



The Effectiveness of Behavioral Counseling in Reducing Temperamental Behavior among Students at MTsS MUQ Pagar Air

Putri Rizka Humaira¹ Fakhri Yacob²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Ar-raniry, Banda Aceh, Indonesia

Abstract : This study aims to examine the effectiveness of behavioral counseling in reducing students' temperamental behavior. The research employed a quantitative approach using a pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. The subjects consisted of 7 seventh-grade students of MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh who were selected through purposive sampling based on their high levels of temperamental behavior. Data were collected using a questionnaire covering the aspects of emotionality, activity, and sociability. Data analysis was conducted using descriptive statistics, the Shapiro-Wilk normality test, paired sample t-test, and N-Gain analysis with the assistance of IBM SPSS Statistics version 25. The results showed that the mean pretest score of 66.86 decreased to 25.71 in the posttest. The paired sample t-test revealed a significance value of $0.000 < 0.05$, indicating a significant difference before and after the treatment. The average N-Gain score of 0.61 was categorized as moderately effective. Therefore, behavioral counseling using the operant conditioning technique was found to be effective in reducing students' temperamental behavior. These findings are expected to encourage readers to further analyze the role of behavioral counseling services as an appropriate intervention strategy in helping students develop self-control and more adaptive behavior within the school environment.

Keywords : Behavioral Counseling; Temperamental Behavior

Efektivitas Konseling Behavioral Untuk Mengatasi Perilaku Temperamental Pada Siswa MtsS Muq Pagar Air

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan perilaku temperamental siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimen melalui desain one-group pretest-posttest. Subjek penelitian berjumlah 7 siswa kelas VII MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan tingkat perilaku temperamental yang tinggi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket yang mencakup aspek emotionality, activity, dan sociability. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro-Wilk, paired sample t-test, dan analisis N-Gain dengan bantuan IBM SPSS Statistics version 25. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pretest sebesar 66,86 menurun menjadi 25,71 pada posttest. Hasil paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah perlakuan. Nilai rata-rata N-Gain sebesar 0,61 menunjukkan kategori cukup efektif. Dengan demikian, konseling behavioral dengan teknik operant conditioning efektif dalam menurunkan perilaku temperamental siswa. Temuan ini diharapkan dapat mendorong pembaca untuk menganalisis lebih lanjut peran layanan konseling behavioral sebagai strategi intervensi yang tepat dalam membantu siswa mengembangkan kontrol diri dan perilaku yang lebih adaptif di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Konseling Behavioral; Perilaku Temperamental

Article history

Received: 05 Mey 2026

| Revised: 03 June 2026

| Accepted: 08 June 2026

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



Corresponding Author: Putri Rizka Humaira; 220213059@student.ar-raniry.ac.id

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter, perkembangan sosial, dan kestabilan emosional peserta didik (Indonesia, 2003). Dalam proses pendidikan, siswa diharapkan mampu mengembangkan kemampuan mengontrol diri, berinteraksi secara positif, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah maupun masyarakat. Namun, pada kenyataannya masih ditemukan berbagai permasalahan perilaku pada siswa, salah satunya adalah perilaku temperamental yang ditandai dengan mudah marah, impulsif, sulit mengendalikan emosi, dan menunjukkan reaksi berlebihan terhadap situasi tertentu (Santrock, 2023).

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang rentan terhadap munculnya perilaku temperamental karena ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung secara cepat. Gunarsa & Gunarsa (2004) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan periode *storm and stress* yang ditandai dengan ketidakstabilan emosi dan kecenderungan konflik dengan lingkungan sekitar. Papalia & Martorell (2021) menambahkan bahwa perkembangan emosi yang belum matang dapat menyebabkan remaja lebih mudah tersinggung, agresif, dan kesulitan mengendalikan perilaku. Sejalan dengan itu, Nurwela & Israfil (2022) menyatakan bahwa perkembangan emosi yang kurang optimal dapat memengaruhi perilaku siswa di sekolah sehingga meningkatkan risiko munculnya perilaku negatif dan maladaptif.

Perilaku temperamental yang tidak ditangani secara tepat dapat memberikan dampak negatif terhadap proses pembelajaran maupun hubungan sosial siswa. Berk (2023) menjelaskan bahwa siswa yang memiliki kecenderungan temperamental sering menunjukkan perilaku membantah guru, mudah terlibat konflik dengan teman sebaya, melanggar aturan sekolah, dan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang positif. Kondisi tersebut dapat menghambat perkembangan pribadi siswa sekaligus mengganggu suasana belajar yang kondusif di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan upaya intervensi yang tepat untuk membantu siswa mengendalikan emosi dan mengembangkan perilaku yang lebih adaptif.

Berdasarkan hasil observasi awal di MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh, ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan perilaku temperamental seperti mudah marah, meninggalkan kelas tanpa izin, berbicara kasar, serta sulit mengontrol emosi ketika menghadapi permasalahan di sekolah. Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa perilaku tersebut cukup sering muncul dalam kegiatan pembelajaran maupun interaksi sosial siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku temperamental masih menjadi permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian khusus melalui layanan bimbingan dan konseling.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk menangani perilaku temperamental adalah konseling behavioral. Pendekatan ini berlandaskan pada pandangan bahwa perilaku individu merupakan hasil proses belajar sehingga dapat diubah melalui pemberian stimulus, penguatan (*reinforcement*), dan konsekuensi yang tepat (Corey, 2024). Dalam konseling behavioral, teknik *operant conditioning* digunakan untuk membentuk perilaku yang diharapkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan melalui penguatan positif maupun negatif. Pendekatan ini dinilai efektif karena berfokus pada perubahan perilaku yang dapat diamati dan diukur secara langsung.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas pendekatan behavioral dalam mengatasi berbagai permasalahan perilaku siswa. Haslindah et al. (2021) menemukan bahwa pendekatan behavioral efektif dalam mengubah perilaku negatif siswa melalui pemberian *reinforcement*. Penelitian Hasibuan & Siregar (2023) menunjukkan bahwa pendekatan behavioristik dapat meningkatkan kecerdasan emosional sekaligus mengurangi perilaku temperamental siswa. Selain itu, penelitian Diron et al. (2023) membuktikan bahwa teknik *self-control* dalam konseling behavioral efektif menurunkan perilaku agresif siswa. Hasil-hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendekatan behavioral memiliki potensi yang besar dalam membantu siswa mengembangkan perilaku yang lebih adaptif.

Meskipun demikian, berdasarkan kajian literatur yang telah dilakukan, penelitian mengenai konseling behavioral masih lebih banyak difokuskan pada perilaku agresif, perilaku negatif, dan peningkatan kecerdasan emosional siswa. Penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas konseling behavioral dengan teknik *operant conditioning* dalam menurunkan perilaku temperamental siswa pada jenjang madrasah tsanawiyah masih relatif terbatas. Selain itu, belum banyak penelitian yang mengukur efektivitas intervensi tersebut menggunakan desain *one-group pretest-posttest* yang dipadukan dengan analisis N-Gain untuk mengetahui tingkat efektivitas perubahan perilaku secara lebih rinci.

Berdasarkan kesenjangan penelitian tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) pada penerapan konseling behavioral dengan teknik *operant conditioning* untuk menurunkan perilaku temperamental siswa MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh serta penggunaan analisis N-Gain sebagai penguat dalam mengukur tingkat efektivitas intervensi yang diberikan. Penelitian ini penting dilakukan karena dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas layanan konseling behavioral dalam membantu siswa mengendalikan emosi, mengurangi perilaku temperamental, dan mengembangkan perilaku yang lebih adaptif di lingkungan sekolah.

Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral dengan teknik *operant conditioning* dalam menurunkan perilaku temperamental siswa MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh.

METODE PENELITIAN

Jenis dan design penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen jenis *pre-experimental design* menggunakan desain *one-group pretest-posttest design*. Pendekatan ini digunakan untuk menguji hipotesis melalui analisis data berbentuk angka secara objektif (Sugiyono, 2022). Penelitian dilakukan dengan memberikan *pretest*, kemudian perlakuan (*treatment*), dan diakhiri dengan *posttest* untuk mengetahui perubahan setelah intervensi diberikan. Efektivitas perlakuan diketahui melalui perbandingan hasil sebelum dan sesudah *treatment* pada kelompok yang sama (Arikunto, 2021; Creswell, 2021). Desain ini memiliki pola sebagai berikut:



O₁ X O₂

Gambar 1. Pola One Grup *Pre-test* dan *Post-test* Desain

Subjek penelitian

Subjek penelitian ini terdiri dari 7 siswa kelas VII MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh tahun ajaran 2025/2026 yang berasal dari kelas VII-C dan VII-D. Pemilihan subjek dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan subjek berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2022). Pemilihan siswa kelas VII didasarkan pada kondisi perkembangan remaja awal yang sedang mengalami masa transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama. Pada tahap perkembangan tersebut, siswa cenderung mengalami perubahan dalam aspek emosional, sosial, dan penyesuaian lingkungan belajar yang dapat memengaruhi kestabilan emosi serta memunculkan perilaku temperamental, seperti mudah tersinggung, impulsif, dan kurang mampu mengendalikan emosi. Penentuan subjek penelitian dilakukan melalui penyebaran angket perilaku temperamental kepada seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 30 siswa. Berdasarkan hasil angket, diperoleh 7 siswa yang memiliki tingkat perilaku.

Instrument penelitian

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket perilaku temperamental yang disusun berdasarkan beberapa indikator, yaitu *emotionality* (kecenderungan individu untuk bereaksi secara emosional seperti mudah marah, cemas, dan mudah

terganggu), *activity* (tingkat energi, keaktifan, serta kecepatan dalam berperilaku), dan *sociability* (kecenderungan untuk berinteraksi dan merasa nyaman dalam kebersamaan dengan orang lain). Angket tersebut diberikan sebanyak dua kali, yaitu sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok (*pretest*) dan setelah seluruh rangkaian layanan selesai dilaksanakan (*posttest*). Selain itu, peneliti juga melakukan observasi selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung untuk mengamati perubahan perilaku serta dinamika interaksi peserta didik.

Angket perilaku temperamental oleh Riki Febriansyah telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan dengan melihat nilai Corrected Item-Total Correlation, dengan kriteria item dinyatakan valid apabila nilai korelasi lebih dari 0,30. Berdasarkan hasil analisis, terdapat beberapa item yang memiliki nilai korelasi di atas 0,30 sehingga dinyatakan valid, dan beberapa item lainnya memiliki nilai di bawah 0,30 sehingga dinyatakan tidak valid. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,762 dengan jumlah item 15. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen perilaku temperamental memiliki tingkat reliabilitas yang baik dan dapat digunakan dalam penelitian. Selain itu, berdasarkan uji normalitas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,612 ($> 0,05$), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal.

Prosedur Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti mengikuti beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti melakukan penilaian awal untuk mengidentifikasi siswa yang memiliki tingkat perilaku temperamental yang tinggi. Penilaian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner skala perilaku temperamental kepada seluruh siswa kelas VIII MTs MUQ Pagar Air. Hasil pengisian kuesioner tersebut digunakan sebagai dasar dalam menentukan subjek penelitian yang memenuhi kriteria.

b. Pengembangan Instrumen

Pengembangan instrumen dilakukan dengan menyusun kuesioner perilaku temperamental berdasarkan indikator yang relevan dengan karakteristik siswa. Instrumen ini disusun berdasarkan kajian teori mengenai perilaku temperamental yang mencakup aspek emotionality, activity, dan sociability. Selanjutnya, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa alat ukur tersebut layak digunakan dalam proses pengumpulan data penelitian. Setelah tahap persiapan dan pengembangan instrumen selesai, peneliti melaksanakan tahapan inti penelitian sebagai berikut:

1. Pre-test

Sebelum pelaksanaan intervensi, siswa diminta untuk mengisi kuesioner perilaku temperamental guna memperoleh data awal terkait tingkat perilaku temperamental yang dimiliki. Data pre-test ini digunakan sebagai dasar perbandingan untuk melihat perubahan setelah diberikan perlakuan.

2. Pelaksanaan Intervensi

Pelaksanaan intervensi dilakukan melalui konseling kelompok dengan menggunakan teknik behavioral yang dilaksanakan dalam beberapa sesi, dengan durasi setiap sesi sekitar 45 menit. Pada tahap awal, konselor membangun hubungan yang kondusif dengan peserta didik serta menjelaskan tujuan kegiatan konseling.

Selanjutnya, konselor menerapkan teknik-teknik dalam pendekatan behavioral, seperti penguatan (*reinforcement*), pembentukan perilaku (*shaping*), dan pemberian contoh perilaku (*modeling*) untuk membantu siswa mengurangi perilaku temperamental. Peserta didik juga dilibatkan dalam kegiatan diskusi dan latihan perilaku untuk meningkatkan kemampuan mengontrol emosi, mengurangi impulsivitas, serta membentuk perilaku yang lebih adaptif.

Pada akhir sesi, dilakukan evaluasi terhadap perubahan perilaku siswa serta pemberian umpan balik dan penguatan positif untuk mempertahankan perilaku yang diharapkan.

3. *Post-test*

Setelah seluruh rangkaian intervensi selesai, siswa kembali mengisi kuesioner perilaku temperamental. Data post-test ini digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat perilaku temperamental setelah diberikan layanan konseling behavioral.

Teknik Analisis Data

Data penelitian dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro-Wilk, paired sample t-test, dan analisis N-Gain. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics version 25.

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi tingkat perilaku temperamental siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

1. Analisis deskriptif

Analisis ini meliputi perhitungan mean, median, modus, standar deviasi, serta distribusi frekuensi untuk melihat kecenderungan dan penyebaran data (Sugiyono, 2017; Sugiyono, 2019).

Rumus persentase:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

- P = Persentase
- F = Frekuensi
- N = Jumlah sampel

2. Uji Prasyarat: Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan sebelum pengujian hipotesis untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini digunakan uji Shapiro-Wilk, karena memiliki tingkat akurasi yang baik untuk jumlah sampel kecil (Mishra et al., 2019).

Kriteria pengambilan keputusan:

- Sig. > 0,05 → data berdistribusi normal
- Sig. < 0,05 → data tidak berdistribusi normal

Hasil uji normalitas ini digunakan untuk menentukan jenis uji hipotesis yang digunakan, yaitu Paired Sample t-Test.

3. Uji Hipotesis: Paired Sample t-Test

a. Paired Sample t-Test

Apabila data berdistribusi normal, maka pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *Paired Sample t-Test* untuk mengetahui perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok yang sama (Sugiyono, 2019). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan bantuan software IBM SPSS Statistics version 25 guna memperoleh hasil pengujian yang akurat dan sistematis.

Rumus:

$$t = \frac{\bar{D}}{SD_D / \sqrt{n}}$$

Keterangan:

- $\bar{D}$ = rata-rata selisih pre-test dan post-test
- SD_D = standar deviasi selisih
- n = jumlah subjek

Kriteria pengambilan keputusan:

- Jika Sig. (2-tailed) < 0,05, maka H_a diterima (terdapat perbedaan signifikan)
- Jika Sig. (2-tailed) > 0,05, maka H_a ditolak (tidak terdapat perbedaan signifikan)

4. Analisis Peningkatan (N-Gain)

Analisis N-Gain digunakan untuk mengetahui tingkat efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan perilaku temperamental siswa melalui perbandingan skor pre-test dan post-test (Sundayana, 2020; Sugiyono, 2019).

Rumus yang digunakan (karena mengukur penurunan):

$$g = \frac{Pretest - Posttest}{Pretest}$$

Kategori N-Gain:

- $g \geq 0,70$ = Tinggi
- $0,30 \leq g < 0,70$ = Sedang
- $g < 0,30$ = Rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Hasil penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 4 April 2026 di MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh terhadap siswa yang memiliki tingkat perilaku temperamental tinggi. Berdasarkan hasil penelitian, terlihat adanya perubahan perilaku siswa setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavioral melalui teknik operant conditioning. Perubahan tersebut dapat dilihat dari hasil pre-test dan post-test, pengujian statistik, serta analisis N-Gain yang menunjukkan penurunan perilaku temperamental pada siswa.

Berikut kategori tingkat stres akademik pada siswa kelas VII MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh:

Tabel 1. Kategori Rentang Skor Perilaku Temperamental Siswa

Kategori	Nilai	Responden
Tinggi	15-35	7
Sedang	36-55	23
Rendah	65-77	0

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang sebanyak 23 responden atau sekitar 76,7%, sedangkan 7 responden atau sekitar 23,3% berada pada kategori tinggi dan tidak terdapat siswa pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang memiliki perilaku temperamental cukup tinggi sehingga perlu diberikan layanan yang sesuai untuk membantu mengurangi perilaku tersebut. Oleh karena itu, siswa yang berada pada kategori tinggi dijadikan sebagai subjek penelitian untuk diberikan layanan konseling behavioral melalui teknik operant conditioning.

Tabel 2. Data Skor Pretest Perilaku Temperamental

Responden	Pretest	Kategori
R1	68	Tinggi
R2	60	Tinggi
R3	64	Tinggi
R4	72	Tinggi
R5	75	Tinggi
R6	64	Tinggi
R7	65	Tinggi
Jumlah/rata-rata	66,85	Tinggi

Berdasarkan data pada tabel 2. hasil *pre-test* menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 66,85. Skor tertinggi diperoleh responden R5 sebesar 75, sedangkan skor terendah diperoleh responden R2 sebesar 60. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan treatment, siswa cenderung memiliki perilaku yang mudah marah, sulit mengontrol emosi, bereaksi secara berlebihan, dan menunjukkan perilaku impulsif ketika menghadapi situasi tertentu. Tingginya skor pre-test tersebut memperlihatkan bahwa siswa membutuhkan bantuan untuk mengontrol emosi dan membentuk perilaku yang lebih positif.

Layanan yang diberikan dalam penelitian ini adalah konseling kelompok yang dilaksanakan dalam tiga sesi treatment dengan pendekatan behavioral melalui teknik operant conditioning, yang berfokus pada pengendalian emosi dan pembentukan perilaku positif.

Treatment I dilaksanakan pada Kamis, 30 April 2026 dengan kegiatan yang berfokus pada pemahaman siswa mengenai perilaku temperamental beserta dampaknya dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan dilakukan melalui diskusi, tanya jawab, dan refleksi diri dengan menerapkan teknik operant conditioning melalui pemberian reinforcement. Pada sesi ini, siswa mulai memahami pentingnya mengendalikan emosi serta mampu mengenali faktor-faktor yang memicu munculnya perilaku temperamental.

Treatment II dilaksanakan pada Sabtu, 2 Mei 2026 dengan fokus pada kemampuan siswa dalam mengontrol emosi dan mengurangi reaksi impulsif. Dalam sesi ini diterapkan teknik operant conditioning melalui pemberian punishment dan reinforcement terhadap perilaku yang diharapkan. Kegiatan dilakukan melalui simulasi (role play) dan latihan respons yang lebih adaptif. Hasilnya, siswa mulai menunjukkan perubahan dalam mengelola emosi dan mampu merespons situasi dengan lebih tenang.

Treatment III dilaksanakan pada Senin, 4 Mei 2026 dengan fokus pada pembiasaan perilaku positif serta penguatan terhadap perubahan perilaku siswa. Kegiatan dilakukan melalui kontrak perilaku, latihan pengendalian diri, dan pemberian penguatan positif terhadap perilaku yang baik. Setelah mengikuti sesi ini, siswa terlihat lebih mampu mengontrol emosi dan mempertahankan perilaku yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Setelah seluruh rangkaian treatment selesai dilaksanakan, dilakukan post-test untuk mengetahui perubahan tingkat perilaku temperamental siswa setelah mengikuti layanan konseling kelompok.

Tabel 3. Data Skor Posttest Perilaku Temperamental

Responden	Posttest	Kategori
R1	29	Rendah
R2	31	Rendah
R3	23	Rendah
R4	25	Rendah
R5	21	Rendah
R6	24	Rendah
R7	27	Rendah
Jumlah/rata-rata	25,71	Rendah

Berdasarkan tabel 3. terlihat bahwa seluruh responden mengalami penurunan tingkat perilaku temperamental dan berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor sebesar 25,71. Nilai tertinggi diperoleh responden R2 sebesar 31, sedangkan nilai terendah diperoleh responden R5 sebesar 21. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan perilaku yang cukup signifikan setelah siswa mengikuti layanan konseling kelompok. Siswa mulai mampu mengontrol emosi, mengurangi perilaku impulsif, serta lebih tenang dalam menghadapi konflik maupun situasi yang memicu emosi.

Tabel 4. Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
KELAS		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
HASIL	Pre-Test	0,212	7	.200*	0,946	7	0,693
	Post-Test	0,152	7	.200*	0,978	7	0,947

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil penelitian tersebut diperkuat melalui uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk yang menunjukkan bahwa data pre-test dan post-test berdistribusi normal karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dilakukan uji parametrik menggunakan Paired Sample T-Test. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga hipotesis kerja diterima. Nilai rata-rata selisih antara pre-test dan post-test sebesar 41,14 menunjukkan adanya penurunan perilaku temperamental yang cukup besar setelah

diberikan layanan konseling behaviorial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan treatment, sehingga layanan konseling behaviorial dengan teknik operant conditioning efektif dalam menurunkan perilaku temperamental siswa.

Untuk melihat tingkat perubahan perilaku siswa secara lebih rinci, dilakukan analisis N-Gain terhadap masing-masing responden.

Tabel 5. Hasil Uji N-Gain Responden

No	Responden	Pre-test	Post-test	N-gain	N-gain score%	Kategori
1	R1	68	29	0,57	57,35	Sedang
2	R2	60	31	0,48	48,33	Sedang
3	R3	64	23	0,64	64,06	Sedang
4	R4	72	25	0,65	65,28	Sedang
5	R5	75	21	0,72	72,00	Tinggi
6	R6	64	24	0,62	62,50	Sedang
7	R7	65	27	0,58	58,46	Sedang
	Mean	66,86	25,71	0,61	61,14	Sedang

Berdasarkan tabel 5. seluruh responden mengalami penurunan perilaku temperamental setelah mengikuti layanan konseling behaviorial. Nilai rata-rata N-Gain sebesar 0,61 berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 61,14%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling behaviorial memberikan perubahan yang cukup baik terhadap perilaku siswa. Responden R5 memperoleh nilai N-Gain tertinggi sebesar 0,72 dengan kategori tinggi, sedangkan responden lainnya berada pada kategori sedang. Perbedaan tingkat perubahan antar responden dipengaruhi oleh kondisi emosional siswa, kemampuan menerima layanan, serta keterlibatan siswa selama proses konseling berlangsung. Walaupun demikian, seluruh siswa tetap menunjukkan perubahan perilaku ke arah yang lebih positif setelah diberikan layanan.

Selain berdasarkan responden, perubahan perilaku siswa juga terlihat pada setiap indikator perilaku temperamental.

Tabel 6. Hasil Uji N-Gain Indikator

No	Indikator	Persentase pre-test	Persentase post-test	N-gain	Kategori
1	Emotionality	19,14%	5,71%	0,70	Tinggi
2	Activity	21,43%	7,14%	0,67	Sedang
3	Sociability	22,57%	8,29%	0,63	Sedang
	Rata-rata	21,05%	7,05%	0,67	Sedang

Berdasarkan tabel 6. seluruh indikator perilaku temperamental mengalami penurunan setelah diberikan layanan konseling behaviorial. Indikator *emotionality* memperoleh nilai N-Gain sebesar 0,70 dengan kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa mulai mampu mengontrol emosi serta mengurangi reaksi marah yang berlebihan. Selanjutnya, indikator *activity* memperoleh nilai N-Gain sebesar 0,67 dengan kategori sedang yang menunjukkan adanya penurunan perilaku impulsif dan tindakan yang kurang terkontrol. Sementara itu, indikator *sociability* memperoleh nilai N-Gain sebesar 0,63 dengan kategori sedang, yang menunjukkan bahwa siswa mulai mampu menjalin hubungan sosial yang lebih baik dengan lingkungan sekitarnya. Secara keseluruhan, rata-rata nilai N-Gain indikator sebesar 0,67 berada pada kategori sedang, sehingga dapat dikatakan bahwa layanan konseling behaviorial cukup membantu dalam menurunkan perilaku temperamental siswa pada berbagai aspek perilaku.

Tabel 7. Tingkat Efektivitas Konseling Behavioral

Rentang persentase N-gain	Kategori efektivitas
< 40%	Tidak efektif
40% – 55%	Kurang efektif
56% – 75%	Cukup efektif
> 76%	Efektif

Mean N-gain score	Kategori
61,14%	Cukup efektif

Berdasarkan tabel 7. rata-rata persentase N-Gain sebesar 61,14% berada pada rentang 56%–75% sehingga termasuk dalam kategori cukup efektif. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan konseling behavioral dengan teknik *operant conditioning* cukup efektif dalam membantu menurunkan perilaku temperamental siswa. Keberhasilan layanan tersebut dipengaruhi oleh penerapan *reinforcement* atau penguatan terhadap perilaku positif selama proses konseling berlangsung. Melalui penguatan tersebut, siswa belajar mempertahankan perilaku yang baik dan secara bertahap mengurangi perilaku yang kurang sesuai.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori behavioristik yang menyatakan bahwa perilaku individu dapat dibentuk melalui proses belajar, pembiasaan, serta pemberian penguatan secara terus-menerus. Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa konseling behavioral efektif digunakan untuk membantu mengurangi perilaku maladaptif dan meningkatkan kemampuan pengendalian emosi pada siswa. Dengan demikian, layanan konseling behavioral dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa yang memiliki kecenderungan perilaku temperamental di lingkungan sekolah.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavioral melalui teknik *operant conditioning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan perilaku temperamental siswa di MTsS MUQ Pagar Air Banda Aceh. Hal ini terlihat dari adanya perubahan skor *pre-test* dan *post-test*, di mana rata-rata skor perilaku temperamental siswa menurun dari 66,85 menjadi 25,71 setelah diberikan treatment. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa siswa mulai mampu mengontrol emosi, mengurangi perilaku impulsif, serta lebih tenang dalam menghadapi situasi yang memicu emosi.

Penurunan perilaku temperamental terjadi karena pendekatan behavioral melalui teknik *operant conditioning* menekankan pada proses pembentukan perilaku melalui reinforcement dan pembiasaan perilaku positif. Dalam proses konseling kelompok, siswa diberikan penguatan positif ketika mampu menunjukkan perilaku yang lebih baik, seperti mengontrol emosi, berbicara dengan lebih tenang, dan mengurangi perilaku agresif. Penguatan tersebut membantu siswa mempertahankan perilaku positif serta mengurangi perilaku negatif secara bertahap. Selain itu, layanan konseling kelompok juga membantu siswa belajar melalui dinamika kelompok. Siswa dapat saling berbagi pengalaman, memahami dampak negatif perilaku temperamental, serta belajar mengembangkan perilaku yang lebih adaptif. Melalui proses tersebut, siswa menjadi lebih mampu mengendalikan diri dan menjalin hubungan sosial yang lebih baik dengan lingkungan sekitarnya.

Hasil penelitian ini diperkuat melalui uji *Paired Sample t-Test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan treatment. Selain itu, hasil analisis N-Gain menunjukkan rata-rata sebesar 0,61 atau 61,14% yang berada pada kategori cukup efektif. Hal tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling behavioral cukup efektif dalam membantu menurunkan perilaku temperamental siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa konseling behavioral efektif dalam membantu mengatasi perilaku maladaptif siswa. Haslindah et al. (2021) menyatakan bahwa pendekatan behavioral mampu mengubah perilaku negatif melalui proses pembiasaan dan reinforcement. Penelitian Hasibuan & Siregar (2023) juga menunjukkan bahwa pendekatan behavioristik dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa dan membantu mengurangi perilaku temperamental. Selain itu, Diron et al. (2023) menemukan bahwa teknik *self-control* dalam konseling behavioral efektif menurunkan perilaku agresif siswa secara signifikan.

Meskipun demikian, penelitian mengenai efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan perilaku temperamental siswa MTs masih terbatas, khususnya yang menggunakan teknik *operant conditioning*. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada perilaku agresif, kecemasan, maupun kedisiplinan siswa. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada penerapan teknik *operant conditioning* dalam layanan konseling behavioral untuk membantu menurunkan perilaku temperamental siswa MTs MUQ Pagar Air Banda Aceh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di MTs MUQ Pagar Air Banda Aceh, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan behavioral melalui teknik *operant conditioning* efektif dalam menurunkan perilaku temperamental siswa. Hal tersebut dibuktikan melalui adanya skor perilaku temperamental siswa dari hasil *pre-test* dan *post-test*, di mana rata-rata skor menurun dari 66,85 menjadi 25,71 setelah diberikan treatment.

Hasil uji statistik menggunakan *Paired Sample t-Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling behavioral. Selain itu, hasil analisis N-Gain memperoleh rata-rata sebesar 0,61 atau 61,14% yang berada pada kategori cukup efektif.

Perubahan perilaku siswa terlihat pada kemampuan siswa dalam mengontrol emosi, mengurangi perilaku impulsif, serta meningkatkan kemampuan berinteraksi sosial secara lebih positif. Dengan demikian, layanan konseling behavioral melalui teknik *operant conditioning* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling dalam membantu menurunkan perilaku temperamental siswa di sekolah.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Berk, L. E. (2023). *Development Through the Lifespan* (8th ed.). Pearson.
- Corey, G. (2024). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (11th ed.). Cengage Learning.
- Creswell, J. W. (2021). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE publications.
- Diron, A. Z., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2023). Pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik Self Control dalam Meminimalisir Perilaku Agresif Peserta Didik di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Educatio*, 9(1), 446–451. <https://doi.org/10.29210/1202323016>
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. D. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. BPK Gunung Mulia.
- Hasibuan, R. S. N., & Siregar, A. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Behavioristik untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI IPS MAN Asahan. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(2), 74–83.
- Haslindah, Passalowongi, A. J. A., & Passalowongi, J. (2021). Pendekatan Konseling Behavioral dalam Penanganan Remaja Bermasalah. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(2), 77–86.
- Indonesia, R. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Sekretariat Negara.
- Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive Statistics and Normality Tests for Statistical Data. *Annals of Cardiac Anaesthesia*, 22(1), 67–72. https://doi.org/10.4103/ACA.ACA_157_18
- Nurwela, & Israfil. (2022). Perkembangan Emosi Remaja dan Pengaruhnya terhadap Perilaku Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 210–218.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.
- Santrock, J. W. (2023). *Adolescence* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2017). *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sundayana, R. (2020). *Statistika Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.