapat memberikan wawasan dan saran praktis bagi para guru dan pihak sekolah untuk menangani perilaku off-task siswa di kelas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang apa saja bentuk-bentuk dari perilaku off-task yang ditunjukkan subjek (SA) selama proses pembelajaran dikelas, faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku off-task pada subjek (SA), dampak perilaku off-task, serta upaya yang tepat untuk menangani masalah perilaku off-task pada subjek (SA) di MTsN 4 Bone.

Berdasarkan uraian di atas, maka dari itu peneliti tertarik mengkaji permasalahan ini dan melaksanakan penelitian yang berjudul “Analisis Perilaku Off-Task dan Penanganannya (Studi Kasus Pada 1 Siswa di MTsN 4 Bone)”.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

### A. Kajian Tentang Perilaku *Off-Task*

#### 1. Pengertian Perilaku *Off-Task*

Perilaku off-task merupakan perilaku yang bersifat mengganggu dan tidak diharapkan kemunculannya pada saat kegiatan pembelajaran itu berlangsung (Maulana, 2019). Selain itu, Jennifer dan Soeda (Andiani dan Naqiyah, 2019) mendefinisikan perilaku off-task sebagai perilaku negatif yang tidak berkaitan dengan pembelajaran di sekolah dimana individu tersebut melibatkan dirinya dalam salah satu perilaku dalam waktu lebih dari tiga detik: tidak memperhatikan jika guru sedang menerangkan pelajaran di kelas, mewarnai atau menggambar saat jam pelajaran berlangsung yang tidak ada kaitanya dengan mata pelajaran, keluar dan tidak bisa diam saat duduk di dalam kelas.

Sparzo (Nurhayati, dkk., 2022) menggambarkan perilaku *off-task* seperti tingkah laku *impulsive*, kurang memperhatikan, tidak menyelesaikan tugas, meninggalkan tempat duduk, berbicara tanpa permissi. Selain itu, Sintiasari dan Nursalim (2018) juga menjelaskan perilaku *off-task* adalah perilaku siswa yang tidak diharapkan kemunculannya pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Perilaku *off-task* dapat mengakibatkan suasana kelas menjadi tidak kondusif sehingga tujuan belajar tidak bisa tercapai secara optimal dan prestasi belajar siswa akan menurun.

Selain itu, (Nuraeni, dkk., 2022) mengungkapkan perilaku off-task merupakan perilaku tidak melaksanakan tugas seperti tidak memperhatikan guru saat mendemonstrasikan suatu tugas, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, tidak memperhatikan benda yang diperagakan oleh guru, perilaku mengganggu teman seperti memaikan alat tulis disekitar temannya, meminjam, atau mengambil alat tulis temannya tanpa izin, berbicara hal-hal diluar materi pelajaran yang dapat merugikan temannya. Secara umum perilaku off-task adalah perilaku yang tidak efektif di dalam menunjang kegiatan belajar mengajar dalam kelas.

Dari beberapa ulasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku *off-task* merupakan perilaku siswa yang tidak mendukung proses pembelajaran didalam kelas, dimana siswa atau peserta didik melepaskan diri sepenuhnya dari lingkungan belajar dan melibatkan diri pada hal-hal yang tidak ada kaitannya dengan kegiatan belajar dikelas.

#### 2. Bentuk-Bentuk Perilaku *Off-Task*

Shapiro (Putri Erlisa dan Yarni, 2023) menjelaskan bentuk-bentuk dari perilaku off-task yang ditunjukkan siswa terdiri dari 3 (tiga) aspek yaitu :

- a. Off-Task Motoric Behaviors, yaitu kegiatan yang siswa lakukan pada saat pelajaran berlangsung dengan menggerakkan anggota tubuh secara berlebihan seperti, berjalan atau berlarian di dalam kelas selama proses belajar, keluar dan masuk kelas saat ada guru, menerbangkan atau melempar benda-benda.
- b. Off-Task Verbal Behaviors, yaitu kegiatan di luar proses belajar yang dilakukan oleh siswa dengan menggunakan kata-kata atau kalimat yang tidak sepatasnya, seperti berbicara tidak sopan, bersiul, bernyanyi, bersendawa, dan kegiatan-kegiatan lainnya.

- c. Off-Task Passive Behaviors, yaitu kegiatan atau aktivitas di luar pembelajaran yang dilakukan oleh siswa dengan tidak terlibat dalam kegiatan kelas dan enggan terlibat dalam proses pembelajaran yang sedang berlangsung seperti tidur, melamun serta menatap keluar ruangan sehingga membuat tugas yang diberikan guru tidak dapat di selesaikan.

### 3. Faktor Penyebab Perilaku *Off-Task*

Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi perilaku off-task menurut Febrianti dan Neviyarni (2021), yaitu faktor internal dan eksternal.

- a. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, yaitu emosional yang mencakup di dalamnya, kepribadian, temperamental, kemarahan, penentangan, ketegasan, frustrasi, kecemasan, ketakutan, kebosanan, over stimulasi, kebutuhan akan perhatian, kecemburuan, dan rendah diri. Selain itu juga fisiologis yang mencakup di dalamnya gizi buruk, kelaparan, kelelahan, penyakit, dan alergi.
- b. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu tersebut, yaitu faktor keluarga, sekolah dan masyarakat.

Menurut Robert (Zuhara, 2021) bahwa perilaku off-task yang ditunjukkan pada seorang siswa dikarenakan oleh berbagai perihal, yaitu untuk memperoleh perhatian dari orang dewasa, teman sebayanya, ataupun bahkan memperoleh kesempatan agar dapat menjalankan kegiatan yang teramat disukai, contohnya berbicara pada teman ataupun bermain pada benda-benda serta agar dapat melarikan diri ataupun menghindari dari aktivitas yang tidak diharapkan, misalnya menulis ataupun membaca. Perilaku off-task tersebut bisa dilihat dari siswa yang membolos, tidak mengikuti kegiatan belajar mengajar dan tidak mengerjakan tugas. Selain itu, Nurhayati., dkk., (2022) menjelaskan perilaku off-task terjadi karena ketidakmampuan peserta didik dalam mengontrol diri. Peserta didik dengan kontrol diri (self-control) yang rendah, cenderung memiliki perilaku off-task sehingga bermasalah di dalam kelas.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku *off-task* pada siswa dikelas, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Dimana faktor intenal merupakan faktor yang disebabkan dari dalam diri siswa atau peserta didik itu sendiri. Sedangkan faktor ekstenal merupakan faktor yang disebabkan dari luar diri siswa atau peserta didik.

### 4. Dampak Perilaku *Off-Task*

Menurut Febrianti dan Neviyarni (2021) bahwa dampak dari perilaku off-task yaitu dapat merugikan siswa. Kerugian-kerugian bagi siswa yang berperilaku off-task menunjukkan bahwa siswa yang memiliki perilaku off-task harus segera diberikan intervensi untuk dapat mereduksi perilakunya tersebut, tanpa dilakukannya intervensi pada siswa yang berperilaku off-task, maka perilaku ini akan cenderung memburuk, memiliki resiko yang lebih serius pada masalah sepanjang hidup. Begitu juga menurut Mukti, dkk., (2022) menjelaskan bahwa perilaku off-task siswa bisa membuat kelas tidak aman serta mengganggu proses kegiatan pembelajaran sehingga keberhasilan akademik mutunya kurang baik dan hasil tidak efektif bagi siswa.

Menurut Halimah, dkk., (2020) perilaku off-task sangat berdampak negatif bagi siswa diantaranya berdampak bagi diri sendiri, teman sekelas dan perilaku tersebut dapat menghambat pencapaian prestasi yang optimal dari siswa dikarenakan siswa tidak mengerti dan ketinggalan materi pembelajaran. Perilaku off-task yang dilakukan oleh siswa ini memberikan pengaruh yang sangat besar bagi perkembangan akademik siswa. Munculnya perilaku off-task ini merupakan bentuk berkurangnya minat belajar pada siswa sehingga keterlibatan intelektual emosional siswa dalam mengikuti pelajaran berkurang (Maulana, 2019).

### B. Teknik Kontrak Perilaku Sebagai Upaya Penanganan Perilaku *Off-Task*

#### 1. Pengertian Teknik Kontrak Perilaku

Erior Bredly T (Fauziyah, 2021) mengatakan bahwa behavioral contract atau kontrak behavior adalah sebuah kesepakatan yang dilakukan oleh dua atau lebih individu dan mereka sepakat untuk berada dalam perilaku target. Sedangkan menurut Ratna (Septianingsih, dkk., 2022) mengemukakan bahwa kontrak perilaku merupakan persetujuan hasil kesepakatan oleh dua orang atau lebih (konselor dengan klien) yang bertujuan untuk mengubah perilaku konseli dan bilamana konseli mampu mengubah perilakunya, maka konseli akan diberikan reward. Konselor dan konseli dapat memilih perilaku yang realistik dan dapat

diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada konseli.

Erford (Sintiasari dan Nursalim, 2018) juga menjelaskan bahwa salah satu kekuatan utama kontrak perilaku adalah ia menuntut orang-orang untuk konsisten terhadap perilakunya sesuai dengan kesepakatannya. Kontrak perilaku dapat digunakan untuk mengajarkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diharapkan.

Dari beberapa ulasan di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik kontrak perilaku adalah persetujuan atau kesepakatan antara dua orang atau lebih yaitu konselor dan konseli untuk mengubah perilaku konseli menjadi perilaku yang sesuai dan apabila perilaku konseli berubah dalam waktu yang telah disepakati, maka konseli akan menerima hadiah berupa penghargaan (reward), dan apabila konseli melanggar kontrak, maka konseli akan mendapatkan hukuman (punishment).

## 2. Tujuan dan Manfaat Teknik Kontrak Perilaku

Teknik kontrak perilaku adalah teknik dalam konseling behavioral yang dapat digunakan untuk menimbulkan dorongan dalam diri, sehingga siswa merasa semangat dalam meningkatkan tingkah laku yang lebih baik dari sebelumnya serta mengatur kondisi siswa dalam menampilkan tingkah laku yang diharapkan, berdasarkan kontrak yang dibuat oleh siswa dan guru bimbingan dan konseling, dan tujuan dari kontrak perilaku yaitu untuk menimbulkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan atau menginginkan perilaku yang diharapkan (Kusnadi, dkk., 2022). Selain itu, (Sintiasari dan Nursalim, 2018), juga menjelaskan bahwa kontrak perilaku dapat digunakan untuk mengajarkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diharapkan.

Corey (Ningsih, 2021) menyebutkan bahwa manfaat pemberian teknik kontrak perilaku yaitu mengarahkan ketercapaian perubahan pada siswa, individu lebih disiplin bertingkah laku dan bertanggung jawab atas komitmen yang dibuat sendiri, tingkat kepercayaan diri individu meningkatkan, individu percaya dapat mengubah perilaku yang merugikan menjadi perilaku baru yang positif.

Adapun manfaat dari penggunaan teknik kontrak perilaku menurut Purnama (Amelia, dkk., 2023) yaitu membantu individu atau membantu manusia beradaptasi dan menghindari dari perilaku yang kurang diterima, membantu mendisiplinkan individu, memberi edukasi terhadap berbagai perubahan perilaku dan menanamkan rasa percaya sesama manusia.

## 3. Tahap-Tahap Teknik Kontrak Perilaku

Menurut Komalasari dan Wahyuni (Marisa, dkk., 2020) menjelaskan bahwa tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a. Identifikasi perilaku yang akan diubah dengan melakukan analisis ABC (Antecedent, Behavior, Consequence). Analisis ABC (Antecedent, Behavior, Consequence) yaitu analisis untuk memilih perilaku anak yang akan diubah yang dimulai dari Antecedent (pencetus perilaku), kemudian Behavior yang berarti perilaku yang dipermasalahkan mencakup tipe tangkah laku, frekuensi perilaku, dan durasi perilaku. Consequence merupakan konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut.
- b. Tentukan data awal (baseline data) atau perilaku yang akan diubah. Data awal (baseline data) didapat dari data perilaku setelah melakukan analisis ABC yang akan dibandingkan dengan data perilaku setelah intervensi.
- c. Tentukan jenis penguatan yang akan diterapkan. Setelah menentukan perilaku yang akan diubah, guru menentukan jenis penguatan yang akan diterapkan untuk diberikan kepada siswa. Bentuk-bentuk penguatan yang baik untuk diterapkan pada siswa yaitu penguatan positif dapat berupa hadiah (permen, kado, makanan, stiker, bintang, dan lain-lain), perilaku (senyum, menganggukkan kepala untuk menyetujui, bertepuk tangan, mengacungkan jempol), atau penghargaan lainnya.
- d. Berikan reinforcement setiap kali perilaku yang diinginkan ditampilkan. sesuai jadwal kontrak. Reinforcement atau penguatan merupakan rangsangan yang diberikan kepada anak atas perkembangan positif yang ditunjukkan oleh anak. Penguatan seharusnya diberikan segera setelah muncul perilaku atau respons siswa yang diharapkan. Penundaan pemberian penguatan cenderung kurang efektif untuk merubah perilaku anak.

- e. Berikan penguatan setiap saat perilaku yang ditampilkan menetap. Penguatan juga diberikan saat anak sudah menampilkan perilaku positif secara konsisten. Hal tersebut dilakukan agar usaha anak merasa dihargai dan untuk memberikan motivasi kepada anak untuk tetap berperilaku positif.

#### 4. Prinsip Dasar Teknik Kontrak Perilaku

Komalasari dan Wahyuni (Marisa, dkk., 2022) menjelaskan bahwa prinsip-prinsip dasar penerapan kontrak perilaku yaitu kontrak disertai dengan penguatan, reinforcement diberikan dengan segera, kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara guru dan anak, kontrak harus fair, kontrak harus jelas (target perilaku, frekuensi, lamanya kontrak), kontrak dilaksanakan secara terintegrasi dengan program sekolah.

Chalimi (Marisa, dkk., 2022) juga menyatakan dalam pemberian teknik kontrak perilaku, ada suatu yang harus dilakukan dalam memantapkan perilaku yaitu, siswa atau konseli harus mau mencoba suatu yang sudah didiskusikan serta yang sudah ditulis dalam perjanjian, serta adanya hal yang harus diprioritaskan masalah siswa atau individu atau konseli terlebih dahulu, agar tidak melebar kemana-mana permasalahannya. Serta dalam perjanjian secara tertulis didalamnya harus adil bobotnya. Kontrak harus jelas untuk kedua belah pihak. Kontrak harus jujur dimana harus dilakukan sesuai dengan isi perjanjian antara konselor atau guru bimbingan dan konseling serta siswa atau individu atau konseli harus menepati isi dalam kontrak tersebut. Isi kontrak didalam penulisannya harus mengandung kalimat penguatan. Isi perjanjian harus didiskusikan secara terbuka serta disepakati oleh konselor dan siswa atau individu atau konseli yang berjumlah satu atau lebih.

#### 5. Kelebihan dan Kekurangan Teknik Kontrak Perilaku

##### a. Kelebihan Teknik Kontrak Perilaku

Kelebihan pelaksanaan teknik kontrak perilaku menurut Fatimah dan Agung (2020), adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaannya yang cukup sederhana
2. Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa teknik yang lain
3. Teknik ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya
4. Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok

Sejalan dengan hal tersebut, Paramita (Marisa, dkk., 2022) juga menjelaskan bahwa kelebihan dari teknik kontrak perilaku adalah cara pelaksanaannya mudah, mempunyai waktu yang singkat dalam mengubah perilaku siswa atau individu atau konseli, teknik kontrak perilaku bukan hanya bisa dilakukan oleh satu siswa namun bisa dilakukan oleh berkelompok.

##### b. Kekurangan Teknik Kontrak Perilaku

Menurut Fatimah dan Agung (2020), kekurangan dalam pelaksanaan teknik kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

1. Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri
2. Bagi konselor yang kurang dapat memberikan reinforcement dengan baik dan hati-hati, pelatihan ini kurang dapat berjalan dengan baik.

### 3. METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang diteliti, maka pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus klinis (clinical case study) terhadap satu orang siswa yang teridentifikasi berperilaku off-task di kelas.

#### B. Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai instrumen kunci serta aktif dan pengumpul data dalam upaya mengumpulkan data-data di lapangan. Instrumen kunci yang dimaksud adalah peneliti sendirilah yang membuat, menggali data dan menafsirkannya atau dengan kata lain peneliti sendiri yang membuat pertanyaan



wawancara, melakukan wawancara, mengolahnya, menganalisisnya dan lain sebagainya. Sedangkan instrumen pengumpulan data yang lain selain manusia adalah berbagai bentuk alat-alat bantu dan dokumen-dokumen untuk menunjang keabsahan hasil penelitian yang berfungsi sebagai instrumen pendukung. Oleh karena itu, kehadiran peneliti secara langsung di lapangan sebagai tolak ukur keberhasilan untuk memahami fenomena yang diteliti, sehingga keterlibatan peneliti secara langsung dan aktif dengan informan dan sumber data lainnya disini mutlak perlu dilakukan semata-mata untuk mendapatkan data yang akurat.

### C. Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini adalah di MTsN 4 Bone yang terletak di Jalan Poros Makassar-Sinjai KM 153, Desa Pitumpidange, Kecamatan Libureng, Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan, Kode Pos 92766. Sekolah ini mempunyai luas tanah 6.474 m<sup>2</sup> dan luas bangunan 2.633 m<sup>2</sup>. Pemilihan MTsN 4 Bone sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan survei awal yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa terdapat siswa yang memiliki perilaku off-task dikelas.

### D. Sumber Data

Dalam pengumpulan sumber data, peneliti melakukan pengumpulan sumber data dalam wujud data primer dan data sekunder.

#### 1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber atau dapat disebut sebagai data utama. Peneliti menggunakan data primer ini untuk mendapatkan informasi langsung mengenai perilaku off-task, yang diperoleh dari sumber informan yaitu individu yang akan diteliti. Sumber data utama diperoleh dari hasil wawancara dan observasi yang kemudian dicatat melalui catatan tertulis.

#### 2. Data Sekunder

Sumber data sekunder merujuk pada informasi yang sudah dikumpulkan dan dipublikasikan oleh pihak lain sebelum penelitian yang sedang dilakukan. Data sekunder diambil dari dokumen, data serta penelitian terdahulu yang relevan.

Dalam rangka memperoleh sumber data yang tepat dan akurat peneliti menentukan klasifikasi informan.

Beberapa klasifikasi informan yang telah ditentukan yakni informan utama, informan kunci, dan informan pendukung.

#### 1. Informan Utama

Informan utama yang dimaksud yaitu siswa yang berinisial (SA) yang berperilaku off-task di kelas. Yang nantinya akan memberikan informasi dan penjelasan yang mendalam terkait dengan kondisi yang dialaminya.

#### 2. Informan Kunci

Dalam pengumpulan data, peneliti memulainya dari informan kunci untuk mendapatkan gambaran yang utuh dan menyeluruh tentang masalah yang diamati. Informan kunci dalam penelitian ini adalah guru BK, guru mata pelajaran dan teman kelas subjek.

#### 3. Informan Pendukung

Selain informan kunci, juga diperlukan informan pendukung. Informan pendukung merupakan orang yang paham terhadap kondisi si kasus, namun tidak sedalam informan kunci. Informan pendukung yang dimaksud adalah orang tua SA. Yang kemudian akan memberikan informasi dan penjelasan untuk memperkuat informasi yang telah didapatkan dari informan kunci.

### E. Prosedur Pengumpulan Data

#### 1. Wawancara

Adapun prosedur wawancara dalam penelitian ini yaitu, (1) Menentukan terlebih dahulu siapa yang akan menjadi informan, (2) Menentukan tipe atau jenis wawancara yang akan dilakukan, (3) setelah menemukan informan yang sesuai dengan kriteria, peneliti kemudian membuat pedoman wawancara yang akan digunakan ketika melakukan wawancara kepada subjek, (4) menentukan waktu pelaksanaan wawancara, (5) untuk tahap pelaksanaan wawancara, peneliti merekam dan mencatat respon yang diberikan oleh informan. (6) ketika tahap wawancara sudah berakhir, peneliti menyimpan data untuk kemudian dijabarkan dalam bentuk transkrip dan peneliti melakukan pengkodean atau coding.

#### 2. Observasi

Observasi dilakukan untuk mengetahui gambaran perilaku off-task siswa terkait apa saja bentuk-bentuk perilaku off-task yang ditunjukkan selama pembelajaran di kelas. Observasi yang dilakukan peneliti

merupakan observasi langsung yang dimana pengamatan dilakukan secara langsung mengenai situasi dan kondisi siswa kasus di kelas. Oleh karena itu peneliti ikut serta dalam proses pembelajaran di dalam kelas untuk melakukan observasi secara langsung. Pedoman observasi yang akan digunakan peneliti adalah daftar cek (checklist). Peneliti hanya tinggal memberikan tanda cek pada daftar terhadap ada atau tidaknya aspek yang akan diamati. Penggunaan daftar cek ini bertujuan untuk mempermudah pencatatan data dengan baik dan cepat serta untuk mendapatkan informasi tentang subjek.

## F. Rancangan Model Studi Kasus

Model studi kasus yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah model studi kasus clinical case study. Adapun tahap-tahap penelitian dalam studi kasus menurut Daruma (Syam, 2022) sebagai berikut:

### 1. Identifikasi kasus

Langkah-langkah yang akan dilakukan pada tahap identifikasi kasus yaitu menemukan kasus-kasus yang dianggap memiliki masalah atau problem dan memerlukan layanan bantuan, serta menggali secara mendalam terkait dengan identitas umum si kasus (nama, kelas, jenis kelamin, usia, dan lain sebagainya) dan alasan dipilih sebagai kasus. Pada tahap ini juga calon peneliti mengumpulkan informasi awal tentang siswa yang dipilih sebagai subjek dengan melakukan observasi dan menanyakan/ mewawancarai langsung kepada guru bimbingan dan konseling dan wakil kepala sekolah bidang kesiswaan tentang siswa yang diduga mengalami sebuah permasalahan.

### 2. Identifikasi masalah

Langkah-langkah yang akan dilakukan pada tahap identifikasi masalah yaitu memahami situasi hidup si kasus, mengenali situasi problem yang dialami, serta gejala-gejala yang nampak pada si kasus di kelas selama proses pembelajaran berlangsung. Dalam mengidentifikasi masalah, calon peneliti menggunakan instrument observasi dan wawancara. Observasi yang akan dilakukan merupakan observasi langsung dimana pengamatan dilakukan secara langsung terhadap subjek yang dilakukan dalam situasi sebenarnya.

### 3. Diagnosis

Langkah-langkah yang akan dilakukan pada tahap diagnosis yaitu melakukan analisis masalah untuk menetapkan faktor-faktor penyebabnya berdasarkan hasil identifikasi masalah.

### 4. Prognosis

Langkah-langkah yang akan dilakukan pada tahap prognosis yaitu dengan perencanaan penanganan masalah berdasarkan hasil diagnosis. Dalam penelitian ini setelah melakukan diagnosis maka diberikan alternatif solusi dalam membantu subjek untuk keluar dari masalahnya.

### 5. Pelaksanaan treatment/ tindakan

Langkah-langkah yang akan dilakukan pada tahap pelaksanaan treatment/ tindakan yaitu dengan melaksanakan atau merealisasikan alternatif bantuan berdasarkan masalah dan latar belakang yang menjadi penyebab yang dialami oleh si kasus. Hal ini akan dilaksanakan oleh orang-orang yang ahli dalam mengatasi permasalahan siswa atau peneliti sendiri.

### 6. Evaluasi

Langkah-langkah yang akan dilakukan pada tahap evaluasi yaitu untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh tindakan yang diberikan itu dapat memberikan efek positif bagi pemecahan masalah sesuai dengan kriteria-kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Dalam penelitian ini setelah memberikan treatment pada subjek, peneliti melakukan observasi untuk melihat perubahan terhadap masalah yang dihadapi subjek setelah melakukan sesi konseling. Informasi yang diperoleh dari hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menetapkan sampai sejauh manakah upaya yang telah dilaksanakan berhasil atau kurang berhasil.

### 7. Tindak lanjut (Follow-Up)

Setelah diperoleh hasil dari tahap evaluasi yang didapat, maka dilakukan langkah tindak lanjut untuk melihat perkembangan selanjutnya pada diri siswa tersebut dalam jangka waktu yang lebih jauh agar siswa dapat mengalami perubahan diri dan karakternya secara optimal dan bekerja sama pada masing-masing pihak yang terkait dengan siswa tersebut seperti guru mata pelajaran, guru BK, orang tua maupun teman kelas subjek.



## G. Teknik Analisis Data

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini berdasarkan model Miles and Huberman. Miles and Huberman (Sugiyono, 2021) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus hingga tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Langkah-langkah dalam analisis data sebagai berikut:

### 1. Data Reduction/ Reduksi Data

Peneliti membuat rangkuman kemudian memilih hal yang penting dan membuang hal yang tidak diperlukan. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.

### 2. Data Display/ Penyajian Data

Setelah melakukan reduksi data, maka langkah selanjutnya adalah mendisplay data. Penyajian data yang sering digunakan untuk penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Tujuan display data adalah memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami.

### 3. Conclusion Drawing/ Verification (Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi)

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan bisa berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

## H. Pengecekan Keabsahan Data

Dalam penelitian ini menggunakan 4 kriteria untuk pengecekan keabsahan data penelitian. Sugiyono (2021) menjelaskan ada beberapa teknik yang dapat digunakan untuk mengecek keabsahan data, yaitu sebagai berikut:

### 1. Uji Kredibilitas/ Kredibility (Kepercayaan)

Uji kredibilitas data atau kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif antara lain dilakukan dengan perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan dalam penelitian, diskusi dengan teman sejawat, member check dan melakukan triangulasi yang terdiri atas :

- a. Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber.
- b. Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda.
- c. Triangulasi waktu untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara pengecekan melalui wawancara, observasi atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda.

### 2. Uji Transferability (Keteralihan)

Dalam pengujian ini, dilakukan untuk memberi gambaran/ uraian yang rinci, jelas, sistematis, dan dapat dipercaya sehingga peneliti perlu melakukan penelitian secara mendalam dan menyediakan data deskriptif dengan cara memperkaya deskripsi tentang konteks dan fokus penelitian.

### 3. Uji Dependability (Kebergantungan)

Pengujian dependability dilakukan dengan cara melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian. Caranya dilakukan oleh auditor yang independen, atau pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktivitas peneliti dalam melakukan penelitian.

### 4. Uji Confirmability (Kepastian)

Menguji Confirmability berarti menguji hasil penelitian, dikaitkan dengan proses yang dilakukan. Bila hasil penelitian merupakan fungsi dari proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar confirmability.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Gambaran Perilaku Off-Task Pada Subjek SA di MTsN 4 Bone

##### a) Gambaran Diri Subjek SA

Konseli merupakan siswa yang terdaftar di MTsN 4 Bone yang saat ini berada dibangku kelas IX. Konseli berusia 15 tahun, berjenis kelamin laki-laki dengan tinggi badan 155 cm, berat badan 48 kg, bentuk wajah lonjong, berkulit kuning langsung, dan hobinya menyanyi. SA merupakan anak ke 3 dari 3 bersaudara, dengan satu kakak laki-laki dan satu kakak perempuan. Sekarang ini SA tinggal bersama kedua orang tua serta saudaranya. Saat di rumah, SA jarang berinteraksi dengan orang di rumahnya bahkan cenderung kurang dekat dengan orang tuanya juga saudaranya. Sepulang sekolah, konseli juga memiliki kebiasaan sering keluar dan nongkrong bersama teman-temannya. SA tidak hanya bergaul dengan teman-teman sekolahnya, tetapi ia juga memiliki pergaulan diluar sekolah, sehingga konseli memiliki banyak relasi pertemanan.

##### b) Gambaran Bentuk-Bentuk Perilaku Off-Task Subjek SA

Gambaran terkait dengan bentuk-bentuk perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA di MTsN 4 Bone dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 4. 1. Gambaran Bentuk-Bentuk Perilaku Off-Task SA

No.	Aspek	Perilaku	Deskripsi	Sumber Data
1.	<i>Off-Task Motoric Behaviors</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Keluar kelas tanpa izin dari guru</li> </ul>	Perilaku keluar kelas tanpa izin dari guru mencakup tindakan seorang siswa yang meninggalkan ruang kelas tanpa izin atau tanpa alasan yang jelas. Tindakan ini dapat mengganggu keteraturan dan disiplin di dalam kelas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wwc/SA/210723</li> <li>- wwc/tmnkls/240723</li> <li>- wwc/gr/mapel/270723</li> <li>- wwc/grbk/270723</li> <li>- obsv/240723</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Berjalan didalam kelas selama proses pembelajaran berlangsung</li> </ul>	Berjalan di dalam kelas selama proses pembelajaran berlangsung mencakup tindakan seorang siswa yang sengaja bergerak atau berjalan di sekitar ruang kelas tanpa alasan yang jelas atau tanpa izin guru.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wwc/SA/210723</li> <li>- wwc/tmnkls/240723</li> <li>- wwc/gr/mapel/270723</li> <li>- wwc/grbk/270723</li> <li>- wwc/ortu/240723</li> <li>- obsv/240723</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Melempar gulungan kertas ketemannya</li> </ul>	Perilaku melempar gulungan kertas kepada teman dapat dikategorikan sebagai tindakan <i>off-task</i> yang mencerminkan ketidakfokusan terhadap kegiatan atau tugas yang sedang berlangsung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wwc/SA/210723</li> <li>- wwc/tmnkls/240723</li> <li>- wwc/gr/mapel/270723</li> <li>- wwc/grbk/270723</li> <li>- obsv/240723</li> </ul>
2.	<i>Off-Task Verbal Behaviors</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bernyanyi didalam kelas ketika pembelajaran berlangsung</li> </ul>	Perilaku bernyanyi di dalam kelas ketika pembelajaran berlangsung dapat dianggap sebagai perilaku <i>off-task</i> yang mengalihkan perhatian dari materi pembelajaran yang sedang disampaikan. Tindakan ini dapat merusak suasana kelas dan mengganggu teman-temansekelas serta guru.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wwc/SA/210723</li> <li>- wwc/tmnkls/240723</li> <li>- wwc/gr/mapel/270723</li> <li>- wwc/grbk/270723</li> <li>- obsv/240723</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengajak teman berbicara diluar materi pelajaran</li> </ul>	Siswa yang terlibat dalam perilaku <i>off-task</i> dengan mengajak teman berbicara di luar materi pelajaran cenderung menunjukkan ketidakfokusan terhadap pembelajaran yang sedang berlangsung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>wwc/SA/210723</li> <li>wwc/tmnkls/240723</li> <li>wwc/gr/mapel/270723</li> <li>wwc/grbk/270723</li> <li>obsv/240723</li> </ul>
3.	<i>Off-Task Passive Behaviors</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menatap keluar ruangan pada saat pembelajaran berlangsung</li> </ul>	Menatap keluar ruangan selama pembelajaran adalah contoh perilaku <i>off-task</i> yang dapat menjadi indikator atau gejala ketidakterlibatan atau ketidakfokusan siswa dalam kegiatan belajar. Saat siswa menatap keluar ruangan, mereka mungkin kehilangan konsentrasi terhadap materi pelajaran yang sedang disampaikan oleh guru	<ul style="list-style-type: none"> <li>wwc/SA/210723</li> <li>wwc/tmnkls/240723</li> <li>wwc/gr/mapel/270723</li> <li>wwc/grbk/270723</li> <li>obsv/240723</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengantuk didalam kelas</li> </ul>	Siswa yang tampak mengantuk di dalam kelas menunjukkan tanda-tanda ketidakfokusan dan kelelahan. Kondisi ini dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk mencerna dan memahami materi pelajaran dengan optimal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>wwc/SA/210723</li> <li>wwc/tmnkls/240723</li> <li>wwc/gr/mapel/270723</li> <li>wwc/grbk/270723</li> <li>wwc/ortu/240723</li> <li>obsv/240723</li> </ul>

## 2. Faktor Penyebab Perilaku Off-Task pada Subjek SA di MTsN 4 Bone

Faktor-faktor penyebab perilaku off-task pada subjek SA dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 2. Faktor Penyebab Perilaku Off-Task Subjek SA

No.	Faktor	Penyebab	Deskripsi	Sumber Data
1.	Faktor Internal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Motivasi belajar yang rendah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ketika siswa merasa kurang termotivasi untuk belajar, maka mereka cenderung tidak terlibat sepenuhnya dalam tugas atau pelajaran yang sedang diberikan dan merasa malas atau enggan untuk belajar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wwc/SA/210723</li> <li>wwc/tmnkls/240723</li> <li>wwc/grmapel/270723</li> <li>wwc/grbk/210723</li> <li>wwc/ortu/240723</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kurangnya Ketertarikan Siswa terhadap pelajaran di kelas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jika siswa merasa bahwa pelajaran yang diajarkan tidak relevan atau tidak menarik bagi mereka, mereka cenderung sulit untuk tetap fokus belajar di kelas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wwc/SA/210723</li> <li>wwc/tmnkls/240723</li> <li>wwc/grmapel/270723</li> <li>wwc/grbk/210723</li> <li>wwc/ortu/240723</li> </ul>
2.	Faktor Eksternal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pengaruh dari teman-teman sekitar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siswa terpengaruh oleh teman yang lain yang melakukan perilaku <i>off-task</i>. Jika salah satu teman mereka cenderung berperilaku <i>off-task</i>, maka siswa lain mungkin akan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wwc/SA/210723</li> <li>wwc/tmnkls/240723</li> <li>wwc/grmapel/270723</li> <li>wwc/grbk/210723</li> <li>wwc/ortu/240723</li> </ul>

			mengikuti contoh tersebut tanpa memikirkan dampaknya.	
--	--	--	-------------------------------------------------------	--

3. Dampak Perilaku Off-Task pada Subjek SA di MTsN 4 Bone

Dampak dari perilaku off-task pada subjek SA dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 3. Dampak Perilaku Off-Task Subjek SA

Dampak		Deskripsi	Sumber Data
Dampak Internal	1. Tidak dapat memahami materi pelajaran dengan baik	Siswa yang tidak fokus pada pembelajaran di kelas cenderung hanya menangkap materi pelajaran yang diberikan dengan cara yang terbatas. Hal ini dapat mengakibatkan pemahaman yang kurang terhadap materi pelajaran.	- wwc/SA/210723 - wwc/tmnkls/240723 - wwc/grmapel/270723 - wwc/grbk/210723 - wwc/ortu/240723
	2. Ketinggalan materi pelajaran yang telah di berikan	Salah satu dampak yang sering terjadi adalah ketinggalan materi pelajaran yang telah diberikan di kelas. Ketika siswa tidak fokus pada pembelajaran dan terlibat dalam perilaku <i>off-task</i> , siswa akan cenderung melewatkan informasi penting yang disampaikan oleh guru selama pembelajaran di kelas.	- wwc/SA/210723 - wwc/tmnkls/240723 - wwc/grmapel/270723 - wwc/grbk/210723
Dampak Eksternal	1. Mengganggu konsentrasi teman yang sedang belajar	Siswa yang berperilaku <i>off-task</i> di kelas dapat mengganggu konsentrasi teman-teman sekelasnya yang ingin belajar dan terlibat aktif dalam pembelajaran, sehingga hal ini dapat menghambat kemampuan mereka untuk belajar dengan efektif.	- wwc/SA/210723 - wwc/tmnkls/240723 - wwc/grmapel/270723 - wwc/grbk/210723
	2. Kecenderungan pada siswa lain untuk terpengaruh dan ikut berperilaku <i>off-task</i> di kelas	Terpengaruhnya siswa dan ikut berperilaku <i>off-task</i> di kelas dapat mengganggu proses pembelajaran dan mengurangi efektivitas pengajaran di kelas.	- wwc/SA/210723 - wwc/tmnkls/240723 - wwc/grmapel/270723 - wwc/grbk/210723

4. Upaya Penanganan Perilaku Off-Task pada Subjek SA di MTsN 4 Bone

Tabel 4.4. Penanganan Perilaku Off-Task pada Subjek SA

No.	Upaya yang dilakukan oleh Sekolah/ Guru BK	Sumber Data
1.	Memberi teguran, peringatan atau nasihat	wwc/grbk/210723
2.	Komunikasi dengan Orang Tua	wwc/grbk/210723

Upaya yang dilakukan oleh Peneliti			
Tahap Pelaksanaan Intervensi (Teknik Kontrak Perilaku)	Kondisi Pra Intervensi	Kondisi Pasca Intervensi	Sumber Data

<b>Tahap I</b> (Perkenalan dan Rasionalisasi Kegiatan)	1. Keluar kelas tanpa izin dari guru	1. Meminta izin terlebih dahulu kepada guru ketika keluar kelas	- wwc /tmncls/160823 - wwc/grmapel/180823 - wwc/SA/180823 - obsv/240723 - obsv/190823
<b>Tahap II</b> (Identifikasi Tingkah Laku yang akan diubah dengan Analisis A-B-C)	2. Berjalan didalam kelas selama proses pembelajaran berlangsung	2. Tidak berjalan-jalan di dalam kelas	
<b>Tahap III</b> (Menentukan Tingkah Laku yang akan diubah)	3. Melempar gulungan kertas ketemannya	3. Tidak mengganggu teman (tidak melempar-lempar kertas ketemannya)	
<b>Tahap IV</b> (Menentukan Penguatan yang akan digunakan dan Menulis Kontrak)	4. Bernyanyi didalam kelas ketika pembelajaran berlangsung	4. Tidak bernyanyi didalam kelas pada saat proses pembelajaran berlangsung	
<b>Tahap V</b> (Pemberian <i>Reinforcement</i> )	5. Mengajak teman berbicara diluar materi pelajaran	5. Fokus belajar meskipun ada gangguan dari lingkungan sekitar atau teman sekelas	
<b>Tahap VI</b> (Evaluasi dan Tindak Lanjut)	6. Menatap keluar ruangan pada saat belajar di kelas	6. Mendengarkan guru pada saat materi pelajaran disampaikan dan tidak menatap keluar ruangan pada saat belajar di kelas	
	7. Mengantuk didalam kelas	7. Tidak mengantuk lagi didalam kelas ketika pembelajaran sedang berlangsung	

## B. Pembahasan

### 1. Gambaran Bentuk-Bentuk Perilaku Off-Task

Perilaku off-task mengacu pada aktivitas atau perilaku siswa yang tidak mendukung proses pembelajaran yang sedang berlangsung di kelas. Menurut Andiani dan Naqiyah (2019) perilaku off-task adalah perilaku dimana siswa memalingkan perhatian dari tugas, tidak memperhatikan dan siswa mengalami kebingungan pada suatu pelajaran yang tidak berhubungan dengan pembelajaran yang terjadi di kelas sehingga dapat mengganggu proses belajar siswa di sekolah. Perilaku off-task ini sering terjadi di sekolah yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran di dalam kelas menjadi terhambat.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap subjek SA yang menunjukkan bahwa terdapat bentuk-bentuk perilaku off-task yang dilakukan oleh SA yaitu (1) off task motoric behaviors; selalu keluar kelas tanpa izin dari guru, berjalan-jalan didalam kelas selama proses pembelajaran, melempar gulungan kertas ketemannya, (2) off task verbal behaviors; bernyanyi didalam kelas ketika pembelajaran berlangsung, mengajak teman berbicara diluar materi pelajaran, (3) off task passive behaviors; menatap keluar ruangan ketika sedang belajar, dan mengantuk didalam kelas.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, maka dapat disimpulkan bahwa gambaran bentuk-bentuk perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA yaitu selalu keluar kelas tanpa izin dari guru, berjalan-jalan didalam kelas selama proses pembelajaran, melempar gulungan kertas ketemannya, bernyanyi didalam kelas

ketika pembelajaran berlangsung, mengajak teman berbicara diluar materi pelajaran, menatap keluar ruangan ketika sedang belajar, dan mengantuk didalam kelas.

## 2. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Off-Task Siswa

Faktor penyebab perilaku off-task pada siswa memiliki dua faktor yang mempengaruhinya, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal penyebab perilaku off-task pada subjek SA adalah motivasi belajar siswa yang rendah, kurangnya ketertarikan siswa terhadap pelajaran di kelas. Sebagaimana pendapat Halimah, dkk, (2020) bahwa kebanyakan siswa yang memiliki perilaku off-task disebabkan karena mengalami kesulitan dalam belajar dan kurangnya motivasi dari diri sendiri dalam belajar. Sejalan dengan hal tersebut, Hafid dan Marhani (2022) juga mengemukakan bahwa faktor internal yang dapat mempengaruhi perilaku off-task pada siswa meliputi, kesulitan belajar, motivasi yang rendah dan kesukaran dalam mengikuti pelajaran. Maulana (2019) juga menyatakan bahwa munculnya perilaku off-task merupakan bentuk berkurangnya minat belajar pada siswa sehingga keterlibatan intelektual emosional siswa dalam mengikuti pelajaran dapat berkurang.

Adapun faktor eksternal penyebab perilaku off-task pada subjek SA adalah terpengaruh oleh teman-temannya, dimana ketika teman-temannya ada yang melakukan hal-hal yang tidak berkaitan dengan tugas belajar di kelas, maka subjek SA merasa tergoda untuk ikut serta dalam perilaku tersebut. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Halimah, dkk., (2020) yang bahwa teman sebaya merupakan hal yang sangat mempengaruhi perilaku siswa dalam lingkungan sekolah dan kegiatan pembelajaran. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Hafid dan Marhani (2022) bahwa faktor eksternal yang dapat mempengaruhi perilaku off-task adalah pertemanan, keluarga, lingkungan, situasi hubungan dengan rumah atau sekolah, dan budaya setempat.

## 3. Dampak Perilaku Off-Task

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dampak perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA yaitu terdiri dari dampak internal dan dampak eksternal. Dampak internalnya yaitu siswa tidak dapat memahami materi pelajaran dengan baik. Siswa yang tidak fokus pada pembelajaran di kelas cenderung hanya menangkap materi pelajaran yang diberikan dengan cara yang terbatas. Hal ini dapat mengakibatkan pemahaman yang kurang terhadap materi pelajaran. Selain itu, dampak internal dari perilaku off-task yaitu siswa dapat ketinggalan materi pelajaran yang telah diberikan. Ketika siswa tidak fokus pada proses pembelajaran dan terlibat dalam perilaku off-task, maka siswa akan cenderung melewatkan informasi penting yang disampaikan oleh guru selama pembelajaran di kelas. Sejalan dengan penelitian Maulana (2019) yang menjelaskan bahwa jika perilaku off-task ini sering muncul dalam pembelajaran, maka dapat dipastikan materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru tidak akan sepenuhnya diserap oleh siswa. Pada dasarnya perilaku off-task ini sebagai perilaku yang mengganggu dan menghambat proses pembelajaran di kelas.

Adapun dampak eksternal dari perilaku off-task siswa yaitu dapat mengganggu konsentrasi teman kelas yang sedang belajar dengan serius dan terlibat aktif dalam pembelajaran, sehingga hal ini dapat menghambat kemampuan mereka untuk belajar dengan efektif. Selain itu, faktor eksternal dari perilaku off-task yang dilakukan oleh siswa yaitu adanya kecenderungan pada siswa lain untuk terpengaruh dan ikut berperilaku off-task di kelas. Halimah, dkk., (2020) yang menjelaskan bahwa perilaku off-task sangat berdampak negatif bagi siswa diantaranya berdampak bagi diri sendiri, teman sekelas dan perilaku tersebut dapat menghambat pencapaian prestasi yang optimal dari siswa dikarenakan siswa tidak mengerti dan ketinggalan materi pembelajaran dan perilaku off-task dapat mempengaruhi hasil belajar siswa karena tidak memperhatikan dan mengabaikan materi pembelajaran.

## 4. Upaya Penanganan Perilaku Off-Task

### 1. Upaya yang dilakukan Oleh Pihak Sekolah/ Guru BK

Upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah atau guru BK dalam menangani perilaku off -task siswa dapat melibatkan berbagai strategi, seperti memberi teguran, peringatan, atau nasihat, serta komunikasi dengan orang tua. Guru BK atau guru lainnya dapat memberikan teguran atau peringatan kepada siswa yang terlibat dalam perilaku yang tidak sesuai atau melanggar aturan sekolah. Nasihat dapat diberikan untuk membantu siswa memahami konsekuensi dari perilaku mereka dan mendorong perubahan positif.



Menurut Eliza dan Neviyarni (2020) bahwa sekolah memiliki tanggung jawab yang besar dalam membantu siswa agar berhasil dalam belajar. Untuk itu, layanan bimbingan dan konseling disekolah memiliki peran yang sangat penting untuk dilaksanakan guna membantu siswa mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya. Bimbingan dan konseling sebagai suatu layanan yang dimaksudkan untuk proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling (face to face) oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli). Melalui layanan bimbingan dan konseling diharapkan siswa dapat mengatasi masalah yang dihadapi dan memanfaatkan berbagai potensi yang dimiliki sehingga dapat memahami dirinya sendiri untuk mencapai perkembangan yang optimal.

## 2. Upaya yang dilakukan Oleh Peneliti

Upaya yang dilakukan untuk mengurangi perilaku off-task yaitu teknik kontrak perilaku yang berasal dari pendekatan Behavioristik yang berdasar pada prinsip operant conditioning. B.F Skinner mengatakan bahwa tingkah laku dikontrol berdasarkan pada prinsip operant conditioning yang memiliki asumsi bahwa perubahan tingkah laku diikuti dengan konsekuensi. Skinner percaya bahwa tingkah laku yang paling berarti adalah tingkah laku operan dan tingkah laku ini di kontrol oleh akibat-akibatnya yang diistilahkan dengan reinforcer atau punisher (Corey dalam Ningsih, dkk., 2021). Konsekuensi inilah yang akan memotivasi siswa untuk mematuhi ketentuan-ketentuan dalam kontrak. Lebih lanjut dijelaskan oleh Ulya, dkk., (2021) bahwa penggunaan teknik kontrak perilaku didasarkan pada pandangan bahwa penghentian perilaku menyimpang harus disertai dengan hadiah tertentu sesuai dengan perjanjian yang disepakati dan sebaliknya.

Sebagaimana pendapat dari Maulana (2019) yang menjelaskan bahwa pendekatan behavioristik adalah suatu teori yang menganggap bahwa perilaku manusia dapat dipelajari dan dimodifikasi melalui pengalaman belajar. Dalam hal ini, perilaku off-task siswa dianggap sebagai hasil belajar dari lingkungannya. Oleh karena itu, pengubahannya menjadi perilaku on-task diyakini dapat diupayakan melalui belajar dari lingkungan juga.

Oleh sebab itu dibutuhkan kontrolisasi dari lingkungan sekitar sehingga siswa dapat mengurangi perilaku off-task-nya dan mencapai keberhasilan dalam belajar. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Kusnadi (2020) bahwa teknik kontrak perilaku adalah teknik konseling behavioral yang dapat digunakan untuk menimbulkan dorongan dalam diri, sehingga siswa merasa semangat dalam meningkatkan tingkah laku yang lebih baik dari sebelumnya serta mengatur kondisi siswa dalam menampilkan tingkah laku yang diharapkan, berdasarkan kontrak yang dibuat oleh siswa dan guru bimbingan dan konseling.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di MTsN 4 Bone pada siswa yang berperilaku off-task, maka dapat disimpulkan beberapa hal pokok, yakni sebagai berikut:

1. Gambaran terkait dengan bentuk-bentuk perilaku off-task pada subjek SA diantaranya yaitu (1) perilaku off-task motoric behaviors; keluar kelas tanpa izin dari guru, berjalan didalam kelas selama proses pembelajaran berlangsung, melempar gulungan kertas ketemannya. (2) perilaku off-task verbal behavior; bernyanyi didalam kelas ketika pembelajaran berlangsung, mengajak teman berbicara diluar materi pelajarann. (3) off-task passive behavior; menatap keluar ruangan pada saat belajar dan mengantuk didalam kelas.
2. Faktor yang menyebabkan perilaku off-task pada subjek SA terdapat dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyebab perilaku off-task pada subjek SA adalah motivasi belajar siswa yang rendah dan kurangnya ketertarikan siswa terhadap pelajaran di kelas. Adapun faktor eksternal penyebab perilaku off-task pada subjek SA adalah terpengaruh oleh teman-temannya, dimana ketika teman-temannya ada yang melakukan hal-hal yang tidak berkaitan dengan tugas belajar di kelas, maka subjek SA merasa tergoda untuk ikut serta dalam perilaku tersebut.
3. Dampak dari perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA yaitu mempunyai dampak intenal dan eksternal. Dampak internalnya adalah siswa tidak dapat memahami materi pelajaran dengan baik dan ketinggalan materi pelajaran yang telah diberikan oleh guru. Adapun dampak eksternal dari perilaku off-task yang dilakukan oleh subjek SA adalah perilaku off-tas k tersebut dapat mengganggu konsentrasi teman yang sedang belajar serta kecenderungan pada siswa lain untuk terpengaruh dan ikut berperilaku off-task di kelas.
4. Upaya yang dilakukan dalam menangani masalah perilaku off-task pada subjek SA adalah melalui upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah/ guru BK dan upaya yang dilakukan oleh peneliti. Upaya yang dilakukan

oleh pihak sekolah/ guru BK adalah dengan melibatkan berbagai strategi, seperti memberi teguran, peringatan, atau nasihat, serta komunikasi dengan orang tua. Adapun upaya yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan memberikan layanan konseling menggunakan pendekatan behavioristik melalui teknik kontrak perilaku. Teknik kontrak perilaku terdiri dari 6 tahap, yaitu pengenalan dan rasionalisasi kegiatan, identifikasi tingkah laku yang akan diubah dengan analisis ABC, menentukan tingkah laku yang akan diubah, menentukan penguatan yang akan digunakan dan menulis kontrak, pemberian reinforcement, serta evaluasi dan tindak lanjut. Setelah intervensi diberikan, maka subjek SA secara perlahan dapat mengurangi perilaku off-task-nya dan mencapai keberhasilan dalam belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, D. A., Rusmayadi, R., Bachtiar, M. Y., Lismayani, A., & Amriani, S. R. (2023). Kontrak Perilaku (Behavior Contract) dalam Pengembangan Perilaku Kedisiplinan Anak Usia Dini. *Al-Fitrah (Jurnal Kajian Pendidikan Anak Usia Dini)*, 2(1), 45-55.
- Andiani, Y., & Naqiyah, N. (2019). Penerapan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Perilaku yang tidak dikehendaki (Off-Tasks) pada Pembelajaran Siswa di Kelas Atlet VIII-A SMPN 3 Gresik. *Jurnal BK UNESA*, 9(3), 1-10.
- Eliza, R., & Neviyarni, N. (2020). Perilaku Siswa yang tidak dikehendaki (Off Task Behavior) dan Penanganan Konselor. Syifaul Qulub: *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(2), 76-89.
- Fatimah, S., & Agungbudiprabowo, A. (2022). Pendekatan Behavioral Teknik Kontrak Perilaku dalam Mengatasi Prokrastinasi dan Pengaplikasiannya dalam Konseling Kelompok. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol. 2).
- Fauziyah, N. V. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Individu dengan Teknik Behavior Contract untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa: Literature Review. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 5(1), 17-21.
- Febrianti, Y. E., & Neviyarni, S. (2021). Analisis Perilaku Off-Task Siswa. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 6(1), 1-5.
- Hafid, I., & Marhani, I. (2022). Mereduksi Off-Task Behavior dengan Sosiodrama: Reduce Off Task Behavior With Sociodrama. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 17(2), 64-72.
- Halimah, H., Nurbaity, N., & Bakar, A. (2020). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Off-Task Siswa. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 5(1), 48-54.
- Kusnadi, N., Mahmudi, I., & Pratama, B. D. (2022). Konseling Behavioral Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa Kelas XII di SMAN 4 Madiun. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 89-97.
- Marisa, C., Yekti, W. B., & Karneli, Y. (2020). Konseling Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah di Tingkat Menengah Kejuruan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 330-338.
- Maulana, M. A. (2019). Perilaku Off-Task dalam Pembelajaran. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 30-37.
- Mukti, V. D. C., Wardani, S. Y., & Triningtyas, D. A. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Behavioral Contract untuk Mereduksi Perilaku Off-Task pada Peserta Didik Kelas 5 SDN Mojorejo. in *Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (SENASSDR4)*, 1(1), 504-509.
- Ningsih, D. K., Hambali, I. M., & Rahman, D. E. (2021). Keefektifan Teknik Behavior Contract dalam Bingkai Konseling Kelompok Behavioral untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Efektor*, 8(2), 176-183.

- Nuraeni, N., Gunawan, I. M. S., & Sarilah, S. (2022). Pengaruh Strategi Self Control terhadap Perilaku *Off Task* pada Siswa SMP. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 1633-1641.
- Nurhayati, N., Khairunnisa, K., Nurmaya, A., & Indah, S. (2022). Efektivitas Teknik Self-Control Strategies untuk Mengurangi Perilaku *Off Task* pada Peserta Didik SMA. *Guiding World: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 35-47.
- Putri, Erlisa., & Yarni, L. (2023). Mengatasi Perilaku *Off-Task* pada Siswa Melalui Pendekatan Konseling Behavioral SMP Negeri 5 Bukittinggi. *YASIN: Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya*, 3(1), 8-18.
- Septianingsih, N. R., Susanto, B., Kumalasari, R., Hidayati, A., & Maulana, M. A. (2022). Kedisiplinan dalam Pembelajaran Siswa dan Layanan Konseling Kelompok Teknik Kontrak Perilaku. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 74-80.
- Sintiasari, P. D., & Nursalim, M. (2018). Konseling Individu Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku *Off Task* Siswa Kelas VII-D SMP Negeri 2 Gresik. *Jurnal BK UNESA*, 9(1), 102-108.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Syam, M. A. (2022). Analisis Perilaku Bullying dan Penanganannya (Studi Kasus Salah Seorang Pelaku Bullying Di SMP Negeri 4 Sendana). *Skripsi*. Makassar: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.
- Ulya, R. M., El Hakim, A. F. I., & Jamaluddin, M. (2021). Penerapan Konseling Behavior untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Psikologi 2018 UIN Malang. *Konseling Edukasi: Journal Of Guidance And Counseling*, 5(2), 178-195.
- Zuhara, S. M., Rahmawati, R., & Handoyo, A. W. (2021). Pengaruh Teknik Token Ekonomi Terhadap Perilaku Belajar Siswa untuk Mengurangi Perilaku *Off-Task*. *Sistema: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 9-14.