

PENERAPAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MENGURANGI CYBER AGGRESSION SISWA DI SMP NEGERI 25 MAKASSAR

Risma Tangke Allo¹, Akhmad Harum², Zulfikri³

¹BK FIP Universitas Negeri Makassar

²BK FIP Universitas Negeri Makassar

³BK FIP Universitas Negeri Makassar

Alamat e-mail : ¹rismatngk.a24@gmail.com, Alamat e-mail :

²akhmad.harum@unm.ac.id, Alamat e-mail : ³zulfikri@unm.ac.id

ABSTRACT

This study examines the implementation of the behavior contract technique to reduce cyber aggression among students at SMP Negeri 25 Makassar. The objectives of this research are: (1) to describe the cyber aggression behavior of students at SMP Negeri 25 Makassar; (2) to describe the implementation of the behavior contract technique among these students; and (3) to determine how the behavior contract technique can reduce students' cyber aggression. This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental pretest-posttest design. The population consisted of 36 students identified as having high levels of cyber aggression. The sampling technique used was proportional random sampling, resulting in a sample of 20 students, divided into an experimental group (10 students) and a control group (10 students). Data were collected using the Cyber Aggression Typology Questionnaire and observations. Data analysis was conducted using an independent sample t-test. The results show that: (1) prior to the treatment, students engaged in behaviors such as sending inappropriate stickers for amusement, posting negative comments on random posts, and using social media to retaliate when angry; (2) the implementation of the behavior contract technique consisted of six stages, namely rationale, behavior analysis, determination of reinforcement types, reinforcement administration, specific intervention, and evaluation; (3) after receiving the behavior contract intervention, students who initially displayed high levels of cyber aggression showed a significant decrease, shifting into the low category. Thus, the behavior contract technique is proven to be effective in reducing students' cyber aggression.

Keywords: Behavior Contract Technique, Cyber Aggression, Group Counseling

ABSTRAK

Penelitian ini meneliti tentang penerapan teknik *behavior contract* untuk mengurangi *cyber aggression* siswa SMP Negeri 25 Makassar. Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui bagaimana gambaran perilaku *cyber aggression* pada siswa SMP Negeri 25 Makassar? (2) Untuk mengetahui bagaimana gambaran

pelaksanaan teknik *behavior contract* pada siswa SMP Negeri 25 Makassar? (3) Untuk mengetahui bagaimana teknik *behavior contract* dapat mengurangi perilaku *cyber aggression* siswa di SMP Negeri 25 Makassar? Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *quasi-eksperimen design pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 36 siswa SMP Negeri 25 Makassar yang teridentifikasi memiliki perilaku *cyber aggression* tinggi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling* dengan sampel penelitian sebanyak 20 siswa, yang kemudian dibagi menjadi 10 siswa pada kelompok eksperimen dan 10 siswa pada kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *cyber aggression typology questioner* dan observasi. Analisis data menggunakan uji hipotesis *independent sampel t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Gambaran perilaku *cyber aggression* siswa sebelum diberikan *treatment* yaitu mengirimkan stiker tidak senonoh karena merasa itu hal yang lucu, memberikan komentar buruk pada *postingan random*, ketika marah siswa menggunakan sosial media untuk membalas orang lain; 2) Penerapan teknik *behavior contract* terdiri dari 6 tahapan yaitu rasional, analisis perilaku, penentuan jenis penguatan, pemberian *reinforcement*, intervensi khusus, evaluasi; 3) Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan intervensi berupa teknik *behavior contract* siswa yang awalnya berada pada kategori tinggi mengalami penurunan yang signifikan setelah diberikan intervensi dan berada pada kategori rendah. Dengan demikian pemberian intervensi teknik *behavior contract* teruji dapat digunakan untuk mengurangi perilaku *cyber aggression* siswa.

Kata Kunci: Teknik *Behavior Contract*, *Cyber Aggression*, Konseling Kelompok

A. Pendahuluan

Di era globalisasi, penerapan teknologi dalam proses pembelajaran telah menjadi hal yang umum. Menurut data dari Asosiasi Penyedia Layanan Internet Indonesia (APJII), penggunaan internet di Indonesia pada tahun 2024 diperkirakan akan meningkat dari 78,19% menjadi 79,5% (Novianti 2024). Adanya internet saat ini sangat mempermudah kita untuk belajar dimana dan kapan saja dengan cakupan yang sangat luas misalnya dengan fasilitas chatting, e-book, email, e-library dan

sebagainya, dengan fasilitas dari internet kita dapat lebih mudah untuk bertukar informasi (Akbar and Noviani 2019).

Internet sebagai sumber ilmu dan pusat pendidikan yang bermanfaat untuk menambah wawasan tetapi disalah gunakan oleh siswa. Contohnya, siswa menggunakan internet untuk menyerang dan menyakiti orang lain. Seluruh perilaku yang dilakukan dengan tujuan merendahkan dan menyakiti orang lain di dunia maya dapat disebut sebagai *cyber aggression*. (Azzahra 2020) *cyber aggression* didefinisikan sebagai tindakan sengaja untuk merugikan individu lain, tanpa memandang atribut mereka, dengan

memanfaatkan perangkat elektronik yang terhubung ke internet. (Álvarez-garcía et al. 2017) menjelaskan bahwa tindakan *cyber aggression* yang dilakukan di dunia maya lebih berbahaya dibandingkan dengan perilaku agresi di dunia nyata (*face to face aggression*). Hal ini karena perilaku *cyber aggression* yang dilakukan di dunia maya dapat dilakukan kapan saja dengan cepat dan dengan perangkat digital dari jarak yang jauh oleh para pelaku tanpa melihat efek negatif dari perilaku agresi yang dilakukan kepada korban sehingga menghambat munculnya rasa empati kepada korbannya.

Perilaku *cyber aggression* penting untuk diteliti karena perkembangan teknologi akan semakin pesat sehingga untuk menghindari perilaku ini semakin banyak dilakukan siswa maka perlu untuk diberikan penanganan mulai saat ini. Hal ini perlu diperhatikan karena dampak yang diakibatkan dari perilaku *cyber aggression* ini sangat berdampak bagi psikologis pelaku maupun orang yang menjadi korban dari perilaku ini. Sehingga perlu adanya penanganan dari guru BK agar perilaku negatif ini tidak semakin berkembang di kalangan pelajar. Korban dari perilaku *cyber aggression* akan mengalami gejala depresi sehingga akan mempengaruhi konsetrasi belajar dan kinerja akademik siswa. Selain itu, korban juga cenderung ingin

mengakibatkan bunuh diri dan bahkan akan lebih berdampak pada psikologisnya dari pada yang dialami korban pelecehan seksual (Hamida et al. 2023).

Menurut (Widiasih 2019) Bentuk-bentuk *cyber aggression* yang dilakukan oleh siswa meliputi mengirimkan gambar, foto atau video yang mencemarkan nama baik orang lain, menyebarkan informasi palsu (hoaks), serta menghina atau mengancam orang lain melalui media sosial. Selain itu, perilaku seperti mengejek pengguna lain di media sosial, menggunakan kata-kata kasar saat bermain game online, memaksa seseorang untuk keluar dari grup online, dan body shaming juga termasuk dalam kategori *cyber aggression*. (Farisandy et al. 2023). Berdasarkan hasil observasi, adapun bentuk perilaku *cyber aggression* yang dilakukan oleh siswa yaitu memberikan komentar negatif di sosial media karena merasa hal ini menyenangkan, menggunakan akun palsu untuk mengadu domba pertemanan orang lain dan menyerang orang lain saat merasa tidak suka pada orang tersebut serta menggunakan kata kasar saat bermain game.

Cyber Aggression merupakan sebuah metode yang mengekspresikan kekerasan psikologis melalui penggunaan teknologi (Isabel 2022). *Cyber aggression* adalah penderitaan yang sengaja dilakukan untuk menyinggung pengguna lain (Antipina 2021). Selain

itu, *cyber aggression* juga di definisikan sebagai agresi yang telah dimediasi melalui teknologi (Goldstein 2015). Hal ini menunjukkan siswa tidak mampu mampu mengontrol diri sehingga mendorong siswa untuk melakukan perilaku *cyber aggression*. Selain itu, siswa menganggap perilaku itu sebagai bentuk untuk mencari kesenangan saja. Perilaku ini tentunya tidak bisa dibiarkan agar tidak dianggap normal bagi siswa. Dengan demikian, diperlukan upaya dan penanganan yang lebih serius untuk menghadapi permasalahan ini.

Salah satu langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah ini adalah dengan menerapkan teknik *behavior contract*. Teknik ini merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada perubahan perilaku. Berdasarkan pengamatan peneliti, tampak bahwa siswa mengalami masalah perilaku, sehingga penggunaan teknik *behavior contract* dianggap tepat dan efektif dalam menangani perilaku *cyber aggression*. *Behavior contract* merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam pendekatan behavioristik. Pendekatan behavioris sendiri adalah teori yang dikembangkan oleh B.F. Skinner. (Skinner 1965) percaya bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh konsekuensi yang diterimanya. Oleh karena itu, teori ini relevan untuk digunakan dalam studi ini melalui penerapan teknik *behavior contract*, karena teknik ini menekankan pada harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi oleh siswa. *Behavior contract* adalah teknik konseling yang

bertujuan untuk mengurangi perilaku maladaptif sambil membangun perilaku adaptif baru (Rayo 2023).

Behavior contract adalah kesepakatan tertulis antara dua orang atau lebih, di mana satu atau kedua belah pihak sepakat untuk menunjukkan perilaku tertentu yang diinginkan. Perjanjian perilaku ini dapat digunakan untuk membantu mempelajari perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diinginkan (Djawad 2023). *Behavior contract* adalah kesepakatan antara dua atau lebih pihak (konselor dan konseli) yang bertujuan untuk mengubah perilaku tertentu pada klien. Konselor menentukan perilaku yang realistik dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Ketika perilaku tersebut ditunjukkan sesuai kesepakatan, konseli berhak menerima hadiah.(Guntara and Sultan 2020). *Behavior contract* dapat digunakan untuk membantu individu mencoba perilaku baru, karena dapat mengurangi perilaku yang tidak pantas dan meningkatkan perilaku yang diinginkan (Rayo et al. 2023).

Berdasarkan penjelasan pada bagian latar belakang sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Penerapan Teknik *behavior contract* untuk Mengurangi *Cyber Aggression* siswa SMP Negeri 25 Makassar”.

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan yaitu kuantitatif dengan desain eksperimen.

Pemilihan metode ini didasarkan pada kebutuhan untuk mengolah data statistik guna menguji hipotesis atau mengevaluasi efektivitas suatu teori. Dalam konteks ini, penelitian ini berfokus pada penerapan teknik *behavior contract* sebagai upaya untuk mengurangi perilaku *cyber aggression*.

Dua variabel yang dianalisis dalam penelitian ini, yaitu *behavior contract* yang merupakan independen (X) berperan dalam mempengaruhi dan *cyber aggression* sebagai variabel dependen (Y) yang merupakan aspek yang dipengaruhi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif model *quasi-eksperimen pretest-posttest*. Desain ini merupakan sebuah bentuk eksperimen di mana penugasan unit eksperimen ke kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan secara acak atau melalui *proportional random sampling*. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan intervensi kepada kelompok yang sudah ada, memberikan *pretest* kepada kedua kelompok, memberikan intervensi hanya pada kelompok eksperimen. Kemudian, *posttest* diberikan kepada kedua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk mengetahui perbedaan antara kedua kelompok tersebut (Creswell 2020).

Desain penelitian dapat dijelaskan melalui ilustrasi berikut ini

Kelompok	Pretest	Intervensi	Posttest
Eksperimen	Y ₁	X	Y ₂
Kontrol	Y ₃	-	Y ₄

Populasi penelitian ini adalah 36 siswa dari 146 siswa kelas VIII SMPN 25 Makassar. Pada penelitian

ini penulis mengambil sampel sebanyak 20 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Makassar yang teridentifikasi miliki *cyber aggression* yang tinggi, kemudian diambil 10 siswa sebagai kelompok kontrol dan 10 siswa sebagai kelompok eksperimen. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *proporsional random sampling*.

Teknik Pengumpulan Data

Dua metode pengambilan data adalah observasi dan kuesioner (angket), untuk mendapatkan data yang diperlukan untuk mengurangi perilaku *cyber aggression* siswa. Data dikumpulkan melalui observasi untuk mendapatkan informasi mengenai permasalahan yang dihadapi oleh siswa dan kuesioner untuk memperoleh data secara konsisten dan terstruktur, sehingga memudahkan menganalisis dan memastikan data akurat dari hasil penelitian. Item pernyataan telah dilengkapi dengan berbagai opsi untuk menjawab, dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Guna kepentingan analisis data, maka kuesioner penelitian ini menggunakan skala liker dengan rentang 1-4.

Teknik Analisis Data

1. Analisis Statistik Deskriptif
Dalam penelitian ini, statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat *cyber aggression* siswa dan keterlaksanaan *layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior contract*

selama diberikan perlakuan. Tingkat *cyber aggression* siswa dikelompokkan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

2. Analisis Statistik Inferensial
Analisis statistik *inferensial* digunakan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Uji hipotesis dilakukan menggunakan statistik parametrik, yaitu *t-test*. Penggunaan *t-test* memerlukan agar data untuk setiap variabel yang dijelaskan harus terdistribusi secara normal dan homogen. Oleh karena itu, uji normalitas dan homogenitas berikut ini dilakukan terlebih dahulu:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Sebelum melakukan uji tersebut, dibuatlah hipotesis-hipotesis berikut:

H_0 : Data terdistribusi normal.

H_1 : Data tidak terdistribusi normal

Kriteria uji menetapkan bahwa H_0 diterima jika nilai signifikansi $> 0,05$. Hasil uji ini menentukan apakah data dapat dinyatakan terdistribusi secara normal atau tidak.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas data digunakan untuk menentukan apakah dua atau lebih kelompok data berasal dari populasi dengan varians yang sama, sehingga perbandingan antara kelompok dapat dilakukan secara valid. Pada tahap ini, digunakan uji *Homogeneity of Variance*. Hipotesis yang ditetapkan

dalam uji homogenitas dilakukan sebagai berikut:

H_0 : Data homogen,

H_1 : Data tidak homogen.

Kriteria pengujian menetapkan bahwa H_0 diterima jika nilai signifikansi $> 0,05$. Hasil pengujian ini menunjukkan apakah data dapat dianggap berdistribusi normal atau tidak.

c. Uji Hipotesis

Menurut Santoso (2017), *t-test* adalah suatu uji statistik yang digunakan untuk menentukan perbedaan nilai rata-rata antara dua kelompok data, baik yang berpasangan maupun tidak berpasangan. Hipotesis yang diajukan yaitu:

H_0 : Tidak terdapat pengaruh *behavior contract* terhadap *cyber aggression*

H_1 : Terdapat pengaruh *behavior contract* terhadap *cyber aggression*

Kriteria pengujian hipotesis menetapkan bahwa H_0 ditolak jika nilai signifikansi kurang dari $\alpha = 0,05$ sehingga H_1 diterima. Tingkat signifikansi ditentukan menggunakan nilai *probability Sig* dari *t-test*. Jika nilai probabilitas = 0,000, yang lebih kecil dari α (0,05), maka H_0 ditolak dan hasil dinyatakan signifikan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Gambaran *Cyber Aggression* di SMP Negeri 25 Makassar

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa tingkat *cyber aggression* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 25 Makassar berjumlah 36 orang berada pada tingkat yang tinggi. Salah satu indikator utama adalah adanya kebiasaan di kalangan beberapa

siswa untuk mengirimkan stiker yang tidak pantas di akun media sosial mereka memberi komentar negatif pada *postingan random*, hanya karena hal itu terasa menyenangkan bahkan sering kali siswa melampiaskan amarahnya melalui sosial media. Sejalan dengan penelitian (Dwijayanti 2017) yang menunjukkan siswa pelaku *cyber aggression* yang tinggi cenderung menggunakan kata-kata yang tidak sopan dan penghinaan pada *postingan* sosial media orang lain. Menurut (Isabel, et al. 2022) *cyber aggression* membawa dampak bagi individu yang mengalami dan dapat mempengaruhi kesejahteraan dan kesehatan mental. Sehingga perlu adanya penanganan yang diberikan mulai saat ini pada siswa agar perilaku ini tidak terus berkembang dan menjadi perilaku yang di normalisasikan.

Dari 36 siswa yang terdeteksi memilih tingkat *cyber aggression* tinggi maka peneliti memilih 20 Sampel dalam studi ini terdiri dari 20 siswa, yang dibagi menjadi dua kelompok, 10 siswa sebagai kelompok kontrol dan 10 siswa sebagai kelompok eksperimen. Kelompok eksperimen menerima intervensi berupa penerapan *behavior contract* perilaku dalam sesi konseling kelompok. *Behavior contract* pada dasarnya adalah kesepakatan antara konselor dan siswa untuk mengubah perilaku tertentu. Dalam pembuatannya, konselor bertugas memilih target perilaku yang realistik dan dapat

diterima oleh kedua belah pihak. Sebagai bentuk penguatan, hadiah akan diberikan kepada klien setelah ia berhasil menunjukkan perilaku yang diharapkan sesuai dengan kesepakatan (Guntara and Sultan 2020). Peneliti mengukur tingkat *cyber aggression* siswa melalui skala *cyber aggression typology questioner* yang diberikan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Skala *cyber aggression typology questioner* ini di kembangkan oleh (Runions 2017) Alat ukur ini mencakup dimensi multifaktorial dan telah diuji korelasinya dengan perilaku agresif, impulsivitas di lingkungan sekolah, serta tingkat empati yang rendah. Selain itu, penelitian ini juga menguji kombinasi beberapa faktor yang diambil dari alat ukur yang sudah ada. Melalui pendekatan ini, para peneliti akhirnya berhasil mengidentifikasi perilaku pada kedua kelompok eksperimen dan kontrol.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan yang jelas dalam perilaku antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada tahap awal (*pretest*), tingkat *cyber aggression* pada siswa kelompok eksperimen tercatat tinggi, dengan skor berkisar antara 69-84. Setelah intervensi melalui layanan *behavior contract* diberikan, hasil *posttest* menunjukkan bahwa terdapat 100% penurunan pada tingkat *cyber aggression* siswa. 8 siswa turun pada kategori rendah dengan rentang nilai 41-52 dan 2 siswa

berada pada kategori sedang dengan rentang nilai 53-68. Data ini membuktikan bahwa intervensi berhasil menciptakan perubahan signifikan dalam perilaku siswa. Sesuai dengan pendapat (Nadra and Nefi 2025) *Behavior contract* efektif dalam menurunkan perilaku bermasalah seperti kecanduan *gadget* dan juga telah dibuktikan dalam penelitian kuasi eksperimen dimana konseling kelompok dengan kontrak perilaku berhasil menurunkan kecanduan gadget pada siswa. Selanjutnya pada kelompok kontrol, setelah diberikan *pretest* hasil menunjukkan bahwa siswa berada pada kategori tinggi dengan interval 63-81. Namun, karena tidak adanya perlakuan yang diberikan kepada kelompok kontrol maka tingkat *cyber aggression* tidak mengalami penurunan yang signifikan yaitu tingkat *cyber aggression* tetap berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hal ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat agresi siber di kalangan siswa kelas VIII di SMP Negeri 25 Makassar tinggi sebelum menerima layanan konseling kelompok menggunakan teknik kontrak perilaku. Setelah kelompok eksperimen menjalani intervensi, tingkat agresi siber mereka menurun. Temuan ini membuktikan bahwa teknik kontrak perilaku efektif dalam mengurangi perilaku agresi siber di kalangan siswa.

2. Gambaran Pelaksanaan Teknik *Behavior Contract* untuk Menurunkan

Cyber Aggression Siswa

Berdasarkan uraian masalah di atas, peneliti memilih layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* sebagai bentuk intervensi untuk mengurangi kecenderungan perilaku *cyber aggression*. Dengan mengatur kondisi untuk memfasilitasi konseling dalam menampilkan perilaku baru yang diinginkan, berdasarkan perjanjian yang disepakati oleh kedua belah pihak yang baru akan mudah untuk di bentuk. Sejalan dengan pendapat (Djawad, 2023) berfungsi *behavior contract* sebagai metode untuk memperkenalkan perilaku baru, memperkuat respons yang diinginkan, dan mencegah tindakan yang tidak diinginkan.

Untuk mengurangi perilaku *cyber aggression*. Penelitian ini akan menerapkan teknik *behavior contract* pada kelompok eksperimen dan kontrol. Fokus penelitian ini adalah menganalisis perbedaan yang signifikan dalam hasil antara kelas eksperimen yang diberikan intervensi dan kelas kontrol yang tidak diberikan intervensi berupa *behavior contract*. *behavior contract* merupakan salah satu teknik menggunakan kontrak yang disepakati oleh siswa dan konselor dengan tujuan membentuk perilaku yang baru. Menurut (Bachtiar 2022) dengan melakukan beberapa tahap mulai dari rasional yang mana siswa mulai memahami apa itu *cyber aggression*, analisis ABC dimana siswa mengetahui apa saja

penyebab siswa melakukan perilaku (*Antecedent*), perilaku yang di munculkan (*behavior contract*) serta apa yang membuat siswa mempertahankan perilaku itu (*consequence*). Selanjutnya menentukan jenis penguatan atau *punishment* dalam kontrak, pemberian *reinforcement* pada perilaku yang di munculkan, memberikan intervensi khusus pada siswa yang tidak mengalami perubahan, serta melakukan evaluasi keseluruhan pada perubahan perilaku siswa.

Penelitian oleh (Guntara et al. 2020) juga menunjukkan bahwa penerapan teknik *behavior contract* dalam layanan konseling kelompok efektif dalam menurunkan perilaku agresif siswa SMP, karena teknik ini menekankan pada kesepakatan bersama dan pemberian *reinforcement* yang jelas sehingga siswa lebih termotivasi untuk mengubah perilakunya. Teknik *behavior contract* telah terbukti efektif dalam mengurangi perilaku *cyber aggression* siswa di SMP Negeri 25 Makassar, Berdasarkan hasil implementasinya menunjukkan bahwa pelaksanaannya sesuai dengan rancangan skenario yang telah disusun peneliti sebelumnya. Peneliti telah melaksanakan tahapan tersebut sehingga dapat membantu siswa untuk mengurangi *cyber aggressionnya*. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian (Monica, 2022) yang menemukan bahwa *behavior contract* dapat menurunkan perilaku agresif dan

meningkatkan kontrol diri siswa karena siswa memiliki tanggung jawab terhadap kesepakatan yang dibuat dengan konselor. Dengan demikian, pelaksanaan teknik *behavior contract* terbukti mampu menjadi intervensi yang cukup efektif dalam menurunkan perilaku *cyber aggression* di lingkungan sekolah

3. Teknik *behavior contract* dapat mengurangi *cyber aggression* pada siswa di SMP Negeri 25 Makassar

Pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik *behavior contract* selalu didasarkan pada data instrumen , baik yang dikumpulkan sebelum intervensi (*pretest*) maupun setelahnya (*posttest*). Berdasarkan hasil analisis *independen t-test* menunjukkan bahwa terjadi penurunan perilaku *cyber aggression* siswa di SMP Negeri 25 Makassar pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi. Penurunan tersebut terlihat melalui perubahan kategori *cyber aggression* siswa yang mengalami penurunan kategori dari tinggi menjadi sedang atau bahkan rendah. Sebaliknya, pada kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi *behavior contract* tidak menunjukkan perubahan yang signifikan dan tetap berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan teknik *behavior contract* terbukti efektif dalam

membantu siswa mengurangi perilaku *cyber aggression*.

Teknik *behavior contract* yang diterapkan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengubah pola pikir siswa mengenai perilaku yang menyimpang, sehingga siswa mampu mengubah perilakunya. Teknik *behavior contract* merupakan salah satu teknik menggunakan kontrak yang disepakati oleh siswa dan konselor dengan tujuan membentuk perilaku yang baru. Hasil ini sesuai dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh (As dan Saman 2022) konseling kelompok yang menggunakan teknik *behavior contract* berhasil mengurangi perilaku agresif siswa. Proses konseling dengan penerapan teknik *behavior contract* diharapkan untuk memberikan pemahaman kepada siswa atas perilaku negatifnya sehingga mampu menghentikan perilaku *cyber aggression*nya. Pada proses konseling, siswa belajar untuk memahami bahwa perilaku-perilaku yang dianggap normal selama ini sebenarnya merupakan perilaku yang menyimpang. Oleh karena itu, pada kasus ini perlu diberikan *treatment* sehingga perilaku ini tidak terus berkembang. Setelah proses pelaksanaan konseling, siswa mampu mengontrol dirinya untuk melakukan perilaku menyimpang tersebut.

Hasil menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang menerima intervensi teknik *behavior contract* dan kelompok yang tidak menerima intervensi. Berdasarkan temuan ini, hipotesis penelitian (H_1) "terdapat pengaruh *behavior contract*

terhadap *cyber aggression*" dapat diterima dan H_0 "tidak terdapat pengaruh *behavior contract* terhadap *cyber aggression*" ditolak. Hasil yang diperoleh konsisten dengan temuan (Izza et al. 2023) menjelaskan bahwa hasil analisis data *paired sample t-test* ditemukan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa teknik *behavior contract* telah terbukti efektif dalam mengurangi perilaku agresif siswa di Patra Dharma Tarakan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok siswa yang menerima intervensi teknik *behavior contract* dan kelompok yang tidak menerima intervensi tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata kelompok eksperimen yang semula berada dalam kategori tinggi, menurun ke kategori rendah. Hasil ini menunjukkan perubahan yang signifikan dalam tingkat *cyber aggression* pada kelompok eksperimen. Di sisi lain, kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi teknik *behavior contract* menunjukkan kondisi yang berbeda. Berdasarkan hasil analisis, skor yang dicapai oleh kelompok ini secara konsisten tetap berada dalam kategori tinggi. Stabilitas skor ini menunjukkan bahwa tidak ada perubahan signifikan dalam tingkat *cyber aggression* pada siswa.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik *behavior contract* efektif dalam

mengurangi *cyber aggression* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 25 Makassar.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai penggunaan teknik *behavior contract* melalui konseling kelompok untuk mengurangi perilaku *cyber aggression* siswa di SMP Negeri 25 Makassar maka, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat *cyber aggression* siswa di SMP Negeri 25 Makassar sebelum diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* berada pada kategori tinggi. Setelah diberikan *treatment* berupa kontrak perilaku, yang berisi perilaku apa yang akan diubah dan kesepakatan mengenai *reward* atau *consequence* apa yang akan di berikan untuk merespon perilaku siswa. Hasil *post-test* kemudian menunjukkan adanya perubahan pada perilaku siswa atau 100% berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *behavior contract* bisa digunakan dalam menangani perilaku *cyber aggression* siswa.
2. Pelaksanaan teknik *behavior contract* ndalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 25 Makassar mendapatkan hasil yang baik. Karena apa yang menjadi tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok ini mendapatkan hasil yang diinginkan.
3. Penerapan teknik *behavior contract* untuk mengurangi *cyber aggression* siswa di SMP Negeri 25 Makassar dapat dikategorikan sangat efektif karena menunjukkan penurunan tingkat pada perilaku *cyber aggression*

antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Amin, and Nia Noviani. 2019. "Tantangan Dan Solusi Dalam Perkembangan Teknologi Pendidikan Di Indonesia." *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang 2(1)*: 18–25.
- Akbar, Amin, and Nia Noviani. 2019. "Tantangan Dan Solusi Dalam Perkembangan Teknologi Pendidikan Di Indonesia." *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang 2(1)*: 18–25.
- Álvarez-garcía, David, Alejandra Barreiro-collazo, and José-carlos Núñez. 2017. "Cyberaggression among Adolescents :" : 89–97.
- Antipina, Svetlana, Elena Bakhvalova, and Anastasia Miklyaeva. 2021. "Psychological Determinants of Cyber-Aggression in Institutionalized Adolescents." *CEUR Workshop Proceedings 2813*: 402–14.
- As, Hady, Abdul Saman, and Asniar Khumas. 2022. "Risk and Protective Factors in Cyberbullying : The Role of Family , Social Support and Emotion Regulation." *International Journal of Bullying Prevention*: 160–73. <https://doi.org/10.1007/s42380-021-00097-4>.
- Bachtiar, Indah Nur Anugrah. 2022.

- "Penerapan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Disiplin Siswa Di SMP Negeri 21 Makassar." (3).
- Djawad, Wilda Mawahda, Sahril Buchori, and Hasan. 2023. "Konseling Individu Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Agresif." *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran* 5(3): 308–14.
- Dwijayanti, D. 2017. "Pengaruh Internet Parenting Style Terhadap Perilaku Cyber Aggression Melalui Media Sosial Pada Siswa Smpn 3 Jakarta." http://repository.unj.ac.id/id/eprint/30703%0Ahttp://repository.unj.ac.id/30703/2/SKRIPSI_Dina_Dwijayanti.pdf.
- Farisandy, Ellyana Dwi, Sherliana Gunawan, and Veronica Anastasia Melany Kaihatu. 2023. "Gambaran Cyber-Aggression Remaja Pengguna Fake Account Di Media Sosial." *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 1(02): 105–17.
- Goldstein, Sara E. 2015. "Parental Regulation of Online Behavior and Cyber Aggression: Adolescents' Experiences and Perspectives." *Cyberpsychology* 9(4).
- Guntara, Egy, and Illawati Sultan. 2020. "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF SISWA KELAS VIII 8 SMP NEGERI 8 KOTA BENGKULU." 3(08): 117–25.
- Hamida, N A, N R Laba, A Al Mascaty, and ... 2023. "Adaptasi Dan Validasi Skala Cyber-Aggression Questionnaire for Adolescents." *Journal Psikologi* ... 3(2016): 173–81.
<http://www.journal.apsifor.or.id/index.php/jpfi/article/view/35%0Ahttp://www.journal.apsifor.or.id/index.php/jpfi/article/download/35/18>
- Akbar, Amin, and Nia Noviani. 2019. "Tantangan Dan Solusi Dalam Perkembangan Teknologi Pendidikan Di Indonesia." *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang* 2(1): 18–25.
- Álvarez-garcía, David, Alejandra Barreiro-collazo, and José-carlos Núñez. 2017. "Cyberaggression among Adolescents :" : 89–97.
- Antipina, Svetlana, Elena Bakhvalova, and Anastasia Miklyaeva. 2021. "Psychological Determinants of Cyber-Aggression in Institutionalized Adolescents." *CEUR Workshop Proceedings* 2813: 402–14.
- As, Hady, Abdul Saman, and Asniar Khumas. 2022. "Risk and Protective Factors in Cyberbullying : The Role of Family , Social Support and Emotion Regulation." *International Journal of Bullying Prevention:* 160–73. <https://doi.org/10.1007/s42380-021-00097-4>.
- Bachtiar, Indah Nur Anugrah. 2022. "Penerapan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Disiplin Siswa Di SMP Negeri 21 Makassar." (3).
- Djawad, Wilda Mawahda, Sahril Buchori, and Hasan. 2023. "Konseling Individu Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Agresif." *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran* 5(3): 308–14.

- Dwijayanti, D. 2017. "Pengaruh Internet Parenting Style Terhadap Perilaku Cyber Aggression Melalui Media Sosial Pada Siswa Smpn 3 Jakarta." http://repository.unj.ac.id/id/eprint/30703/2/SKRIPSI_Dina_Dwijayanti.pdf.
- Farisandy, Ellyana Dwi, Sherliana Gunawan, and Veronica Anastasia Melany Kaihatu. 2023. "Gambaran Cyber-Aggression Remaja Pengguna Fake Account Di Media Sosial." *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 1(02): 105–17.
- Goldstein, Sara E. 2015. "Parental Regulation of Online Behavior and Cyber Aggression: Adolescents' Experiences and Perspectives." *Cyberpsychology* 9(4).
- Guntara, Egy, and Illawati Sultan. 2020. "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF SISWA KELAS VIII 8 SMP NEGERI 8 KOTA BENGKULU." 3(08): 117–25.
- Hamida, N A, N R Laba, A Al Mascaty, and ... 2023. "Adaptasi Dan Validasi Skala Cyber-Aggression Questionnaire for Adolescents." *Journal Psikologi* ... 3(2016): 173–81. <http://www.journal.apsifor.or.id/index.php/jpfi/article/view/35%0Ahttp://www.journal.apsifor.or.id/index.php/jpfi/article/download/35/18>.
- Isabel, K, S C Wijaya, and G Garvin. 2022. "Gambaran Cyber Aggression Pada Remaja Di Jakarta." *Seminar Nasional Psikologi UM* (Senapih): 68–78.
- <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/3155%0Ahttp://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/viewFile/3155/1708>.
- Izza, Sofia Nurul. 2023. "PENGARUH TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT DALAM."
- Monica, Mega Aria, Nova Erlina, and Putri Reza Rahmani. 2022. "Penerapan Konseling Behavioral Menggunakan Teknik Kontrak Perilaku Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar." 4(1): 49–54.
- Nadra, Araudha, and Damayanti Nefi. 2025. "Jurnal Konseling Andi Matappa Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Kecanduan Gadget Pada Siswa The Effectiveness of Group Counseling Using Behavior Contract Techniques to Reduce Gadget Addiction Among Studen." 9(September): 8–10.
- Novianti, Amanda. 2024. "Dampak Kecanduan Internet (Internet Addiction) Pada Kesehatan Psikologis Remaja." *Jurnal UNISSULA* 978-602-22(2): 280–84. <jurnal.unissula.ac.id/index.php/mpi/article/download/2200/1662>.
- Rayo, Veronika Saung, Abdullah Pandang, and Akhmad Harum. 2023. "Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kota Makassar." *Jurnal Of Education* 3(6): 49–54.
- Runions, Kevin C., Michal Bak, and Thérèse Shaw. 2017. "Disentangling Functions of Online Aggression: The Cyber-Aggression Typology Questionnaire (CATQ)."

- Aggressive Behavior 43(1): 74–84.
- Skinner, B. F. 1965. "3. Selections from Science and Human Behavior." *The Language and Thought Series*.
- Widiasih, Ni Putu Sri. 2019. "Anonimitas Dalam Tindakan Pennindasan Maya." *Indonesian Journal of Law and Economics Review* 6(1): 6–14.