

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN
TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* DALAM MENGURANGI
PERILAKU KONSUMTIF PESERTA DIDIK DI
SMA NEGERI 1 TANJUNG MORAWA
TAHUN AJARAN 2024/2025**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Program Studi Bimbingan Konseling*

Oleh

Risty Dwi Apriananda
NPM. 2102080025



UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATRA UTARA**

MEDAN

2025



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Selasa, Tanggal 17 Juni 2025, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama Mahasiswa : Risti Dwi Apriananda
NPM : 2102080025
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik Di Sma Negeri 1 Tanjung Morawa tahun Ajaran 2024/2025

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : (**A**) Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua

Dra. Hj. Syamsurnita, M.Pd.

Sekretaris

Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS, M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, M. Psi
2. M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.
3. Asbi, S. Pd., M.Pd

1.

3.

2.



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JL. Kapten Muchtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056
Website: <https://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang diajukan oleh Mahasiswa/i di bawah ini :

Nama : Risty Dwi Apriananda
NPM : 2102080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract*
Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri
1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Sudah layak disidangkan

Medan, 17 Juni 2025

Disetujui Oleh :

Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

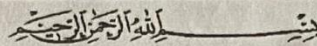
Diketahui Oleh :

Dekan

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd.

Ketua Prodi

Mhd. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

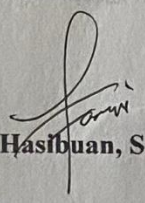


BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

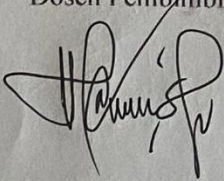
Nama Mahasiswa : Risty Dwi Apriananda
NPM : 2102080025
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Behavior Contract* dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
15 Mei 2025	Perbaikan dan Penambahan situs 1 & 2		
16 Mei 2025	Perbaikan wawancara di bab 4		
22 Mei 2025	Perbaikan dan Penambahan rencana pelaksanaan Layanan		
27 Mei 2025	Penambahan pada kontrak Perilaku		
28 Mei 2025	Memperbaiki susunan kalimat pada bab iv		
02 Juni 2025	Penambahan dan Perbaikan Lampiran		

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Medan, 17 Juni 2025
Dosen Pembimbing


Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JL. Kapten Muchtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056
Website, <https://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Lengkap : Risty Dwi Apriananda
N.P.M : 2102080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract*
Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri
1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025". Adalah benar bersifat asli (original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Medan, 17 Juni 2025

Hormat saya

Yang membuat pernyataan



RISTY DWI APRIANANDA
NPM. 2102080025

ABSTRAK

Risty Dwi Apriananda, 2102080025, Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025.

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengeksplorasi efektivitas penerapan layanan konseling individual berbasis teknik *behavior contract* dalam menekan perilaku konsumtif pada peserta didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa. Metode yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif, dengan fokus utama pada implementasi teknik *behavior contract*. Adapun subjek dalam penelitian ini mencakup guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta tiga orang peserta didik dari sekolah yang bersangkutan. Temuan dari penelitian ini mengindikasikan adanya penurunan signifikan terhadap perilaku konsumtif pada peserta didik setelah diberikan intervensi melalui konseling individual dengan pendekatan *behavior contract*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual yang mengintegrasikan teknik *behavior contract* terbukti memberikan kontribusi yang positif dalam mengurangi kecenderungan konsumtif di kalangan peserta didik.

Kata Kunci: Layanan Konseling Individual, Teknik *Behavior contract*, Perilaku Konsumtif Peserta Didik

KATA PENGANTAR



Puji beserta syukur Alhamdulillah peneliti sampaikan kepada Allah SWT yang mana Allah telah memberikan nikmat dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dalam bentuk yang sederhana dengan judul —Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Skripsi ini di susun guna melengkapi tugas-tugas dalam memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada program Strata-1 di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.

Peneliti menyadari pada menyusun skripsi ini tentunya tidak luput dari berbagai kekurangan dan kesulitan, terutama kekurangan pengetahuan peneliti, serta buku literatur yang mendukung skripsi ini. Tetapi, berkat bantuan orang tua, keluarga, teman-teman, serta dosen sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik mungkin. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada kedua orang tua peneliti yaitu Ayahanda **Sugi Asmorodan** ibunda **Rukini** terima kasih atas rasa cinta dan kasih sayangnya yang tidak pernah ada habisnya untuk peneliti serta doa yang tiada hentinya terus memberikan dukungan sepenuhnya atas semua pilihan yang peneliti ambil baik itu dukungan secara moral ataupun materi.

Tidak lupa pula peneliti mengucapkan terimakasih kepada nama-nama di bawah ini :

1. Bapak **Prof Dr. H. Agussani M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara
2. Ibu **Dr. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
3. Bapak **M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd** selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
4. Ibu **Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi** selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
5. Bapak **Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons** selaku Dosen Pembimbing saya yang telah banyak membantu dalam hal motivasi, memberikan saran, pengarahan, serta masukan dalam penulisan skripsi hingga selesai.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, terimakasih untuk ilmu yang telah diberikan mulai dari semester awal hingga akhir.
7. Pengawai dan Staf Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara atas kelancaran dan proses administrasi.
8. Bapak **Makmur Efendy Sitompul S.Pd, M.Si** selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Tanjung Morawa yang telah memberikan kesempatan, waktu dan peluang saya dalam melaksanakan penelitian ini sampai selesai.
9. Ibu **Nuke Chinthia S.Pd.** selaku guru bimbingan dan koseling yang selalu bersedia membantu peneliti dalam proses pelaksanaan penelitian ini.
10. Terkhusus peneliti ucapkan terimakasih kepada Ayahanda **Sugi Asmora** dan Ibunda **Rukini** yang selalu mengupayakan dan memberikan yang terbaik

untuk kehidupan penulis serta dukungan, doa dan cinta yang diberikan kepada peneliti, akhirnya peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.

11. Kepada para sahabat yang ada di dalam grup toxic, terimakasih telah kebersamai penulis dari awal perkuliahan sampai penulisan skripsi ini. Terimakasih untuk dukungan, serta tawa dan kebersamaan yang menjadi penyemangat penulis menyelesaikan skripsi ini.

12. Dan yang terakhir saya ucapkan untuk diri saya sendiri, terimakasih sudah mampu bertahan melewati laka - liku perkuliahan dari awal perkuliahan hingga sampai akhir penyusunan skripsi ini selesai.

Akhirnya peneliti mengharapkan semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti lainnya, dan juga pembaca.

Medan, Februari 2025

Risty Dwi Apriananda

NPM : 2102080025

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
12.1 Latar Belakang Masalah	1
12.2 Fokus Penelitian.....	8
12.3 Rumusan masalah	8
12.4 Tujuan Penelitian	9
12.5 Manfaat Penelitian	9
12.5.1	Manfaat
Teoritis	9
12.5.2	Manfaat
Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Kerangka Teoritis.....	11
2.1.1 Konseling Individual	11
2.1.1.1 PengertianKonseling Individual	11
2.1.1.2 Tujuan Layanan Konseling Individual	11
2.1.1.3 Asas-Asas Konseling Individual.....	12
2.1.1.4 Tahap-Tahap Konseling Individual	17
2.1.2 <i>Behavior contract</i>	22

2.1.2.1	Pengertian <i>Behavior contract</i>	22
2.1.2.2	Tujuan <i>Behavior contract</i>	23
2.1.2.3	Langkah-Langkah <i>Behavior contract</i>	23
2.1.2.4	Tahap Pelaksanaan <i>Behavior contract</i>	24
2.1.2.4	Kelebihan dan Kekurangan <i>Behavior contract</i>	25
2.1.3	Perilaku Konsumtif.....	26
2.1.3.1	Pengertian Perilaku Konsumtif.....	26
2.1.3.2	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif	28
2.1.3.3	Dampak Perilaku Konsumtif	31
2.1.3.4	Indikator Perilaku Konsumtif.....	31
2.2	Penelitian yang Relevan.....	33
2.3	Kerangka Konseptual.....	34
BAB III	METODE PENELITIAN.....	36
3.1	Pendekatan Penelitian	36
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
3.2.1	Lokasi Penelitian.....	36
3.2.2	Waktu Penelitian	37
3.3	Subjek dan Objek Penelitian.....	37
3.3.1	Subjek Penelitian	37
3.3.2	Objek Penelitian	38
3.4	Sumber Data Penelitian.....	39
3.4.1	Data Primer	39
3.4.2	Data Sekunder.....	39

3.5 Intrumen Penelitian	40
3.6 Desain Penelitian	41
3.7 Teknik Analisis Data	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Temuan Penelitian.....	47
4.2 Pembahasan.....	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
5.1 Kesimpulan	74
5.2 Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Rencana Kegiatan	37
Tabel 3.2 Penelitian	39
Tabel 4.1 Indikator Observasi.....	49
Tabel 4.2 Analisis Deskriptif Penurunan Perilaku Konsumtif Berdasarkan Indikator	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	35
Gambar 3.1 Siklus I dan II	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01 Daftar Riwayat Hidup	80
Lampiran 02 Hasil Observasi Peserta didik	82
Lampiran 03 Hasil Wawancara Kepala Guru BK	83
Lampiran 04 Hasil Wawancara Peserta didik.....	84
Lampiran 05 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)	88
Lampiran 06 Dokumentasi	105
Lampiran 07 K1.....	106
Lampiran 08 K2.....	107
Lampiran 09 K3.....	108
Lampiran 10 Beritas Acara Bimbingan Proposal	109
Lampiran 11 Lembar Pengesahan Proposal	110
Lampiran 12 Surat Pernyataan	111
Lampiran 13 Berita Acara Seminar Proposal	112
Lampiran 14 Surat Keterangan.....	113
Lampiran 15 Lembar Pengesahan Hasil Seminar	114
Lampiran 16 Permohonan izin Riset.....	115
Lampiran 17 Surat Keterangan Sekolah.....	116
Lampiran 18 Hasil Turnitin	117

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan dipandang sebagai sebuah ikhtiar sadar yang dirancang secara sistematis untuk membentuk jalannya pembelajaran, di mana peserta didik didorong untuk aktif menggali dan mengembangkan potensi dirinya. Melalui proses ini, individu diasah untuk memiliki kendali diri, membentuk identitas personal, menumbuhkan kecerdasan intelektual dan emosional, menanamkan nilai moral yang luhur, serta mengasah keterampilan hidup yang dibutuhkan dalam menjalani realitas sosial. Selain sebagai media pengembangan diri, pendidikan juga memainkan peran sebagai jembatan pewarisan nilai, budaya, dan pengetahuan dari satu generasi ke generasi selanjutnya (Abd Rahman, 2022). Transformasi global yang melaju pesat di era modern ini turut memengaruhi wajah pendidikan secara menyeluruh, termasuk dalam aspek sosial kehidupan manusia. Salah satu tantangan yang mencuat adalah bagaimana individu, khususnya generasi muda, mampu bersikap cerdas dan selektif dalam menentukan pola hidup yang selaras dengan nilai-nilai esensial. Dunia pendidikan, khususnya institusi sekolah, kini berada dalam pusaran tuntutan zaman yang menuntut adanya kesiapan untuk bereaksi cepat, beradaptasi secara fleksibel, dan menunjukkan dedikasi tinggi terhadap berbagai perubahan yang tidak terduga (Hamid Darmadi, 2019).

Secara esensial, pendidikan tidak hanya berlangsung di dalam ruang kelas, melainkan juga hadir sebagai proses sadar yang menumbuhkan karakter dan kemampuan peserta didik di berbagai lini kehidupan. Sebagaimana termaktub

dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2023 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3, tujuan pendidikan nasional adalah membentuk manusia Indonesia yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki integritas moral, sehat secara menyeluruh, berpengetahuan luas, mandiri, kreatif, serta mampu menjalankan peran sebagai warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Sekolah merupakan institusi pendidikan formal yang menjalankan fungsi pedagogis secara sistematis melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan pelatihan. Tujuan utamanya adalah memfasilitasi peserta didik dalam mengasah dan mengaktualisasikan seluruh aspek potensial yang dimilikinya, baik dalam ranah moral-spiritual, kognitif, maupun afektif. Dalam konteks pembentukan karakter dan pencapaian hasil belajar, sekolah memainkan peran strategis sebagai lingkungan sosial kedua setelah keluarga. Sebagaimana keluarga memberikan pondasi awal dalam pembentukan nilai dan kebiasaan, sekolah melanjutkan proses itu dalam ruang sosial yang lebih luas dan terstruktur. Oleh karena itu, lingkungan sekolah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses belajar dan perkembangan peserta didik (Zainur Ansor & Vidya Pratiwi, 2018). Peserta didik sendiri dipahami sebagai individu yang tengah berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan, di mana setiap potensi dirinya baik jasmani, intelektual, emosional, maupun sosial sedang dalam proses pematangan dan penguatan melalui interaksi pendidikan yang berkelanjutan diperlukan pembimbing agar mampu tumbuh secara optimal.

Pada tahap ini, individu berada dalam fase transisi yang menandai pergeseran dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Masa remaja sering dipandang sebagai

periode yang krusial dan penuh dinamika, terutama dalam pembentukan identitas dan kepribadian seseorang. Salah satu karakteristik yang mencolok dalam perkembangan remaja terletak pada dimensi perilaku sosialnya. Pada fase ini, kemampuan untuk mengelola sikap hidup, termasuk dalam hal pengendalian konsumsi, memiliki pengaruh yang besar terhadap pola perilaku mereka. Sebagai pelajar yang tengah berada di rentang usia remaja, kecenderungan untuk mengikuti gaya hidup berlebihan kerap muncul dan tanpa disadari dapat berkembang menjadi perilaku konsumtif. Hal ini tampak dari kebiasaan peserta didik yang gemar makan di restoran atau kafe, berkunjung ke pusat perbelanjaan, hingga bertransaksi di berbagai platform belanja daring maupun luring. Pola konsumsi seperti ini kerap kali tidak didasarkan pada kebutuhan nyata, melainkan dipicu oleh dorongan gaya hidup yang tidak proporsional serta tidak sejalan dengan kondisi ekonomi keluarga. Perilaku konsumtif tersebut dapat dikategorikan sebagai bentuk pengeluaran yang tidak rasional karena tidak mempertimbangkan keterbatasan kemampuan finansial orang tua.

Perubahan globalisasi berpengaruh sangat signifikan terhadap perilaku konsumtif, terutama dikalangan generasi anak remaja yaitu peserta didik sekolah. Dengan adanya kemajuan teknologi informasi dan media sosial, individu dihadapkan pada tren global yang mendorong seseorang berperilaku konsumtif, seperti fenomena — FOMO (Fear of Missing Out) dan fast fashion. Perubahan ini berdampak pada berbagai bidang dalam kehidupan seseorang. Transformasi yang terjadi membawa konsekuensi nyata pada beragam sektor kehidupan, mencakup dimensi ekonomi, sosial, hingga budaya. Media sosial juga sebagai alat mempercepat akses informasi, yang mendorong remaja merasa perlu mengikuti

tren untuk berbelanja demi mempertahankan citra sosial mereka. Selain itu, kemudahan bertransaksi online memudahkan perilaku boros, dimana konsumen seringkali tidak bisa membedakan kebutuhan dan keinginan yang berlebihan (Jefri Putra Nugraha, 2021).

Perilaku konsumtif dapat dipahami sebagai kecenderungan individu dalam memprioritaskan gaya hidup dan kepuasan sesaat dibandingkan dengan pemenuhan kebutuhan yang esensial. Fenomena ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, di antaranya adalah dorongan untuk memenuhi keinginan pribadi secara terus-menerus serta perasaan tidak pernah cukup terhadap apa yang telah dimiliki (Naning Fatmawatie, 2022). Berdasarkan temuan penelitian, bahwa terjadinya perilaku konsumtif pada peserta didik karena adanya beberapa alasan, yaitu : hanya untuk memenuhi keinginan dan kepuasan sesaat, ingin mengoleksi barang yang sama dengan model dan merk yang

Menurut Schiffman dan Kanuk dalam (Jefri Putri Nugraha, 2021) perilaku konsumtif adalah serangkaian serangkaian aktivitas yang dilakukan individu dalam proses pencarian, pembelian, pemanfaatan, penilaian, hingga pembuangan suatu produk atau jasa, yang diyakini mampu memberikan manfaat sesuai harapan memenuhi keinginan untuk kepuasan diri mereka.

Perilaku konsumtif dapat berdampak negative pada remaja, karena dapat menimbulkan kecemburuan sosial, mengurangi kesempatan menabung, dan membuat seseorang tidak memikirkan kebutuhan masa depan. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan membeli barang-barang tanpa mempertimbangkan harga atau keperluan, sehingga menimbulkan perasaan tidak puas pada orang yang tidak

mampu mengikuti pola konsumtif tersebut. Selain itu, perilaku konsumtif lebih banyak menghabiskan uang dari pada menabung.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada Selasa, 5 Maret 2024 di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa, peneliti memperoleh temuan lapangan melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling serta sejumlah peserta didik. Hasil penggalan data menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik menunjukkan kecenderungan untuk melakukan pembelian impulsif yang tidak dilandasi kebutuhan nyata. Mereka mengakui sering kali membeli barang hanya karena sedang diskon, meskipun barang serupa telah mereka miliki sebelumnya dan tidak ada urgensi fungsional. Bahkan, dorongan untuk membeli lebih sering muncul bukan karena kebutuhan, melainkan karena rasa takut ketinggalan tren atau keinginan untuk tetap sejalan dengan lingkungan pertemanan. Beberapa peserta didik secara jujur menyampaikan bahwa ketika teman sebaya memiliki barang tertentu seperti sepatu bermerek, aksesoris elektronik, atau produk mode terbaru mereka merasa terdorong untuk memiliki barang serupa, meskipun harus mengorbankan uang saku yang seharusnya digunakan untuk kebutuhan harian. Dalam beberapa kasus, pembelian dilakukan semata-mata untuk menjaga citra diri di hadapan teman-temannya, agar tidak dianggap —ketinggalan zaman‖ atau —kurang gaul.‖ Dengan kata lain, perilaku konsumtif mereka tidak didasari rasionalitas kebutuhan, melainkan sebagai bentuk respon terhadap tekanan sosial dan kebutuhan akan pengakuan dalam lingkungan pergaulan.

Hal ini mendorong mereka berperilaku konsumtif, menimbulkan keborosan yang tidak terkontrol untuk membeli barang yang tidak penting seperti pakaian, aksesoris yang mereka beli hanya untuk memehuni standart lingkungan sosialnya.

Sosialisasi yang tidak seimbang, peserta didik lebih fokus pada sosialisasi dengan rekan sebaya yang memiliki ketertarikan serupa, dibandingkan harus berinteraksi dengan individu yang memiliki minat yang berbeda. Dengan ini juga menyebabkan ketergantungan pada bahan material, peserta didik yang memiliki perilaku konsumtif cenderung terlalu bergantung pada barang material dan lupa akan nilai – nilai yang lebih penting dalam hidupnya, dan jika dilakukan terus menerus hal ini akan berdampak negative yang menjadikan kehidupan peserta didik terjerat masalah dari perilaku konsumtif yang dilakukan.

Konseling individual merupakan bentuk layanan bantuan yang secara khusus diberikan kepada peserta didik yang menghadapi kendala dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangannya. Melalui layanan ini, peserta didik didampingi untuk mengenali permasalahan yang dihadapi, mengidentifikasi faktor penyebabnya, mengeksplorasi berbagai alternatif solusi, serta diarahkan dalam proses pengambilan keputusan yang lebih rasional dan sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Dilihat dari yang terjadi permasalahan yang timbul pada peserta didik yaitu upaya untuk mengurangi perilaku konsumtif maka digunakan jenis layanan yang disediakan dalam program bimbingan dan konseling di lingkungan pendidikan. Layanan konseling individual adalah suatu proses interaksi yang membantu individu memahami diri dan lingkungannya, sehingga dapat mencapai tujuan dan prinsip yang diinginkan dalam perilaku di masa yang akan datang (Jum Anidar, dkk 2024). Layanan konseling individual bertujuan untuk membantu peserta didik dalam memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dirinya sendiri serta dinamika lingkungan di sekitarnya, sehingga dapat mencapai tujuan dan nilai-nilai yang diinginkan dalam perilaku di masa yang akan datang.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, layanan konseling individual dengan menerapkan teknik *Behavior contract* terbukti sangat efektif. Teknik *behavior contract* adalah metode yang dapat digunakan untuk membantu peserta didik mengembangkan perilaku yang diharapkan, dengan melibatkan peserta didik dan guru dalam proses penepatan dan persetujuan perilaku yang ingin dicapai.

Teknik ini merupakan bagian dari pendekatan perilaku yang berfokus pada empat bidang penelitian, yaitu: 1) faktor psikologis yang memengaruhi cara berfikir, perasaan, dan perilaku seseorang, 2) mekanisme kendali diri yang digunakan individu untuk memotivasi dan mengarahkan dirinya sendiri, 3) persepsi individu terhadap kemampuan mereka dalam mengendalikan peristiwa yang berdampak pada kehidupan mereka, 4) cara individu merespons stress dan mengalami depresi. *Behavior contract* sangat efektif dalam mengurangi perilaku maladaptive karena merupakan salah satu teknik dalam pendekatan *behavior* yang bertujuan untuk menekan perilaku negative. Teknik ini dilakukan melalui perjanjian tertulis yang disepakati oleh pihak - pihak terkait, yaitu guru BK, dan peserta didik. Dalam bimbingan konseling, terdapat berbagai teknik konseling *behavior* yang dapat diterapkan untuk membantu peserta didik mengatasi permasalahan disekolah.

Dalam konteks ini, konseling individual dengan teknik *Behavior contract* dianggap tepat untuk mengurangi perilaku konsumtif pada peserta didik disekolah. Pemilihan teknik *behavior contract* dalam penelitian ini didasarkan pada pendekatan ilmiah dari para ahli. Menurut Sulian (2020), teknik ini terbukti efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif karena melibatkan perjanjian

tertulis dan penguatan positif. Ismah (2020) juga menyebutkan bahwa *behavior contract* merupakan strategi yang sistematis dan terstruktur untuk membentuk perilaku baru yang lebih adaptif. Lebih lanjut, Kusnadi dkk (2021) menyatakan bahwa keberhasilan teknik ini terletak pada keterlibatan aktif antara konselor dan konseli dalam menyepakati tujuan perilaku, penguatan, dan evaluasi. Oleh karena itu, teknik ini dinilai sesuai untuk menangani perilaku konsumtif yang cenderung impulsif dan tidak terkendali.

1.2 Fokus Penelitian

Merujuk pada uraian latar belakang yang telah dipaparkan, maka arah fokus penelitian ini tertuju pada pertanyaan utama: —Sejauh mana penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan teknik *behavior contract* efektif dalam menurunkan perilaku konsumtif pada peserta didik.‖

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam proposal ini dirumuskan, yakni: —Bagaimana penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan teknik *behavior contract* dalam upaya mengurangi perilaku konsumtif pada peserta didik?‖ Penelitian ini secara khusus menyoroti perilaku konsumtif yang muncul dengan intensitas cukup tinggi pada peserta didik, serta bertujuan untuk mengkaji sejauh mana efektivitas layanan bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan tersebut di lingkungan SMA Negeri 1 Tanjung Morawa pada Tahun Ajaran 2025.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah penulis kemukakan di atas, maka tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan penerapan layanan konseling individual yang memanfaatkan teknik *behavior contract* dalam upaya menurunkan perilaku konsumtif pada peserta didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa pada Tahun Ajaran 2025.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya khazanah keilmuan, khususnya dalam pengembangan teori terkait efektivitas layanan konseling individual dalam menurunkan perilaku konsumtif di kalangan peserta didik SMA Negeri 1 Tanjung Morawa. Selain itu, temuan penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan manfaat praktis bagi pengembangan keilmuan di bidang Bimbingan dan Konseling, terutama sebagai referensi dalam merancang strategi intervensi yang relevan dan aplikatif dalam menangani permasalahan perilaku konsumtif di lingkungan sekolah dalam memperluas penambahan tentang strategi mengurangi perilaku konsumtif terhadap peserta didik.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti, penelitian ini menjadi wadah konkret untuk menerapkan teori layanan konseling individual dalam situasi nyata, khususnya

dalam menangani perilaku konsumtif yang tinggi di kalangan peserta didik.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK), Penelitian ini memberikan alternatif pendekatan teknis dalam menangani perilaku konsumtif peserta didik, khususnya melalui pemanfaatan teknik *behavior contract*.
3. Bagi Peserta didik, hasil penelitian diharapkan dapat menggugah kesadaran peserta didik terhadap dampak jangka panjang dari perilaku konsumtif, dan tumbuhnya sikap reflektif dalam membedakan kebutuhan dan keinginan.
4. Bagi Sekolah, hal ini dapat menjadi rujukan evaluatif sekolah dalam meninjau efektivitas layanan konseling yang telah diterapkan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Teoritis

2.1.1 Konseling Individual

2.1.1.1 Pengertian Konseling Individual

Konseling individual merupakan pelayanan konseling yang dilakukan Konselor terhadap salah satu konseli dalam upaya menghilangkan permasalahan pribadi yang dialami oleh konseli. Dalam interaksi hubungan tatap muka, konseli dan konselor saling berinteraksi, dimana konselor membahas banyak hal mengenai masalah konseli.

Makna konseling individual yaitu untuk membantu klien mengalami perubahan perilaku positif. Dalam proses ini konselor dan klien bekerjasama dalam mengidentifikasi masalah, dan mengembangkan potensi positif dalam diri klien. Tujuannya ialah membantu klien menjadi mandiri dalam memecahkan masalah yang sedang dialami (Juli Andriyani, 2018).

2.1.1.2 Tujuan Layanna Konseling Individual

Konseling individual memiliki dua sasaran utama, yakni sasaran umum dan sasaran khusus. Secara umum, konseling bertujuan untuk membantu klien dalam memperbaiki perilaku ke arah yang lebih positif. Sementara itu, tujuan khusus dari konseling akan disesuaikan dengan jenis permasalahan yang sedang dialami oleh masing-masing klien bukan hanya bertujuan agar dapat menghidupi masalah, melainkan juga bertujuan (*preventive*) untuk memperoleh pemahaman diri dan lingkungan; dapat melakukapeningkatan dari kejelasan diri yang telah ada. Kesimpulan yang

dapat kita ambil Berdasarkan pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari konseling individu adalah untuk membantu klien menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya, sehingga klien dapat mengalami perubahan ke arah yang lebih positif. Selain itu, konseling juga bertujuan untuk membentuk kemandirian dalam diri klien agar mampu mencegah terulangnya masalah serupa di kemudian hari (Jum Anidar, dkk 2024).

2.1.1.3 Asas – Asas Konseling Individual

Asas dapat diartikan sebagai prinsip fundamental yang menjadi pijakan dalam berpikir maupun berpendapat. Dalam konteks bimbingan dan konseling, asas-asas merupakan ketentuan pokok yang harus dijadikan pedoman dalam pelaksanaan layanan tersebut diterapkan dalam memberikan bimbingan dan layanan konseling. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik akan berjalan optimal serta mampu mencapai tujuan yang diharapkan apabila dilandasi oleh penerapan asas-asas yang tepat. Sebaliknya, apabila asas-asas tersebut diabaikan, maka efektivitas proses layanan dan hasil yang diperoleh dari bimbingan dan konseling cenderung menjadi kurang maksimal (Abd Rahman BP, 2022).

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling, terdapat dua belas asas utama yang wajib dijadikan pedoman. Asas-asas tersebut menjadi dasar penting yang harus diterapkan guna menjamin kelancaran dan keberhasilan proses layanan bimbingan dan konseling, yakni:

a) Asas Kerahasiaan

Asas ini mengharuskan bahwa seluruh informasi yang disampaikan oleh konseli kepada konselor harus dijaga

kerahasiaannya dan tidak boleh dibocorkan kepada pihak lain. Ketika asas ini diterapkan dengan baik, konselor akan memperoleh kepercayaan dari berbagai pihak, khususnya dari konseli. Hal ini mendorong konseli untuk bersikap terbuka dan memanfaatkan layanan bimbingan serta konseling secara optimal.

b) Asas Keterbukaan

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling, unsur keterbukaan memegang peranan vital yang harus datang dari kedua belah pihak, yaitu konselor dan konseli. Keterbukaan ini menjadi fondasi utama supaya proses bimbingan berjalan lancar dan efektif. Lebih dari sekadar menerima masukan, keterbukaan berarti kesediaan untuk saling membuka diri dalam rangka mengatasi permasalahan yang dihadapi. Konseli diharapkan mampu mengungkapkan diri secara jujur dan terbuka mengenai kondisi pribadinya. Konsep keterbukaan ini berlaku dua arah: pertama, konseli memberikan akses informasi kepada konselor agar dapat memahami situasi yang dialaminya; kedua, konseli juga harus siap menerima berbagai saran dan kritik yang diberikan. Di sisi lain, konselor juga menunjukkan keterbukaan dengan bersedia menjawab pertanyaan konseli, termasuk hal-hal yang berkaitan dengan dirinya sendiri, selama hal tersebut memang diperlukan untuk mendukung proses konseling.

c) Asas Kekinian

Asas ini menegaskan bahwa dalam proses bimbingan dan konseling, fokus utama adalah menanggapi masalah yang tengah

dialami konseli saat ini, bukan yang sudah berlalu atau yang mungkin terjadi di masa depan. Permasalahan masa lalu atau prediksi masa depan hanya dijadikan sebagai konteks atau latar belakang untuk memahami situasi sekarang. Dengan demikian, prioritas penanganan diarahkan pada persoalan yang sedang berlangsung agar dapat diselesaikan secara tepat waktu dan efektif.

d) Asas Kemandirian

Asas ini menegaskan tujuan dari upaya bimbingan dan konseling yang hendaknya konselor memberikan kemandirian kepada orang yang dibimbing, orang yang dibimbing tidak boleh bergantung pada orang lain, misalnya ketergantungan pada konselor.

e) Asas Kegiatan

Keberhasilan layanan bimbingan dan konseling bukan sekadar hasil yang jatuh begitu saja, melainkan buah dari upaya aktif yang dilakukan oleh konseli sendiri. Konselor berperan sebagai pendorong semangat, namun perubahan nyata hanya akan terjadi jika konseli mau melangkah dan bertindak secara mandiri untuk mengatasi masalahnya. Tanpa keterlibatan langsung dari konseli, proses ini hanya akan menjadi teori tanpa implementasi.

f) Asas Kedinamisan

Bimbingan dan konseling bukanlah sekadar rutinitas yang berputar di tempat, melainkan sebuah proses transformasi dinamis yang menggerakkan individu keluar dari kebiasaan lama menuju perilaku baru yang lebih adaptif dan progresif. Perubahan ini harus

terasa hidup, berkembang, dan selalu bergerak maju, bukan stagnan atau repetitif.

g) Asas Keterpaduan

Layanan bimbingan dan konseling berupaya merajut berbagai unsur kepribadian seseorang menjadi satu kesatuan yang harmonis. Karena manusia itu kompleks dengan berbagai lapisan psikologis yang saling bertaut, tanpa penyatuan yang tepat, konflik internal dapat muncul. Oleh karena itu, setiap langkah dalam proses konseling harus selaras, saling melengkapi, dan menyatu dalam sinergi agar hasil akhirnya efektif dan berdampak nyata.

h) Asas Kenormatifan

Setiap aktivitas dalam bimbingan dan konseling wajib berlandaskan pada aturan dan nilai-nilai yang diakui secara luas, mulai dari norma agama, adat istiadat, peraturan negara, hingga kaidah ilmiah dan kebiasaan sosial yang berlaku di masyarakat. Prinsip ini tidak hanya mengatur materi yang disampaikan, tetapi juga mengikat cara kerja, metode, dan alat yang digunakan agar tetap berada dalam koridor yang etis dan sah. Dengan demikian, proses layanan tidak hanya efektif, tapi juga terjaga kehormatannya serta sesuai dengan tatanan sosial dan hukum yang berlaku.

i) Asas Keahlian

Penyelenggaraan bimbingan dan konseling harus dilaksanakan secara terencana, terstruktur, dan menggunakan teknik serta alat yang tepat. Oleh karena itu, petugas perlu mendapatkan pelatihan yang

memadai agar pelayanan yang diberikan dapat berjalan efektif. Prinsip keahlian ini menjadi kunci untuk memastikan keberhasilan layanan, yang pada gilirannya akan meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap program bimbingan dan konseling.

j) Asas Alih Tangan

Dalam layanan bimbingan dan konseling dikenal prinsip perpindahan tangan. Prinsip ini diterapkan ketika konselor telah berupaya maksimal dalam membantu individu, namun hasil yang diharapkan belum tercapai. Dalam situasi ini, konselor dapat merujuk individu tersebut ke pihak atau lembaga yang lebih kompeten. Prinsip ini juga menekankan bahwa layanan bimbingan dan konseling hanya menangani masalah individu yang sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawab konselor.

k) Asas Tutwuri Handayani

Prinsip ini menggambarkan suasana harmonis yang wajib terjalin dalam interaksi antara konselor dan klien. Terlebih lagi di lingkungan sekolah, asas ini memiliki peran krusial yang sebaiknya diperkaya dengan filosofi —ing ngarso sung tulodo, ing madya mangun karso.¶ Asas ini menegaskan bahwa dampak positif dari layanan bimbingan dan konseling tak hanya terlihat saat klien berada dalam sesi, melainkan juga berlanjut dalam kehidupan sehari-hari mereka, memberikan dampak positif di luar layanan, terutama ketika klien menghadapi masalah.

2.1.1.4 Tahap – Tahap Konseling Individual

1. Tahap Awal

Tahap pembukaan dimulai sejak pertemuan pertama antara konseli dan konselor, yang berlanjut hingga proses konseling berlangsung dan permasalahan konseli teridentifikasi. Dalam tahap ini, konselor melakukan beberapa langkah, yakni:

- a) Membangun ikatan konseling dengan konseli yang tengah menghadapi masalah.

Pada fase ini, konselor berusaha menjalin hubungan yang melibatkan klien secara aktif. Hubungan ini disebut hubungan kerja, yaitu interaksi yang efektif, bermakna, dan memberikan manfaat. Keberhasilan keseluruhan proses konseling sangat dipengaruhi oleh tahap awal ini. Salah satu faktor kunci yang menentukan keberhasilan adalah keterbukaan antara konselor dan klien. Keterbukaan klien dalam menyampaikan perasaan, perasaan dan harapannya mengenai masalah yang dihadapinya sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaannya terhadap konselor. Oleh karena itu, konselor harus mampu menunjukkan sikap dapat dipercaya, tulus, autentik, serta memiliki pengertian dan rasa hormat terhadap klien. Selain itu, konselor juga perlu terus melibatkan klien secara konsisten sepanjang proses konseling.

b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Ketika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan klien terlibat secara aktif, langkah selanjutnya adalah melanjutkan kerjasama antara konselor dan klien dengan mendiskusikan permasalahan, kekhawatiran dan permasalahan yang dihadapi klien. Namun seringkali klien kesulitan mengungkapkan masalahnya dengan jelas, bahkan mungkin hanya menyadari gejala masalahnya. Selain itu, klien juga seringkali tidak menyadari potensi yang dimilikinya untuk mengatasi permasalahan. Di sinilah peran konselor menjadi penting yaitu membantu klien mengenali dan mengembangkan potensi dirinya agar klien dapat menyelesaikan permasalahan dengan kemampuannya sendiri. Untuk mencapai hal tersebut, klien perlu terlebih dahulu memahami dan menjelaskan masalah yang dihadapinya, dan tugas konselor adalah membantu klien untuk memperjelas permasalahan tersebut.

c) Membuat peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah

Konselor berusaha menggali berbagai kemungkinan solusi yang dapat diterapkan, dengan cara mengoptimalkan semua potensi yang dimiliki klien serta lingkungan yang mendukung untuk membantu mengatasi masalah klien.

d) Menegosiasikan kontrak

Dalam tahap ini, konselor dan klien saling sepakat akan beberapa hal, di antaranya waktu, tempat, syarat-syarat, dan sejauh mana masing-masing pihak andalkan kepada konselor. Mereka juga memungkinkan kelangsungannya konseling ini apakah ada tujuan yang ingin dicapai dari pihak lawan atau sekedar membangun hubungan harmonis lebih lanjut dengan konselor. Seluruh kegiatan dalam konseling itu diatur oleh kontrak ini, termasuk juga peran konselor dan klien sendiri, yang jelas menegaskan bahwa konseling itu sesungguhnya memperkuat satu sama lain, bukan tugas konselor semata-mata. Kontrak juga mengatur mengenai bekerjasama dalam menangani persoalan klien antara konselor, klien dan pihak terkait. Konselor merencanakan untuk klien dan pihak terkait membantu menyelesaikan masalah si klien.

2. Tahap Pertengahan

Berdasarkan pemahaman yang diperoleh mengenai permasalahan klien yang telah diklarifikasi dan disepakati pada tahap awal, langkah berikutnya diarahkan untuk memusatkan perhatian pada:

- a) Mendalami serta menggali secara menyeluruh isu yang dihadapi klien, termasuk kekhawatiran serta dinamika yang muncul baik dari dalam diri klien maupun dari lingkungan sekitarnya.

Melalui penjelajahan ini, konselor berupaya membantu klien untuk memahami masalah yang dihadapi serta menemukan alternatif solusi baru. Konselor melakukan evaluasi ulang dengan melibatkan klien dan lingkungan sekitar untuk bersama-sama menilai permasalahan yang dialami klien. Jika klien menunjukkan antusias, itu berarti klien sudah terlibat dengan sungguh-sungguh dan terbuka dalam proses konseling.

- b) Menjaga kesinambungan hubungan konseling agar tetap terpelihara dengan baik

Hubungan konseling yang sehat akan tercipta apabila klien merasa nyaman, dihargai, dan termotivasi untuk terlibat aktif dalam proses konseling. Rasa keterlibatan ini timbul ketika klien menyadari pentingnya pengembangan potensi diri sebagai kunci dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Untuk menciptakan kondisi tersebut, konselor perlu secara konsisten menunjukkan sikap empatik, terbuka, jujur, dan penuh ketulusan, serta menggunakan berbagai keterampilan konseling secara fleksibel dan kreatif. Selain itu, kemampuan konselor dalam menggali kekuatan internal klien serta memanfaatkan sumber daya dari lingkungan sekitarnya menjadi kunci penting dalam membantu klien mengeksplorasi beragam solusi dan

merancang langkah pengembangan diri secara konkret dan terarah.

c) Pelaksanaan Konseling Sesuai Kesepakatan Kontraktual

Agar jalannya konseling berlangsung sesuai dengan kesepakatan awal, kontrak antara konselor dan klien perlu dirumuskan secara cermat guna mendukung kelancaran proses. Oleh karena itu, penting bagi kedua belah pihak untuk senantiasa menjaga komitmen terhadap perjanjian tersebut dan tetap menyadarinya dalam benak masing-masing. Meski demikian, demi mendukung dinamika konseling yang lebih efektif, konselor diperkenankan untuk menyesuaikan atau menambahkan poin-poin kontraktual baru bersama klien secara fleksibel sesuai kebutuhan.

3. Tahap Akhir

Pada tahap ini, konseling ditandai dengan beberapa hal berikut ini :

- a) Berkurangnya kecemasan klien, yang terlihat setelah konselor menanyakan kondisi kecemasan yang dialami klien.
- b) Adanya perubahan perilaku klien yang menuju arah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- c) Klien mulai memiliki tujuan hidup yang jelas di masa depan, dengan rencana yang terstruktur untuk mencapainya.
- d) Terjadi perubahan sikap positif terhadap masalah yang dihadapi, dengan kemampuan untuk mengoreksi diri dan menghindari

kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain, seperti orang tua, teman, atau situasi yang tidak menguntungkan.

Tujuan tahap akhir ini adalah untuk membantu klien mencapai hasil yang diinginkan dan mengembangkan kemampuan untuk mengatasi masalah secara mandiri dan mencapai hasil yang diinginkan.

2.1.2 *Behavior contract*

2.1.2.1 Pengertian *Behavior contract*

Behavior contract merupakan persetujuan antar konselor dan konseli untuk mengubah suatu perilaku yang tidak diinginkan pada konseli sesuai kontrak perilaku (Ismah, 2020). Berdasarkan pengertian diatas *Behavior contract* adalah salah satu teknik dalam konseling yang digunakan untuk menghilangkan perilaku maladaptif dan menggantinya dengan perilaku adaptif yang baru. Kontrak perilaku ini adalah suatu metode untuk mengubah perilaku peserta didik dengan memperhatikannya melalui perjanjian yang disepakati antara konselor dan konseli. Perjanjian atau kontrak tersebut dibuat baik secara lisan maupun tertulis, dengan ketentuan yang jelas dan terbuka. Fokus utama dari *behavior contract* adalah pada komitmen individu atau konseli untuk melaksanakan perjanjian perilaku, dengan tujuan agar perilaku tersebut lebih sesuai dengan kebutuhan dan dirinya.

2.1.2.2 Tujuan *Behavior contract*

Tujuan *behavior* adalah sebagai berikut :

- a. Membentuk situasi baru untuk peserta didik dengan memperoleh perilaku yang berbeda.
- b. Menghapus perilaku yang tidak sesuai atau maladaptif.
- c. Memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan dan sesuai dengan semestinya.
- d. Tujuan utamanya adalah untuk mengembangkan dan menciptakan kondisi baru dalam proses pembelajaran.

2.1.2.3 Tahap Pelaksanaan *Behavior contract*

Sulian, 2020 langkah-langkah dalam *behavior contract*, adalah sebagai berikut :

- a. Tahap awal, konselor membangun hubungan yang kuat dengan konseli melalui komunikasi yang efektif. Selanjutnya, konselor membantu konseli untuk memahami dan mendefinisikan masalah yang dihadapi,
- b. Tahap inti, konseli melibatkan beberapa langkah penting. Pertama, konselor dan konseli memilih perilaku yang ingin diubah melalui analisis ABC. Kemudian, mereka menentukan data awal dan jenis penguatan yang akan diterapkan. Setiap kali perilaku yang diinginkan ditampilkan konselor memberikan reinforcement. Selain itu, konselor juga memberikan penguatan ketika perilaku yang diinginkan menetap.
- c. Tahap akhir, konselor dan konseli bersama-sama membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling. Menyusun rencana bersama untuk

tindak lanjut berdasarkan kesepakatan yang telah dibangun. Selain itu, konselor melakukan evaluasi terhadap jalannya proses dan hasil konseling. Terakhir, membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

2.1.2.4 Langkah-langkah *Behavior Contract*

Menurut (Nathasya Kusnadi, dkk 2021), pelaksanaan konseling dengan pendekatan *behavior contract* mencakup sejumlah tahapan sistematis yang berfungsi sebagai panduan kerja bagi konselor. Tahapan-tahapan tersebut dijelaskan, yakni:

- a. Tahap Inisiasi, dimulai dengan merumuskan target perilaku yang ingin dimodifikasi, disertai dengan perencanaan strategis yang matang.
- b. Pembentukan Rapport, yakni proses menumbuhkan ikatan interpersonal yang hangat dan saling mendukung antara konselor dan konseli, ditandai dengan keterbukaan, kepercayaan, dan penghargaan timbal balik.
- c. Penjabaran Masalah, yaitu fase eksplorasi untuk merumuskan pendekatan penyelesaian yang sesuai dengan karakteristik persoalan yang dihadapi konseli.
- d. Diagnostik, bertujuan menelusuri akar persoalan dengan mengidentifikasi faktor-faktor penyebab di balik perilaku yang muncul.
- e. Perumusan Prognosis, merupakan proses penyusunan langkah-langkah strategis yang disepakati bersama guna mengarahkan konseli pada perubahan perilaku yang diharapkan.

- f. Pelaksanaan Intervensi (*Treatment*), yakni tindakan konseling aktif yang dirancang sesuai dengan kebutuhan dan tujuan perubahan perilaku konseli.
- g. Evaluasi dan Tindak Lanjut, sebagai proses akhir yang bertujuan mengukur efektivitas intervensi sekaligus menetapkan langkah lanjutan untuk menjaga keberlanjutan perubahan positif.

2.1.2.5 Kelebihan dan Kekurangan *Behavior contract*

Dalam teknik behavior contract memiliki kelebihan dan kekurangan, yaitu sebagai berikut :

- a. Kelebihan
 - 1) Pelaksanaan yang relatif mudah dan tidak rumit.
 - 2) Penerapannya bisa digabungkan dengan berbagai jenis pelatihan lainnya.
 - 3) Meningkatkan efektifitas, membantu individu mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang lebih positif.
 - 4) Pelatihan ini dapat membuat individu merasa lebih bertanggung jawab dan dapat mengubah perilaku dan sikap individu (konseli).
 - 5) Dapat dilakukan secara perorangan serta secara berkelompok.
- b. Kekurangan

- 1) Pelaksanaannya yang sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, tergantung dengan kemampuan individu (konseli) tersebut.
- 2) Potensi membuat individu gagal jika mereka tidak dapat memenuhi tujuan yang telah ditetapkan.

2.1.3 Perilaku Konsumtif

2.1.3.1 Pengertian Perilaku Konsumtif

Skinner, seorang tokoh terkemuka dalam bidang psikologi, mengemukakan bahwa perilaku merupakan bentuk respons individu terhadap stimulus atau rangsangan dari lingkungan eksternal. Ditinjau dari sudut pandang biologis, perilaku manusia mencakup beragam aktivitas fisik dan verbal, seperti berjalan, berbicara, menangis, hingga melakukan pekerjaan tertentu yang memiliki cakupan yang sangat luas. Walgito dan Notoatmodjo menjelaskan bahwa perilaku atau aktivitas dapat dipahami dalam arti luas, mencakup perilaku yang terlihat (*overt behavior*) dan yang tidak terlihat (*covert behavior*). Perilaku merupakan cerminan dari pengalaman individu yang terbentuk melalui proses interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Dalam kajian psikologis, perilaku manusia dapat diklasifikasikan berdasarkan kesesuaiannya dengan konteks kehidupan—yakni apakah perilaku tersebut bersifat adaptif, yakni mendukung penyesuaian diri, ataukah bersifat maladaptif, yaitu bertentangan dengan tuntutan situasional yang ada. Karena perilaku yang salah adalah hasil

belajar, perilaku tersebut juga dapat diubah dan digantikan dengan perilaku yang lebih tepat melalui proses pembelajaran.

Perilaku konsumtif adalah pola perilaku yang lebih mengutamakan gaya hidup dan kepuasan pribadi dibandingkan dengan kebutuhan yang sebenarnya. Sikap ini sering muncul karena berbagai alasan, seperti keinginan mencoba produk yang belum pernah digunakan, beralih ke produk serupa dengan merek berbeda, tergiur oleh diskon, atau sekadar mengikuti tren karena banyak orang menggunakan produk tersebut. Menurut Lubis, perilaku konsumtif adalah sikap yang tidak didasarkan pada pertimbangan rasional, melainkan sekadar memenuhi keinginan, yang secara tidak disadari dapat menyebabkan pemborosan dan pengeluaran yang berlebihan (Naning Fatmawatie, 2022)

Menurut Albarry dalam (Naning Fatmawatie, 2022), perilaku konsumtif diartikan sebagai sikap atau kebiasaan hidup yang cenderung boros, yaitu menggunakan barang atau jasa secara berlebihan. Ia juga menjelaskan bahwa perilaku konsumtif adalah pola konsumsi yang mengutamakan keinginan dibandingkan kebutuhan, tanpa memperhatikan skala prioritas. Perilaku ini juga dapat dimaknai sebagai gaya hidup yang cenderung mewah dan berlebihan.

2.1.3.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif

Sikap maupun kecenderungan konsumtif seseorang dapat terbentuk melalui pengaruh dari berbagai aspek, baik yang bersumber dari dalam diri

individu (internal) maupun yang berasal dari lingkungan luar (eksternal), yakni:

1. Faktor internal, terdiri dari :

a) Motivasi

Motivasi merupakan suatu dorongan yang digunakan untuk menjelaskan kekuatan-kekuatan dalam diri individu yang berperan dalam membangkitkan dan mengarahkan perilakunya (Mega Aria Monica, 2022).

b) Proses dan pengalaman belajar

Konsumen memperhatikan dan mempelajari informasi yang mereka terima, sehingga proses observasi dan pembelajaran sangat bergantung pada objek yang diamati. Jika objek tersebut mendorong pembelian barang yang sebenarnya tidak diperlukan, maka perilaku ini dapat ditiru oleh konsumen lainnya.

c) Kepribadian

Kepribadian adalah pola perilaku yang telah melekat pada seseorang, menjadi kebiasaan, dan bersifat tetap dalam dirinya.

d) Konsep diri

Konsep diri dapat diartikan sebagai panduan atau cara seseorang memandang dirinya sendiri, yang pada saat tertentu mencerminkan apa yang ia pikirkan tentang dirinya.

e) Keadaan ekonomi

Keputusan untuk memilih dan membeli suatu produk sangat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi seseorang. Individu dengan kondisi ekonomi rendah cenderung lebih berhati-hati dalam menggunakan uangnya dibandingkan dengan individu yang memiliki ekonomi tinggi.

f) Gaya hidup

Gaya hidup mengacu pada konsep konsumsi yang mencerminkan pilihan individu dalam menghabiskan waktu dan uangnya. Salah satu model gaya hidup yang populer di kalangan remaja saat ini adalah gaya hidup "happy shopping," yang sering kali memicu perilaku konsumtif.

2. Faktor eksternal, terdiri dari :

a) Kebudayaan

Kebudayaan merupakan manifestasi dari nilai-nilai dan sikap yang disepakati serta dimiliki secara kolektif oleh individu-individu dalam suatu komunitas, baik dalam lingkup kelompok kecil maupun besar. Nilai-nilai ini membentuk pola perilaku yang menjadi ciri khas kelompok tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

b) Faktor kelas sosial

Kelas sosial mengacu pada struktur sosial yang relatif permanen dalam masyarakat, di mana individu-individu dikelompokkan berdasarkan tingkatan hierarkis tertentu. Setiap kelas cenderung memiliki kesamaan dalam sistem nilai, minat,

dan pola sikap. Dalam struktur yang mencakup berbagai lapisan sosial, kelompok dengan status sosial tinggi cenderung menunjukkan kecenderungan konsumtif yang lebih menonjol sebagai bagian dari representasi status dan gaya hidupnya.

c) Keluarga

Keluarga merupakan kelompok model dasar utama bagi pembentukan atau perkembangan remaja. Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan diri individu, termasuk dalam membentuk sikap konsumtif.

d) Kelompok atau Referensi Sosial

Sekelompok orang dapat mempengaruhi perilaku, pandangan, kebiasaan, dan pola konsumsi seseorang. Kelompok atau kelompok referensi membantu individu beradaptasi dengan perilaku dan gaya hidup baru,

Sekumpulan individu atau kelompok sosial tertentu memiliki peran signifikan dalam membentuk perilaku, cara pandang, kebiasaan, serta pola konsumsi seseorang. Kelompok referensi ini berfungsi sebagai acuan yang memengaruhi proses penyesuaian individu terhadap perilaku serta gaya hidup mereka, serta membentuk tekanan untuk memahami faktor-faktor yang dapat memengaruhi pilihan produk dan merek.

2.1.3.2 Dampak Perilaku Konsumtif

Adapun dampak dari perilaku konsumtif itu sendiri adalah kerugian bagi diri sendiri seperti membeli dan memiliki barang/jasa berlebihan akan menjadikan kebiasaan, dan ketergantungan. Mendorong diri untuk terus membeli dan mengkonsumsi sesuatu melebihi kebutuhan fungsionalnya. Ketidaktejahteraan finansial, menghabiskan uang berlebihan menyebabkan masalah keuangan dan ketidakseimbangan hidup dapat menyebabkan stres dan kecemasan (Edi Warsidi, 2021).

2.1.3.3 Indikator Perilaku Konsumtif

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah ditemukan, dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif ialah perilaku individu yang mengonsumsi barang/jasa secara berlebihan bahkan yang tidak diperlukan, semata-mata hanya ingin memenuhi kepuasan kesenangan saja (Edi Warsidi, 2021).

Dengan ini indikator yang terdapat dalam perilaku konsumtif ialah yakni:

1. Membeli barang/jasa secara berlebihan

Tindakan membeli produk atau menggunakan layanan dalam jumlah yang tidak diperlukan, sering kali melebihi kebutuhan atau kemampuan, hanya demi kepuasan sesaat atau dorongan emosional.

2. Ketergantungan pada konsumsi

Kondisi di mana seseorang merasa perlu terus membeli atau mengonsumsi barang/jasa untuk merasa bahagia atau terpenuhi, hingga aktivitas konsumsi menjadi kebiasaan yang sulit dikendalikan.

3. Pengeluaran melebihi pendapatan

Situasi ketika jumlah uang yang dibelanjakan lebih besar daripada pendapatan yang diperoleh, yang dapat menyebabkan masalah keuangan seperti utang atau ketidakstabilan finansial.

4. Kurangnya kepuasan

Perasaan tidak pernah cukup atau tidak puas meskipun sudah membeli atau mendapatkan sesuatu, yang menyebabkan keinginan terus-menerus untuk konsumsi lebih banyak.

5. Prioritas pada konsumsi

Sikap yang menempatkan aktivitas konsumsi atau pembelian barang/jasa sebagai hal utama dalam hidup, bahkan di atas kebutuhan lain yang lebih penting seperti tabungan, kesehatan, atau hubungan sosial.

6. Membandingkan diri dengan orang lain.

Kecenderungan untuk menilai nilai diri berdasarkan apa yang dimiliki atau dikonsumsi oleh orang lain, yang sering kali mendorong perilaku konsumtif agar terlihat "setara" atau "lebih baik".

2.2 Penelitian Yang Relevan

Kajian terdahulu memiliki fungsi strategis sebagai tolok ukur dalam membandingkan penelitian yang sedang dilaksanakan dengan penelitian

sebelumnya. Selain itu, temuan-temuan dari studi terdahulu juga dapat dimanfaatkan sebagai referensi pendukung guna memperkuat argumentasi dan hasil penelitian saat ini. Adapun beberapa penelitian sebelumnya yang menjadi rujukan dalam penelitian ini diuraikan yakni:

Penelitian yang dilakukan oleh Megawati Dewi (2013) berjudul “*Keefektifan Teknik Behavior contract untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa Kelas XI SMA Laboratorium UM*”. Latar belakang penelitian ini adalah maraknya perilaku konsumtif di kalangan siswa SMA, yang ditandai dengan kecenderungan mereka menghabiskan waktu di pusat perbelanjaan atau kafe saat masih mengenakan seragam sekolah. Fenomena ini juga mencerminkan rendahnya kontrol diri remaja serta kecenderungan menjalani gaya hidup hedonis. Berdasarkan hasil penelitian, teknik *behavior contract* terbukti efektif dalam menurunkan perilaku konsumtif peserta didik. Namun, perbedaan mendasar dengan penelitian yang penulis lakukan terletak pada penekanan layanan, di mana penelitian ini lebih menitikberatkan pada penerapan layanan konseling individual.

Selanjutnya, penelitian oleh Regiana Astrid Adiningtyas dan rekan-rekannya (2018) yang berjudul “*Perilaku Konsumtif Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA)*” menunjukkan bahwa perilaku konsumtif di kalangan pelajar SMA, khususnya di Restoran Panties Pizza, Kota Bengkulu, dilakukan secara berulang dan berlebihan. Tindakan konsumtif ini dipicu oleh keinginan untuk menjaga penampilan, memperoleh pengakuan sosial, dan meningkatkan status diri. Oleh karena itu, pelajar cenderung bersikap boros demi terlihat modern, —gaull, dan berasal dari kalangan mampu.

Sementara itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Septiana Candra Dewi (2020) dengan judul “*Perilaku Konsumtif Siswa SMK Negeri 3 Sukoharjo*”, ditemukan bahwa perilaku konsumtif siswa tercermin dalam berbagai aktivitas, seperti nongkrong di kafe kekinian, berbelanja secara impulsif melalui platform belanja daring atau media sosial, serta pembelian kosmetik secara berlebihan, khususnya oleh siswa perempuan.

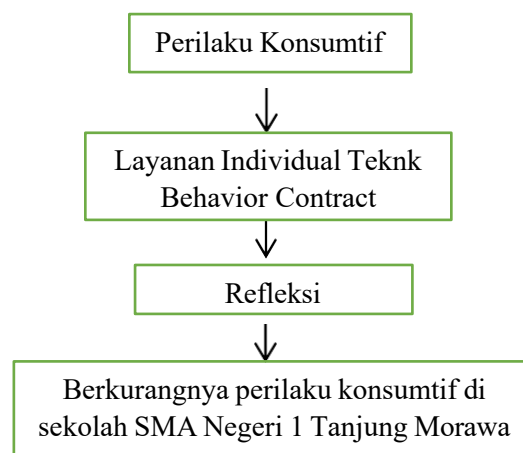
2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka berpikir dalam penelitian ini didasarkan pada pemanfaatan layanan konseling individual dengan pendekatan *Behavior contract* sebagai strategi yang dianggap efektif dalam menangani perilaku konsumtif di lingkungan sekolah. Pendekatan *behavioral* menitikberatkan pada perubahan perilaku individu melalui prinsip pembelajaran yang terstruktur. Pendekatan ini berasumsi bahwa seluruh perilaku manusia, termasuk perilaku menyimpang, dapat dipelajari dan dibentuk melalui proses belajar serta kematangan individu.

Perilaku bermasalah yang dimaksud merujuk pada kebiasaan negatif dan pola perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial atau harapan lingkungan. Perilaku yang maladaptif ini umumnya terbentuk akibat interaksi yang tidak sehat antara individu dan lingkungannya. Oleh karena itu, perilaku lama yang tidak diinginkan dapat diubah dan digantikan dengan perilaku baru yang lebih positif. Hal ini relevan dengan kondisi peserta didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa yang memiliki potensi untuk menunjukkan perilaku yang konstruktif maupun destruktif, tergantung pada pengaruh lingkungan dan proses pembelajaran yang dialami.

Dalam konteks tersebut, penggunaan teknik *Behavior contract* dinilai tepat untuk mengurangi perilaku konsumtif pada peserta didik. Penyusunan kontrak perilaku berfungsi untuk menciptakan situasi yang mendorong konseli menampilkan perilaku sesuai dengan kesepakatan yang telah dirancang bersama antara konselor dan konseli. Melalui layanan konseling individual berbasis *Behavior contract*, diharapkan peserta didik dapat mengembangkan kemampuan pengendalian diri (*self-control*) yang lebih baik, mengadopsi gaya hidup yang proporsional, serta meningkatkan perilaku adaptif sambil menekan kecenderungan terhadap perilaku maladaptif.

Lebih jauh, kontrak perilaku yang diterapkan juga berperan dalam melatih konseli untuk mengambil keputusan secara lebih bijaksana terkait permasalahan pribadi maupun perilakunya, serta membiasakan diri untuk melakukan evaluasi diri secara mandiri dan berkelanjutan.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian merepresentasikan kerangka konseptual yang digunakan untuk merancang keseluruhan proses pelaksanaan studi. Rancangan ini disusun sebagai pedoman dalam memperoleh jawaban atas pertanyaan penelitian yang diajukan. Dalam konteks ini, pendekatan yang digunakan bersifat kualitatif guna menjelaskan secara mendalam hubungan antar variabel yang diteliti, melalui analisis deskriptif yang menekankan pada makna dan interpretasi fenomena secara kontekstual.

Metode penelitian kualitatif adalah metode yang digunakan untuk mengamati kondisi alam suatu objek, tujuan peneliti adalah untuk menjadi alat utama penelitian. Dalam penelitian kualitatif, data dikumpulkan melalui karakteristik yang ditemukan di lapangan pada saat penelitian. Analisis data didasarkan pada deduksi, bukan induksi, yang terakhir didasarkan pada fakta yang diamati (Zuchri Abdussamad, 2021).

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa, yang berlokasi di Jalan Batang Kuis Pasar VIII, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara. Lokasi penelitian ini dipilih berdasarkan hasil studi pendahuluan yang menunjukkan bahwa terdapat salah satu peserta didik yang menampilkan perilaku konsumtif.

3.2.2 Waktu Penelitian

Adapun pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada rentang waktu Tahun Ajaran 2024/2025, sesuai dengan jadwal kegiatan akademik yang berlaku di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa yang tepatnya dimulai dari bulan desember 2024. Rincian waktu yang diperlukan dapat dilihat pada tabel berikut, yakni:

Tabel 3.1 Jadwal Rencana Kegiatan

No	Keterangan	Bulan							
		Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli
1	Pengajuan Usulan Judul Penelitian								
2	Persetujuan Judul oleh Pembimbing								
3	Penyusunan Proposal Penelitian								
4	Proses Bimbingan Proposal								
5	Pelaksanaan Seminar Proposal								
6	Revisi dan Penyempurnaan Proposal								
7	Pelaksanaan Penelitian Lapangan								
8	Penyusunan Laporan Skripsi								
9	Bimbingan Penyusunan Skripsi								
10	Pengesahan Naskah Skripsi oleh Pembimbing								
11	Ujian Skripsi (Sidang Meja Hijau)								

3.3 Subjek dan Objek Penelitian

3.3.1 Subjek Penelitian

Subjek adalah individu yang akan memberi tahu informasi atau data tentang hal yang peneliti inginkan. Subjek dalam penelitian ini mencakup pendidik bidang Bimbingan dan Konseling serta peserta didik di lingkungan SMA Negeri 1 Tanjung Morawa..

3.3.2 Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini merujuk pada bagian tertentu dari keseluruhan subjek yang dijadikan fokus utama pengamatan. Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan teknik pengambilan data melalui metode purposive sampling. Mengacu pada pendapat Sugiyono (2018:138), purposive sampling merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, guna memperoleh informan yang dianggap paling representatif.

Adapun karakteristik objek penelitian ini adalah yakni: (1) Peserta didik yang berada dalam rentang usia 15 hingga 18 tahun, (2) Peserta didik yang sedang menempuh pendidikan di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa, (3) Peserta didik yang memiliki perilaku konsumtif berdasarkan observasi dan laporan guru, (4) Peserta didik yang cenderung memiliki kontrol diri yang rendah dalam menghadapi godaan untuk membeli atau untuk bergaya agar untuk diakui dan dipandang oleh orang lain. (5) Peserta didik yang cenderung memiliki ketergantungan membeli barang tanpa mempertimbangkan kebutuhan yang sebenarnya. Berdasarkan karakteristik yang telah ditetapkan, peneliti menetapkan tiga orang peserta didik dari SMA Negeri 1 Tanjung Morawa sebagai sampel sekaligus objek utama dalam penelitian ini, dengan tujuan untuk mengupayakan pengurangan perilaku konsumtif terhadap peserta didik.

Objek merujuk pada elemen pernyataan yang berperan sebagai inti atau pokok bahasan dalam suatu percakapan atau diskusi. Dalam konteks ini, objek yang dimaksud adalah peserta didik kelas X8 Merdeka dan XI Literasi, yang menjadi pusat perhatian konseptual dalam studi ini. Penelitian ini melibatkan

beberapa peserta didik dari kelas yang berbeda sebagai sampel yang akan diteliti, yakni:

Tabel 3.2 Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta didik	Jumlah Objek
1	X8 Merdeka	32 peserta didik	1 orang
2	X8 Merdeka	32 peserta didik	1 orang
3	XI Literasi	34 peserta didik	1 orang
Total		98 peserta didik	3 orang

3.4 Sumber Data Penelitian

3.4.1 Data Primer

Data primer dalam penelitian ini merujuk pada informasi yang dikumpulkan secara langsung dari sumber aslinya, tanpa melalui pihak ketiga, baik itu dari perorangan maupun dari kelompok yang relevan dengan fokus kajian. Pengumpulan data primer bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian melalui metode survei dan observasi. Metode survei dilakukan dengan mengumpulkan data melalui pertanyaan lisan maupun tertulis. Dalam penelitian ini, peneliti melaksanakan wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa guna menggali informasi yang relevan dengan fokus studi. Di samping itu, peneliti juga menerapkan metode observasi sebagai teknik pengumpulan data dengan mengamati aktivitas dan kejadian tertentu secara langsung dilakukan di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa untuk mendapatkan informasi yang sesuai dengan kenyataan di lapangan.

3.4.2 Data Sekunder

Data sekunder merujuk pada sumber informasi yang diperoleh secara tidak langsung, yakni melalui pihak ketiga atau dokumentasi pendukung,

seperti arsip, laporan tertulis, atau dokumen yang telah ada sebelumnya. Data ini biasanya berupa arsip atau catatan historis. Dalam studi ini, peneliti menghimpun data sekunder dengan terlebih dahulu mengajukan permohonan izin untuk mengakses dokumen-dokumen pendukung yang relevan dengan permasalahan penelitian kepada guru BK SMA Negeri 1 Tanjung Morawa.

3.5 Instrumen Penelitian

Sebagaimana dikemukakan oleh Purwanto (2018), instrumen dalam penelitian merupakan sarana utama yang digunakan untuk menghimpun data sesuai kebutuhan studi. Penyusunannya berlandaskan pada kerangka teoretis yang mendasari fokus kajian dan bertujuan untuk menjangring informasi secara sistematis. Dalam konteks penelitian ini, instrumen yang dipilih mencakup teknik observasi serta wawancara sebagai metode utama penggalan data.

1. Observasi

Observasi merupakan suatu metode pengumpulan data melalui pengamatan langsung yang dilakukan secara sistematis guna memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Pada studi ini, peneliti melakukan pengamatan terhadap tiga peserta didik yang terlibat dalam pelaksanaan layanan konseling individual dari kelas X MIA 1 Merdeka, X MIA 2 Merdeka, XI IPS 1 Literasi

2. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui interaksi verbal secara langsung antara peneliti dan responden, dengan tujuan menggali informasi yang relevan sesuai fokus penelitian.

Dalam konteks ini, peneliti melakukan wawancara terhadap empat narasumber, terdiri atas tiga peserta didik yang menunjukkan indikasi perilaku konsumtif dan satu orang guru bimbingan konseling sebagai informan kunci.

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menjalin relasi yang hangat dan empatik dengan peserta didik yang berperilaku konsumtif. Melalui wawancara peneliti dapat menggali informasi yang mendalam tentang perasaan, pengalaman, dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumtif terhadap subjek tersebut. Di samping itu, peneliti turut melakukan wawancara dengan rekan dekat atau sahabat dan guru BK guna mendapatkan informasi yang lebih dalam tentang peserta didik yang berperilaku konsumtif yang terindikasi memiliki kecenderungan perilaku konsumtif yang dapat diidentifikasi melalui ciri-ciri nyata dalam pola perilaku konsumtif yaitu intensitas berbelanja berlebihan, kurangnya kontrol diri terhadap godaan, dan *fomo (fear of missing)* dalam berbagai hal, dan beberapa faktor lainnya lagi yang menyebabkan perilaku konsumtif.

3.6 Desain Penelitian

1. Desain Penelitian Untuk Siklus I

a. Perencanaan

Tahap perencanaan merupakan fase inisiasi dalam proses penelitian yang berfokus pada penyusunan strategi dan rancangan pelaksanaan layanan. Pada fase ini, peneliti belum terlibat dalam aktivitas lapangan maupun interaksi langsung dengan subjek penelitian, melainkan fokus

pada proses penyusunan dan penataan sejumlah perangkat esensial yang dibutuhkan dalam menunjang kelancaran pelaksanaan penelitian.

b. Observasi

Pada fase ini, peneliti melaksanakan proses pengamatan secara sistematis terhadap peserta didik untuk mengumpulkan data apakah peserta didik ini berperilaku konsumtif. Observasi ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku konsumtif yang dialami peserta didik. Hasil observasi ini kemudian disimpan dan di kaji kembali dalam tahapan selanjutnya untuk memastikan bahwa layanan konseling individual yang diberikan dapat efektif dalam mengatasi masalah mengurangi perilaku konsumtif yang dialami oleh peserta didik.

c. Refleksi

Tahap ini merupakan proses evaluatif yang bertujuan untuk menelaah secara kritis serta mempertimbangkan secara mendalam dampak proses layanan konseling individu. Pada tahap ini peneliti atau konselor akan melihat dan mempertimbangkan proses layanan konseling individu untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh memadai dan efektif.

Apabila hasil pada siklus 1 menunjukkan keberhasilan yang memadai, maka proses konseling dapat dilanjutkan ke siklus berikutnya untuk lebih meningkatkan hasil yang diinginkan.

2. Desain Penelitian Siklus II

a. Pendekatan

Tahap pendekatan ini dimaksudkan sebagai landasan awal untuk menjalin ikatan interpersonal yang intens dan penuh empati antara peneliti dan konseli guna membangun kepercayaan, meningkatkan kenyamanan. Dengan demikian tahap pendekatan ini sangat penting dalam proses konseling untuk memastikan bahwa konseli merasa nyaman dan didukung dalam menyelesaikan masalah yang dialami.

b. Wawancara

Tahap wawancara ini dirancang sebagai upaya sistematis untuk menggali informasi mendalam yang relevan dengan fokus penelitian, sehingga peneliti dapat memahami masalah konseli secara lebih dalam. Tujuan dari tahap ini mengumpulkan data, memahami masalah, dan mengidentifikasi solusi. Dengan demikian, tahap wawancara ini sangat penting dalam proses konseling untuk memperoleh data yang akurat dan memahami masalah konseli secara lebih mendalam.

c. Tindakan

Pelaksanaan layanan konseling individual dalam penelitian ini ditujukan untuk membantu mengurangi perilaku konsumtif pada peserta didik. Untuk mencapai tujuan tersebut, kegiatan konseling dirancang dalam empat sesi pertemuan yang terstruktur, dengan masing-masing pertemuan difokuskan pada tahapan intervensi yang berbeda sesuai dengan pendekatan teknik *Behavior contract*.

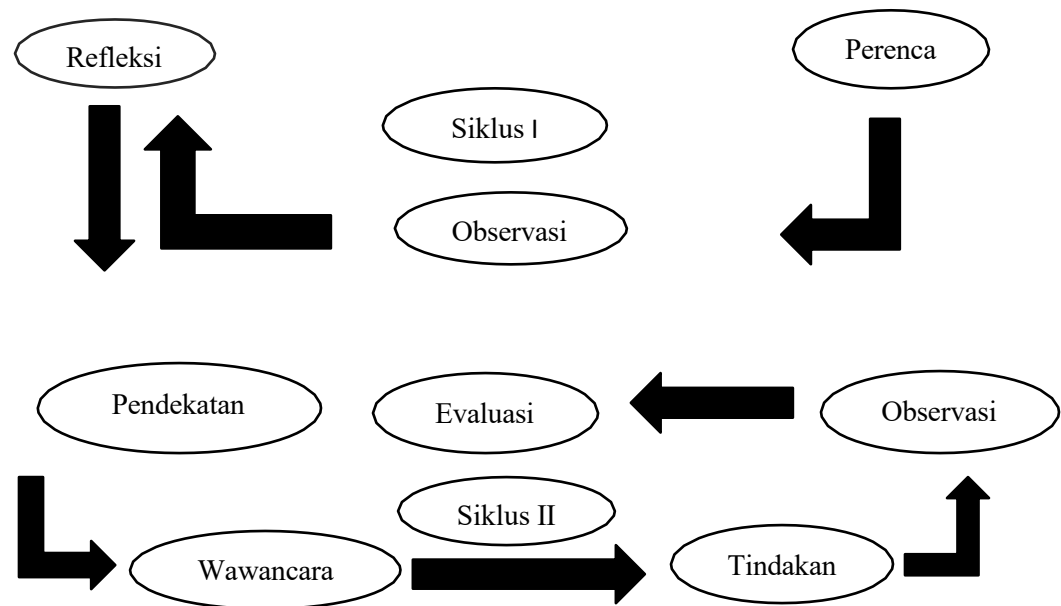
d. Observasi

Observasi pada tahap ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas layanan konseling individual dan melihat kembali apakah dengan menggunakan teknik *Behavior contract* menunjukkan adanya penurunan perilaku konsumtif dibandingkan dengan kondisi sebelumnya. Hasil observasi ini diperkuat melalui pemantauan langsung oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK), guna memastikan keakuratan data dan tercapainya tujuan intervensi secara optimal.

e. Evaluasi

Tahap evaluasi ini merupakan tahap akhir dalam penelitian yang bertujuan untuk menilai efektivitas layanan konseling individual dalam mengurangi perilaku konsumtif pada peserta didik. Tahap ini dimaksudkan untuk merefleksikan keseluruhan proses penelitian dengan menelaah secara kritis potensi kekurangan yang mungkin masih ada, sekaligus mengevaluasi tingkat ketercapaian hasil yang diperoleh guna menilai sejauh mana temuan penelitian mampu memberikan kontribusi yang memadai dan sesuai dengan harapan awal

Pada tahap ini, peneliti juga melakukan peninjauan ulang terhadap keseluruhan proses penelitian guna mengidentifikasi kekurangan yang mungkin masih ada dan apakah pencapaian tersebut sudah memuaskan dan sesuai dengan harapan awal penelitian.



Gambar 3.1 Siklus I dan II

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses yang sistematis dan mendalam untuk mengolah dan menginterpretasikan data penelitian, dengan tujuan menemukan makna yang lebih luas dan komprehensif (Qomaruddin, 2024). Proses ini terdiri dari beberapa tahap dari wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan pendukung lainnya. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yakni:

1. Reduksi Data (*data reduction*)

Reduksi data dalam penelitian adalah proses pemilihan hal-hal pokok yang diperoleh dari lapangan untuk menyederhanakannya sehingga informasi yang diperoleh menjadi lebih terarah, mendalam, dan mempermudah peneliti dalam menyusun langkah-langkah pengumpulan data berikutnya secara sistematis dan efektif (Ardhana Januar Mahardhani 2022:140).

2. Penyajian Data (*data display*)

selesai tahapan reduksi data dilakukan, informasi yang telah disaring disusun dalam bentuk yang mudah dipahami, seperti uraian, tabel, grafik, dan diagram. Penyajian data ini memungkinkan pembaca untuk memahami hasil penelitian dengan lebih mudah. (Ardhana Januar Mahardhani 2022:141)

3. Penarikan Kesimpulan (*verification*)

Ardhana Januar Mahardhani (2022:141) menyatakan, penarikan kesimpulan awal ini masih bersifat sementara. Penarikan kesimpulan ini bertujuan untuk mengungkapkan temuan baru yang belum jelas sebelumnya, dan Hasil simpulan disusun dalam bentuk uraian deskriptif yang memberikan gambaran menyeluruh dan terperinci mengenai objek yang diteliti.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Temuan Penelitian

Mengacu dari proses penggalan data melalui teknik wawancara yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa, peneliti berhasil menghimpun sejumlah informasi dari partisipan kunci, yakni peserta didik sebagai subjek serta guru Bimbingan dan Konseling sebagai objek profesional. Tujuan utama dari prosedur ini ialah untuk memetakan manifestasi perilaku konsumtif yang teramati pada peserta didik, mengelaborasi determinan-determinan yang melatarbelakangi munculnya kecenderungan tersebut, serta mengonstruksi representasi pelaksanaan teknik *behavior contract* dalam konteks remediasi perilaku konsumtif yang mengemuka di lingkungan institusi pendidikan tersebut. Penelitian ini juga menggunakan dua siklus dengan konseling individual sebagai wadah untuk menerapkan pendekatan *Behavior contract*.

Fokus utama penelitian ini adalah mengurangi perilaku konsumtif dengan menggunakan kontrak perilaku sebagai strategi intervensi. Intervensi ini dirancang guna memfasilitasi individu dalam meregulasi serta menekan kecenderungan perilaku konsumtif melalui pendekatan yang terstruktur dan terukur menetapkan tujuan dan konsekuensi yang jelas. Dengan demikian individu dapat lebih sadar akan perilaku mereka dan berusaha untuk mengubahnya menjadi positif. Melalui pelaksanaan dalam dua siklus intervensi, yang masing-masing mencakup fase perencanaan, observasi, refleksi, serta dilanjutkan pada siklus kedua dengan tahap pendekatan, wawancara, tindakan, dan evaluasi, pendekatan

ini disusun secara sistematis guna memastikan efektivitas strategi yang diterapkan. Adapun uraian pada setiap tahapan dijabarkan yakni:

1. Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Berbasis Teknik *Behavior contract* dalam Menurunkan Intensitas Perilaku Konsumtif pada Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025.

Hari/Tanggal : Kamis, 17 April 2025

Lokasi Kegiatan : Ruang BK

Durasi Pelaksanaan : 1 sesi (30 Menit)

Jumlah Partisipan : 3 peserta didik

Tahapan Perencanaan : Pendekatan

Langkah Pelaksanaan :

- a. Perencana

Pada fase ini, kegiatan difokuskan pada penyusunan kerangka konseptual dan teknis pelaksanaan layanan, di mana peneliti belum memasuki tahap eksekusi di lapangan. Seluruh aktivitas masih berorientasi pada proses perencanaan yang meliputi perumusan dan persiapan instrumen pelaksanaan. Adapun komponen yang dirancang, yakni:

1. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
2. Mengatur pertemuan dengan guru BK untuk wawancara
3. Perencanaan waktu untuk di lakukan observasi terhadap peserta didik
4. Penyusunan dokumen RPL secara sistematis
5. Penjadwalan sesi wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling

6. Pengaturan waktu pelaksanaan observasi terhadap peserta didik sebagai bagian dari pemetaan awal kondisi perilaku

b. Observasi

Pada tahap ini, peneliti melakukan proses observasi langsung terhadap peserta didik sebagai upaya untuk menghimpun data empiris yang diperlukan guna menilai apakah subjek menunjukkan indikasi perilaku konsumtif. Observasi ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku konsumtif yang dialami peserta didik. Hasil observasi ini kemudian disimpan dan di kaji kembali dalam tahapan selanjutnya untuk memastikan bahwa layanan konseling individual yang diberikan dapat efektif dalam mengatasi masalah mengurangi perilaku konsumtif yang dialami oleh peserta didik.

Tabel 4.1 Indikator Observasi

No	Indikator	Keterangan
1	Membeli barang/jasa secara berlebihan	Ditemukan adanya seorang peserta didik yang membeli barang/jasa lebih dari yang dibutuhkan, sehingga menghabiskan uang lebih banyak.
2	Ketergantungan pada konsumsi	Ditemukan adanya peserta didik yang memiliki ketergantungan pada konsumsi barang atau jasa, sehingga merasa ketidak puasan.
3	Pengeluaran melebihi pendapatan	Ditemukan peserta didik yang menghabiskan uang lebih banyak dari pendapatan yang diterima, sehingga menyebabkan masalah keuangan.
4	Kurangnya kepuasan	Ditemukan peserta didik yang tidak merasa puas membeli atau mengkonsumsi, sehingga terus-menerus mencari barang/jasa untuk memenuhi keinginannya.
5	Prioritas pada konsumsi	Ditemukan peserta didik memberikan prioritas pada konsumsi daripada kebutuhan lainnya yang lebih penting.
6	Membandingkan diri dengan oranglain	Ditemukan peserta didik membandingkan diri dengan orang lain berdasarkan barang/jasa yang dimiliki, sehingga merasa perlu membeli atau mengonsumsi.

Tabel 4.2 Analisis Deskriptif Penurunan Perilaku Konsumtif Berdasarkan Indikator

No.	Indikator	Perubahan Yang Terjadi
1.	Membeli barang/jasa secara berlebihan	Peserta didik mulai membeli berdasarkan kebutuhan, bukan keinginan impulsif lagi.
2.	Ketergantungan pada konsumsi	Menunjukkan kemandirian, tidak lagi mengikuti tren hanya untuk diakui oleh teman sebaya.
3.	Pengeluaran melebihi pendapatan	Lebih mampu mengatur uang saku dan menolak ajakan konsumtif teman.
4.	Kurangnya kepuasan	Mulai merasa puas dengan barang yang dimiliki, tidak terdorong untuk membeli yang baru
5.	Prioritas pada konsumsi	Mengubah prioritas belanja ke butuhan belajar atau tabungan.
6.	Membandingkan diri dengan oranglain	Menunjukkan sikap reflektif dan mengurangi kebiasaan membandingkan gaya hidup.

c. Refleksi

Tahap ini juga merupakan kegiatan mengkaji dan mempertimbangkan hasil dari tindakan atau proses layanan konseling individu. Pada tahap ini peneliti atau konselor akan melihat dan mempertimbangkan proses layanan konseling individu untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh memadai dan efektif.

2. Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Berbasis Teknik *Behavior contract* dalam Menurunkan Intensitas Perilaku Konsumtif pada Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025.

Hari/Tanggal : Senin, 21 April 2025

Lokasi Kegiatan : Ruang BK

Durasi Pelaksanaan : 1 sesi (30 Menit)

Jumlah Partisipan : 3 peserta didik

Tahapan Perencanaan : Pendekatan

Pendekatan yang diterapkan dalam konseling individual ini berlandaskan pada paradigma *behavioristik*, dengan pemanfaatan teknik *behavior contract*. Pendekatan ini akan membantu peserta didik untuk mengalihkan fokus pada potensi pemecahan masalah dalam mengurangi perilaku konsumtif yang dialami, dengan menggunakan teknik ini juga akan membantu mencapai keberhasilan bagi peserta didik membangun kebiasaan yang lebih bijak dalam mengelola keuangan.

Adapun tahapan-tahapan yang akan dilakukan dalam menggunakan teknik *behavior contract* dengan menggunakan pendekatan ABC (Antecedent, *Behavior*, Consequence), adalah metode yang digunakan dalam memahami dan mengubah perilaku, yakni:

1. Antecedent, peneliti membantu peserta didik mengidentifikasi situasi atau peristiwa yang memicu perilaku konsumtif yang dialami peserta didik.
2. *Behavior*, peneliti membantu konseli mengidentifikasi perilaku yang ingin diubah.
3. Consequence, peneliti mengidentifikasi hasil atau konsekuensi dari perilaku yang akan diterima yang sudah disepakati dilakukan atau tidak dilakukan untuk mempengaruhi perilaku seseorang.

Dengan memahami hubungan antara antecedent, *behavior*, dan consequence, hal ini dapat mengidentifikasi pola perilaku yang tidak diinginkan dan mengembangkan strategi untuk mengubahnya.

Adapun prosedur yang diterapkan terhadap peserta didik dengan kecenderungan perilaku konsumtif mengikuti alur layanan konseling

individual. Mengingat bahwa dalam penelitian ini digunakan pendekatan konseling individual yang dipadukan dengan teknik *behavior contract*, maka tahapan-tahapan konseling diintegrasikan secara sistematis dengan prinsip-prinsip kerja teknik tersebut. Sinergi antara kedua metode ini menghasilkan transformasi positif yang tercermin dalam perubahan pola pikir, sikap, dan perilaku peserta didik ke arah yang lebih adaptif, maupun kebiasaan buruk yang diubah menjadi perilaku yang lebih baik dan positif.

Rangkaian berikut menguraikan tahapan sistematis yang lazim diterapkan dalam pelaksanaan konseling individual:

1. Tahap awal, Konselor secara sengaja memupuk rapport mendalam dengan konseli komunikasi untuk memahami dan mendefinisikan masalah yang dihadapinya.
2. Tahap inti, Konselor melibatkan beberapa langkah penting. Pertama, konselor dan konseli memilih perilaku yang ingin diubah melalui analisis ABC. Kemudian menentukan data awal dan jenis penguatan yang akan diterapkan, yaitu membuat kontrak perilaku yang telah disetujui oleh konselor dan konseli.
3. Tahap akhir, Pada tahap ini, konselor dan konseli secara kolaboratif merumuskan simpulan akhir berdasarkan dinamika proses konseling yang telah berlangsung. Menyusun rencana tindak lanjut berdasarkan kesepakatan yaitu implementasi melaksanakan kontrak perilaku dan dilaksanakan pemantau untuk memastikan bahwa perilaku yang diinginkan dapat tercapai.

3. Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Berbasis Teknik *Behavior contract* dalam Menurunkan Intensitas Perilaku Konsumtif pada Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025.

Hari/Tanggal : Selasa, 22 April 2025

Lokasi Kegiatan : Ruang BK

Durasi Pelaksanaan : 1 sesi (30 Menit)

Jumlah Partisipan : 3 peserta didik

Langkah Pelaksanaan : Wawancara

3.1 Wawancara Kepada Guru BK

Langkah awal yang dilakukan peneliti dalam pelaksanaan studi ini adalah melaksanakan wawancara terstruktur dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa, yaitu Ibu Nuke Chinthia. Sesi wawancara diawali dengan penyampaian pertanyaan awal yakni —*apa masalah yang sering muncul terkait dengan perilaku siswa/i yang sering ibu tangani, apakah ada siswa/i terkait berperilaku konsumtif?*‖ Guru BK menjawab—*ada beberapa siswa yang berperilaku konsumtif yang dilatarbelakangi dari berbagai status sosial.*‖ Dari pernyataan guru BK tersebut ternyata terdapat adanya perilaku konsumtif di kalangan sekolah menengah atas di sekolah SMA Negeri 1 Tanjung Morawa di latarbelakangi berbagai status sosial.

Lalu peneliti mengajukan pertanyaan yang diajukan peneliti diarahkan pada isu inti yang berkaitan dengan dinamika permasalahan peserta didik. “*bagaimana anda mengidentifikasi siswa yang memiliki perilaku*

konsumtif?”. Guru BK pun menjawab dengan serius—sayamengidentifikasi melalui interaksi sehari-hari terdapat siswa berperilaku konsumtif yaitu ada tiga siswa SM, RK, JC. Contohnya dari mereka membicarakan tentang barang-barang yang mereka beli atau ingin mereka beli yang membuat dari mereka berkeluh mengenai pengeluaran mereka lebih besar dari pada pemasukan yang mereka dapat dan ada beberapa keluhan lainnya lagi”. Dari pernyataan tersebut peneliti pahami intruksi pengaruh dari perilaku konsumtif yang dialami oleh peserta didik tersebut sehingga berdampak negatif.

Selanjutnya, peneliti melanjutkan sesi wawancara dengan mengajukan pertanyaan lanjutan guna menggali informasi yang lebih mendalam terkait pola perilaku konsumtif peserta didik serta strategi yang telah atau dapat diterapkan dalam menangani permasalahan tersebut secara efektif. *“bagaimana ibu menangani siswa yang memiliki perilaku konsumtif tersebut?”. Guru BK pun menjawab “saya menangi siswa yang memiliki perilaku konsumtif dengan melakukan konseling individu atau kelompok. Saya memberikan nasehat juga edukasi tentang pentingnya mengelola keuangan dan mengembangkan perilaku hemat dan bertanggung jawab”.*

Dari hasil wawancara diatas terdapat tiga orang peserta didik berperilaku konsumtif sehingga berdampak buruk bagi diri mereka, serta tindakan intervensi yang sejauh ini diupayakan oleh guru Bimbingan dan Konseling terbatas pada pemberian arahan verbal atau nasihat konvensional agar peserta didik tersebut dapat mengelola keuangan lebih baik serta

memiliki kesadaran untuk memikul konsekuensi dari setiap tindakan yang telah mereka lakukan secara penuh tanggung jawab

3.2 Hasil Wawancara dengan Peserta Didik Kelas XI Program Literasi Berinisial JC

a. Perilaku Konsumtif JC

JC merupakan salah satu peserta didik yang terindikasi menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif, sebagaimana teridentifikasi melalui hasil observasi lapangan serta wawancara mendalam yang dilakukan peneliti bersama guru Bimbingan dan Konseling. Uraian berikut menyajikan deskripsi rinci mengenai manifestasi perilaku konsumtif yang ditunjukkan oleh peserta didik berinisial JC di lingkungan SMA Negeri 1 Tanjung Morawa:

1. Intesitas belanja

Kecenderungan untuk melakukan aktivitas berbelanja secara berulang merupakan salah satu ciri dominan yang tampak pada individu dengan indikasi perilaku konsumtif. Kegiatan ini kerap dilakukan tanpa mempertimbangkan waktu maupun tempat, baik melalui transaksi langsung maupun secara daring. Temuan ini diperoleh berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan JC, yang menyampaikan bahwa dirinya sering sekali berbelanja.

“Saya senang berbelanja online dan itu hampir sering saya lakukan kak tanpa memikir panjang.”

Berdasarkan hasil wawancara. Penjelasan konseli ini menunjukkan bahwa JC senang sekali berbelanja online dan itu sering ia lakukan.

2. Daya Tarik terhadap Stimulus Konsumtif (Sugestibilitas terhadap Godaan)

Peserta didik yang menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif umumnya memiliki tingkat resistensi yang rendah terhadap dorongan eksternal, khususnya dalam konteks pembelian barang. Mereka cenderung mudah terpengaruh oleh daya tarik visual atau promosi yang menggugah, sehingga sulit mengendalikan dorongan untuk memiliki suatu produk yang menarik perhatiannya. Uraian berikut merupakan kutipan hasil wawancara yang merepresentasikan kecenderungan tersebut.

“Ketertarikan itu muncul terpegaruh dari media sosial ketika saya melihat suatu barang yang menarik perhatian saya, saya rasa apabila saya menggunakan barang tersebut bagus dan cantik hal itu yang membuat saya ingin membelinya.”

Fenomena tersebut terungkap melalui data empirik yang diperoleh dari hasil wawancara langsung antara peneliti dan peserta didik berinisial JC.

Penjelasan konseli ini menyatakan bahwa dirinya membeli suatu barang karena terpengaruh dari media sosial, ia juga merasa bahwa ketika dirinya merasa cantik menggunakan barang tersebut dirinya akan membelinya.

3. Rendahnya Kemampuan dalam Memilah Kebutuhan secara Rasional

Individu dengan kecenderungan perilaku konsumtif kerap mengalami kesulitan dalam membedakan antara kebutuhan nyata dan keinginan sesaat.

Berikut kutipan wawancaranya :

“Iya kak, saya membeli barang karena saya merasa tertarik dan ingin memilikinya tanpa memikirkan hal-hal lainnya, dan terkadang saya sering merasa menyesal ketika uang saja habis dan barang yang saya beli tidak sesuai harapan saya dan terkang jadi tidak terpakai.”

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa dirinya terkadang merasa menyesal ketika sudah menghabiskan uangnya namun barang yang ia beli tidak sesuai harapan.

4. Kecenderungan melakukan pembelian secara berlebihan

Peserta didik yang menunjukkan perilaku konsumtif cenderung melakukan aktivitas belanja di luar batas kewajaran, dengan membeli sejumlah barang dalam jumlah yang tidak proporsional terhadap kebutuhannya. Sering kali, keputusan pembelian dilakukan meskipun barang serupa telah dimiliki sebelumnya. Berikut kutipan wawancaranya :

“Itu biasanya saat saya membeli skincare atau hal serupa lainnya yang saya gunakan untuk perawatan badan. Biasa saya beli saat promo beli 2 gratis 1 dan sering kali berujung terbuang karena sudah expaxet/kadaluarsa sebelum sempat saya gunakan. Karena terkadang saya rasa lebih menguntungkan dan pada kenyataannya itu

malah tidak menguntungkan menurut saya malah jadinya uang saya habis hanya untuk produk itu saja.”

Berdasarkan temuan wawancara, dapat disimpulkan bahwa JC menunjukkan pola belanja yang berlebihan, ditandai dengan kecenderungan membeli berbagai barang secara impulsif, termasuk barang-barang yang sebenarnya telah dimiliki atau tidak memiliki urgensi dalam pemenuhan kebutuhannya karena tergoda dengan promo yang berujung tidak menguntungkan baginya dan menghabiskan uangnya.

5. Pengatur keuangan dalam belanja

JC memiliki kebiasaan berbelanja yang berlebihan, sehingga sulit mengelolah keuangan dengan baik. Membuat Uang sakunya sering habis tidak tepat waktu dan terkadang membuatnya pusing. Berdasarkan wawancara dengan JC terlihat JC belum mampu mengelolah keuangannya secara efektif.

“Karena saya rasa ketika uang saya ini habis nantinya bakal ada lagi dan lagi namun pada kenyatannya tidak dan terkadang ketika paket saya datang tetapi uang saya tidak ada saya mendahulukan membayar paket saya menggunakan uang teman saya. Bahkan sampai saat ini saya tidak pernah memiliki tabungan karena untuk memenuhi keinginan dan kebutuhan saya saja uang saya tidak tercukupi.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa JC cenderung tidak mampu mengelolah keuangannya dengan baik bahkan JC membeli suatu barang tanpa melihat dan memikirkan

keuangannya. Dengan ini JC siap dan bersedia mengubah perilaku tersebut dengan menenggunkan kontrak perilaku yang dibuat dan disepakati oleh pihak-pihak terkait.

3.3 Intervensi terhadap Peserta Didik Berinisial JC Kelas XI Literasi yang Menunjukkan Gejala Perilaku Konsumtif

Lalu peneliti melakukan tindakan kepada peserta didik yang berperilaku konsumtif melalui kontrak perilaku yang disepakati oleh pihak-pihak yang terkait. Membuat perjanjian yang jelas dan spesifik untuk mengurangi perilaku konsumtif. Menentukan sasaran yang hendak dicapai. Mengendalikan diri dengan menetapkan batasan tegas terkait apa yang diperbolehkan dan yang harus dihindari dalam hal pengeluaran. Mengawasi kemajuan dalam tujuan dan memberikan umpan balik secara teratur. Memberikan konsekuensi yang jelas jika peserta didik tidak memenuhi perjanjian dalam kontrak perilaku.

Dengan menerapkan kontrak perilaku, peserta didik dapat lebih sadar akan perilaku konsumtifnya dan memiliki kesadaran serta motivasi untuk mengubahnya. Tahap tindakan ini juga akan terus dipantau oleh Guru BK sampai masa kontrak perilaku itu selesai dan hasilnya dapat dilihat dari evaluasi yang secara teratur dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui apakah peserta didik telah mencapai tujuan yang ditetapkan dalam kontrak perilaku tersebut yang telah disepakati sebelumnya.

3.4 Wawancara Kepada Peserta Didik Kelas X-8 Merdeka Berinisial SM

a. Perilaku Konsumtif SM

SM adalah salah satu peserta didik yang teridentifikasi menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif, berdasarkan temuan hasil observasi serta wawancara yang dilakukan peneliti bersama Guru Bimbingan dan Konseling. Berikut ini disajikan deskripsi mengenai perilaku konsumtif yang tampak pada diri peserta didik berinisial SM di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa:

1. Intesitas belanja

Kebiasaan berbelanja secara intens merupakan ciri khas individu dengan kecenderungan perilaku konsumtif. Aktivitas tersebut kerap dilakukan kapan saja dan di berbagai tempat, baik secara langsung di toko fisik maupun melalui platform digital. Temuan ini diperoleh berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan peserta didik berinisial SM yang mengatakan bahwa dirinya sering berbelanja secara langsung maupun online. Berikut kutipan wawancara.

“Kalau di hitung-hitung itu kak sepertinya dalam satu bulan saya bisa belanja atau menggunakan jasa sekitar 7-8x kak dan ini sudah termasuk juga belanja online. Yang paling sering saya lakukan itu menggunakan jasa layanan grab food untuk order makanan, dalam satu bulan sekitar 8-9x kak.”

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara. Penjelasan konseli ini menunjukan bahwa SM dapat berbelanja 7-8x dalam satu bulan. SM juga berbelanja melalui layanan grab food sekitar 8-9x dalam satu bulan.

SM juga tercatat melakukan pembelian makanan melalui layanan Grab Food sebanyak kurang lebih 8 hingga 9 kali dalam satu bulan.

2. Daya Tarik terhadap Stimulus Konsumtif (Sugestibilitas terhadap Godaan)

Individu dengan kecenderungan perilaku konsumtif umumnya mengalami kesulitan dalam menahan dorongan untuk berbelanja, serta menunjukkan minat yang kuat terhadap barang-barang yang menarik perhatiannya. Hal ini tercermin dalam kutipan hasil wawancara berikut.

“karena barang yang unik dan lucu itu kak jika digunakan biasanya menarik perhatiannya orang lain, selain itu saya juga suka mengoleksi tas atau parfum untuk kesenangan kak. Kalau skincare biasanya saya beli karena fomo ketika melihat review-review dari media sosial.”

Fakta ini terungkap melalui hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama peserta didik berinisial SM.. Penjelasan konseli ini menyatakan bahwa dirinya sulit menahan untuk tidak berbelanja akibat fomo dan jika dirinya melihat barang yang menarik, lucu dan unik.

3. Rendahnya Kemampuan dalam Memilah Kebutuhan secara Rasional

Dalam aktivitas berbelanja, individu yang menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif umumnya mengalami kesulitan dalam memilah dan menentukan barang yang benar-benar dibutuhkan.

Hal ini serupa dengan hasil wawancara yang telah dilakukan antara peneliti dan SM, diketahui bahwa SM cenderung tidak mempertimbangkan nilai guna suatu barang saat berbelanja. Ia mengakui bahwa dalam melakukan pembelian, ia kerap mengabaikan manfaat barang tersebut bagi dirinya, dan lebih terdorong oleh keinginan sesaat. hanya dikarenakan fomo dan juga untuk memenuhi keinginannya dan bukan kebutuhannya. Bahkan terkadang SM merasa menyesal sehabis membeli barang yang ia beli hanya karena fomo tanpa memperhatikan manfaat barang tersebut. Berikut kutipan wawancaranya :

“ Sepertinya begitu kak, karena saya sering merasa tidak puas jika tidak membeli barang yang saya inginkan jadi saya berusaha membeli barang untuk memenuhi keinginan saya. Biasanya juga karena saya fomo termakan iklan.”

4. Kecenderungan melakukan pembelian secara berlebihan

Ketika berbelanja, individu dengan kecenderungan perilaku konsumtif umumnya melakukan pembelian secara berlebihan. Bahkan, mereka kerap membeli barang yang sebenarnya sudah dimiliki. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama SM, terungkap bahwa setiap kali berbelanja, SM setidaknya membeli dua jenis barang. Penuturannya juga mengindikasikan bahwa dalam banyak kesempatan, ia membeli lebih dari dua barang dalam satu waktu. Berikut merupakan kutipan wawancara yang mendukung temuan tersebut:

“Iya kak saat berbelanja saya membeli dua sampai tiga sekaligus bahkan lebih. Seperti membeli skincare, tas, atau parfum. Karena saya juga suka mengoleksi tas dan parfum. Kalau skincare beli lebih ke fomo aja kak. Bahkan ketika belanja minimal barang yang saya beli itu dua barang kak.”

Mengacu hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa SM menunjukkan perilaku belanja yang berlebihan, ditandai dengan kecenderungannya membeli tiga hingga empat barang dalam satu waktu, serta tetap melakukan pembelian terhadap barang yang serupa meskipun sebelumnya telah memilikinya.

5. Pengatur keuangan dalam belanja

SM memiliki kebiasaan berbelanja yang berlebihan, sehingga sulit mengelolah keuangan dengan baik. Uang jajannya sering habis untuk membeli barang dan makanan, tanpa ada tabungan. Berdasarkan wawancara dengan SM, terlihat SM belum mampu mengelolah keuangannya secara efektif.

“Karena saya belum mampu mengontrol diri untuk tidak berbelanja, setiap keluar jalan pasti saya belanja. Walaupun terkadang saya sering menyesal ketika sudah membelinya, mengapa saya membeli barang berlebihan yang menyebabkan keuangan saya tidak stabil bahkan terkadang saya hampir stres memikirkan uang yang saya miliki cepat sekali habis hanya untuk keinginan sesaat saya dan terkadang saya juga mengeluh mengapa saya sulit sekali manabung.”

Berdasarkan temuan dari hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa SM menunjukkan kecenderungan dalam menghambur-hamburkan uang serta belum memiliki kapasitas regulasi diri yang memadai dalam hal pengeluaran. Keterangan dari konseli memperlihatkan bahwa sebagian besar alokasi dana yang dimilikinya dihabiskan hanya untuk aktivitas konsumtif, tanpa pertimbangan rasional atas urgensi kebutuhan atau skala prioritas. Padahal SM ingin memiliki tabungan. Selain itu SM terkadang menyesal akibat membeli barang berlebihan yang hanya untuk memenuhi keinginannya saja tanpa melihat manfaatnya. Setelah dilakukannya wawancara bersama SM ia menyetujui melakukan perubahan dengan menggunakan kontrak perilaku, dan SM siap menjalankan prosedur yang telah disepakati bersama.

3.5 Tindakan Kepada Peserta didik yang Mengalami Perilaku Konsumtif Berinisial SM Kelas X8 Merdeka

Lalu peneliti melakukan tindakan kepada peserta didik yang berperilaku konsumtif melalui kontrak perilaku yang disepakati oleh pihak-pihak yang terkait. Membuat perjanjian yang jelas dan spesifik untuk mengurangi perilaku konsumtif. Merumuskan sasaran yang hendak dicapai, disertai dengan pengendalian diri melalui penetapan batasan yang tegas mengenai perilaku yang layak dilakukan dan perilaku yang perlu dihindari, khususnya dalam konteks pengeluaran atau pembelanjaan pengeluaran. Mengawasi kemajuan dalam tujuan dan memberikan umpan balik secara teratur. Memberikan konsekuensi

yang jelas jika peserta didik tidak memenuhi perjanjian dalam kontrak perilaku.

Dengan menerapkan kontrak perilaku, peserta didik dapat lebih sadar akan perilaku konsumtifnya dan memiliki kesadaran serta motivasi untuk mengubahnya. Tahap tindakan ini juga akan terus dipantau oleh Guru BK sampai masa kontrak perilaku itu selesai dan hasilnya dapat dilihat dari evaluasi yang secara teratur dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui apakah peserta didik telah mencapai tujuan yang ditetapkan dalam kontrak perilaku tersebut yang telah disepakati sebelumnya.

3.6 Wawancara Kepada Peserta didik Kelas X8 Merdeka Berinisial RK

a. Perilaku Konsumtif RK

RK merupakan salah satu peserta didik yang teridentifikasi menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif. Temuan ini diperoleh dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti bersama guru Bimbingan dan Konseling sebagai subjek pendamping. Berikut disajikan deskripsi mengenai karakteristik perilaku konsumtif pada diri peserta didik berinisial RK di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa:

1. Intesitas belanja

Kebiasaan belanja sering dilakukan oleh individu yang teridentifikasi perilaku konsumtif. RK menunjukkan pola kebiasaan berbelanja yang cukup intens, yang merupakan salah satu indikator

perilaku konsumtif. RK juga mengakui bahwa dirinya terlalu boros hal ini membuat keuangan RK berantakan. Hal ini berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh SM, yang mengatakan bahwa dirinya sering berbelanja secara langsung maupun online. Berikut kutipan wawancara.

“Hampir setiap hari itu kak saya jajan, kalau belanja saya selama satu bulan paling 3-4 kali saja kak. Tapi kalau jajan bahkan sehari bisa 3x saya makan diluar.”

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara. Penjelasan konseli ini menunjukkan bahwa SM dapat menghabiskan duitnya dengan berjajan dan belanja yang hampir dilakukakannya sering sekali. Dengan ini membuat keuangannya tidak stabil.

2. Daya Tarik terhadap Stimulus Konsumtif (Sugestibilitas terhadap Godaan)

Peserta didik yang memperlihatkan indikasi perilaku konsumtif umumnya mengalami kesulitan dalam menahan dorongan internal untuk melakukan pembelian, serta menunjukkan respons ketertarikan yang tinggi terhadap objek atau produk yang secara visual menarik perhatiannya. Berikut disajikan kutipan hasil wawancara yang mendukung temuan tersebut

“Kalau untuk membeli makan-makanan saya gampang sekali tergoda kak, rasanya sulit menahan diri untuk tidak jajan kalau belanja saya sangat tertarik dengan baju-baju seperti kemeja atau juga skincare yang biasaa saya beli di tiktokshop saat lagi live untuk mendapatkan harga promo. Kalau baju karena saya senang

memakai kemeja. Bahkan hampir setiap saya hendak berpergian saya beli baju, hal ini seperti sudah jadi kebiasaan saya kak. ”

Temuan ini diperoleh dari hasil wawancara mendalam yang dilakukan peneliti bersama RK. Berdasarkan pengakuan konseli, ia mengungkapkan bahwa dirinya mengalami hambatan signifikan dalam menahan dorongan untuk melakukan pembelian jajan atau membeli makanan-makanan siap saji dan memiliki kebiasaan buruk yaitu membeli pakaian ketika hendak ingin berpergian agar bisa ia pakai saat berpergian.

3. Rendahnya Kemampuan dalam Memilah Kebutuhan secara Rasional

Dalam aktivitas berbelanja, individu dengan kecenderungan perilaku konsumtif umumnya mengalami kesulitan dalam memilah barang yang benar-benar dibutuhkan. Kondisi ini sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama RK menyatakan bahwa dirinya seringkali membeli sesuatu tanpa memikirkan manfaatnya, Berikut kutipan wawancaranya :

“Seringnya begitu kak, karena saya seringkali membeli karena selera mata saja dan berujung menyesal ketika sudah membelinya. ”

4. Kecenderungan melakukan pembelian secara berlebihan

Dalam kegiatan belanja, individu yang menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif kerap melakukan pembelian secara berlebihan, bahkan terhadap barang yang sebenarnya telah

dimiliki. Berdasarkan hasil wawancara antara peneliti dan RK, terungkap bahwa konseli memiliki ketertarikan tinggi terhadap aktivitas konsumsi makanan-makanan dengan berlebihan. Penjelasan konseli ini menunjukkan bahwa dirinya sangat senang berbelanja dan membeli makanan. Berikut kutipan wawancaranya :

“Iya kak saya senang sekali membeli makan-makanan, hampir setiap hari saya makan diluar kak, ntah itu sekedar makan bakso, seblak terkadang juga makan di coffeshop. Kalau belanja barang saya biasa checkout dari shoppe atau tiktokshop tergantung apa yang saya ingin kak. Seperti peralatan skincare saya beli dari tiktokshop karena terkadang kalau lagi live banyak promonya kak.”

Dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa SM menunjukkan pola belanja yang berlebihan, ditandai dengan kecenderungan membeli tiga hingga empat item dalam satu waktu. Bahkan, keputusan pembeliannya tetap dilakukan meskipun barang serupa telah dimiliki sebelumnya

5. Pengatur keuangan dan belanja

RK memiliki kebiasaan berbelanja yang berlebihan, sehingga sulit mengelolah keuangan dengan baik. Uang jajannya sering habis untuk membeli barang dan makanan, tanpa ada tabungan. Bahkan RK sering kali membeli barang atau hanya sekedar untuk jajan mendahulukan memakai uang SPP sekolah. Hal ini berdasarkan wawancara dengan RK, terlihat RK belum mampu mengelolah

keuangannya secara efektif dan bahkan membuat keuangannya minus.

“Karena saya belum mampu mengontrol diri untuk tidak berbelanja membeli makan-makanan, setiap keluar rumah pasti saya belanja dan ketika dirumah saja saya berbelanja kak. Hal ini terkadang membuat saya kebingungan mengelolah keuangan saya kak.”

Berdasarkan temuan hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa RK memperlihatkan kecenderungan perilaku konsumtif yang ditandai dengan pemborosan, ketidakmampuan dalam mengelola alokasi keuangan pribadi, serta rendahnya kapasitas dalam mengendalikan dorongan untuk berbelanja makan-makanan yang berlebihan dan membeli barang yang terkang ia beli hanya karena selera sesaat dan berujung tidak digunakan. Penjelasan konseli ini menunjukkan bahwa RK menghabiskan uangnya hanya untuk berbelanja dan membeli makan-makanan saja. Padahal RK ingin sekali memiliki tabungan dan hal ini sulit dilakukan RK karena menurutnya ia perlu diarahkan yang dapat membuatnya lebih bisa mengontrol keuangannya sehingga dirinya bisa menabung. Hasil wawancara yang dilakukan bersama RK, bahwa RK bersedia dan siap mengubah perilaku konsumtif tersebut melalui kontrak perilaku yang dibuat dan disetujui oleh pihak-pihak yang terkait bertujuan guna mengurangi perilaku konsumtif yang ia miliki.

3.7 Tindakan Kepada Peserta didik yang Mengalami Perilaku Konsumtif Berinisial RK Kelas X8 Merdeka

Lalu peneliti melakukan tindakan kepada peserta didik yang berperilaku konsumtif melalui kontrak perilaku yang di sepakati oleh pihak-pihak yang terkait. Membuat perjanjian yang jelas dan spesifik untuk mengurangi perilaku konsumtif. Menentukan tujuan yang ingin dicapai. Mengontrol diri atau mengatur batasan yang jelas tentang mana yang boleh dilakukan dan tidak boleh dilakukan dalam hal pengeluaran. Mengawasi kemajuan dalam tujuan dan memberikan umpan balik secara teratur. Memberikan konsekuensi yang jelas jika peserta didik tidak memenuhi perjanjian dalam kontrak perilaku.

Dengan menerapkan kontrak perilaku, peserta didik dapat lebih sadar akan perilaku konsumtifnya dan memiliki kesadaran serta motivasi untuk mengubahnya. Tahap tindakan ini juga akan terus dipantau oleh Guru BK sampai masa kontrak perilaku itu selesai dan hasilnya dapat dilihat dari evaluasi yang secara teratur dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui apakah peserta didik telah mencapai tujuan yang ditetapkan dalam kontrak perilaku tersebut yang telah di sepakati sebelumnya.

4.2 Pembahasan

Pelaksanaan layanan konseling individual dengan pendekatan teknik *behavior contract* dalam upaya mereduksi perilaku konsumtif peserta didik telah terlaksana secara sistematis dan mengikuti tahapan siklus yang dirancang sebelumnya. Intervensi dimulai sejak pertemuan perdana yang dilaksanakan pada

hari Kamis tanggal 17 april 2025 sampai dengan 05 mei 2025, yang dilakukan peneliti pada tahap awal peneliti yaitu dengan menyusun RPL, menjadwalkan sesi wawancara dengan guru BK, serta menetapkan waktu pelaksanaan observasi terhadap peserta didik yang teridentifikasi menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif.

Setelah tahap perencanaan, peneliti melanjutkan dengan pelaksanaan observasi terhadap peserta didik yang menunjukkan kecenderungan perilaku konsumtif. Observasi ini mengacu pada sejumlah indikator, yang pertama adalah membeli barang/jasa secara berlebihan, ketergantungan pada konsumsi, pengeluaran melebihi pendapatan, kurangnya kepuasan konsumsi, prioritas pada konsumsi, membandingkan diri dengan oranglain. Melalui tahapan perencanaan yang telah disusun, peneliti mengakhiri siklus dengan melaksanakan sesi refleksi. Refleksi ini berfungsi sebagai wadah analisis kritis untuk meninjau, mengevaluasi, dan menimbang efektivitas serta konsekuensi dari intervensi atau tindakan yang telah dilaksanakan pada tahap sebelumnya.

Pada pertemuan kedua yang dilaksanakan pada hari Senin, 21 April 2025, peneliti mulai mengimplementasikan tahap intervensi awal dengan melaksanakan langkah-langkah teknik *behavior* contrat melalui pendekatan ABC, yaitu dengan tahap antecedent, *behavior*, consequence. Dengan tahapan ini guna mendukung peserta didik dalam mengatasi kecenderungan perilaku konsumtif yang dialami, peneliti melaksanakan tahap evaluasi guna meninjau kembali dinamika permasalahan serta memahami pola perilaku peserta didik secara lebih mendalam, sehingga hasil intervensi dapat mengarah pada perubahan yang sesuai dengan tujuan awal.

Rangkaian kegiatan penelitian ini memadukan teknik *behavior contract* dengan pendekatan ABC dalam kerangka konseling individual, menghasilkan suatu model integratif yang terbukti efektif dalam membantu peserta didik yang menunjukkan gejala perilaku konsumtif.

Pada pertemuan ketiga yang dilaksanakan pada hari Selasa, 22 April 2025, peneliti melanjutkan tahapan wawancara dengan guru BK untuk memperoleh data kualitatif mengenai peserta didik yang terindikasi memiliki perilaku konsumtif. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara langsung dengan peserta didik berinisial JC, MS, dan RK sebagai subjek utama, dengan tujuan menggali informasi mendalam mengenai kecenderungan perilaku konsumtif yang mereka alami. Selanjutnya, dilakukan pula tindakan konseling individual terhadap ketiga peserta didik tersebut sebagai bagian dari proses intervensi sekaligus menawarkan perubahan perilaku dengan menerapkan kontrak perilaku agar perilaku konsumtif itu berkurang.

Di pertemuan keempat dan seterusnya ini peneliti melakukan pengamatan bersama guru BK untuk melihat perubahan – perubahan dari peserta didik yang menjalankan kontrak perilaku selama kurang waktu 2 minggu, dalam hal ini peserta didik yang terkait menjadi peserta didik pantauan agar dapat terlihat apakah peserta didik yang terkait mampu menjalankan dan menerapkan kontrak perilaku yang telah disetujui dan disepakati bersama.

Efektivitas layanan konseling individual dengan penerapan teknik *behavior contract* tercermin dari pernyataan guru BK serta hasil observasi yang telah dilakukan. Peneliti memperoleh pemahaman bahwa pendekatan yang diterapkan berhasil memfasilitasi perubahan positif pada peserta didik. Berdasarkan

pengamatan langsung, peserta didik dengan inisial JC, SM, dan RK menunjukkan kemajuan yang signifikan, baik dalam aspek kognitif berupa pola pikir yang lebih rasional, maupun dalam bentuk perilaku yang lebih terkontrol. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan penelitian telah berlangsung sesuai dengan rancangan yang dirumuskan, serta menghasilkan capaian yang optimal dan selaras dengan tujuan awal penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa, ditemukan bahwa penerapan layanan konseling individual dengan teknik *behavior contract* memberikan dampak signifikan dalam menurunkan perilaku konsumtif peserta didik yang sebelumnya menunjukkan intensitas tinggi dalam berbelanja impulsif, mengikuti tren teman sebaya, serta menggunakan uang saku secara tidak proporsional. Melalui delapan kali pertemuan yang dibagi dalam dua siklus, peserta didik secara bertahap mulai menunjukkan perubahan konkret, seperti menunda pembelian barang yang tidak dibutuhkan, menolak ajakan teman untuk belanja hanya demi gengsi, hingga mulai mencatat pengeluaran pribadi secara rutin.

Efektivitas layanan ini terlihat dari keberhasilan kontrak perilaku yang dirancang secara individual, di mana peserta didik tidak hanya menandatangani kesepakatan, tetapi juga secara konsisten dievaluasi berdasarkan indikator perilaku yang telah ditentukan sebelumnya. Pendekatan ini memperkuat komitmen internal peserta didik karena adanya keterlibatan aktif dalam proses refleksi dan pengambilan keputusan.

Berdasarkan observasi langsung dari peneliti dan guru BK, peserta didik yang sebelumnya cenderung tidak mampu membedakan antara kebutuhan dan keinginan, mulai menunjukkan kesadaran finansial yang lebih baik. Misalnya, mereka mulai mengalihkan fokus dari konsumsi simbolik (seperti membeli barang bermerek untuk status sosial) ke konsumsi fungsional (membeli berdasarkan

kebutuhan nyata). Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi teknik konseling individual dan *behavior contract* bukan hanya efektif secara teori, tetapi juga terbukti aplikatif di lapangan dalam menangani gejala perilaku konsumtif yang berbasis pada tekanan sosial dan gaya hidup.

Evaluasi terhadap proses pelaksanaan penelitian menunjukkan bahwa teknik behavioral contract memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku konsumtif peserta didik. Penerapan dilakukan melalui dua siklus dan menunjukkan penurunan intensitas perilaku konsumtif secara bertahap. Selama proses, peserta didik menunjukkan keterlibatan aktif dalam menyusun dan melaksanakan kontrak perilaku. Guru BK berperan penting dalam melakukan monitoring dan pemberian reinforcement. Kendala yang muncul seperti keterlambatan dalam komitmen siswa dapat diatasi melalui refleksi dan pendekatan individual. Secara keseluruhan, teknik ini dinilai efektif dan dapat direkomendasikan untuk digunakan dalam intervensi perilaku serupa.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual berbasis *behavior contract* bukan hanya sekadar pendekatan intervensi, tetapi juga berfungsi sebagai alat pembentukan karakter yang berorientasi pada pengendalian diri dan kesadaran nilai, khususnya dalam menghadapi tantangan konsumtivisme di kalangan remaja sekolah.

5.2 Saran

Bagi guru BK/konselor dapat menerapkan teknik *behavior contract* sebagai pendekatan alternatif dalam menekan kecenderungan perilaku konsumtif pada peserta didik. Teknik ini juga memiliki potensi untuk dikembangkan sebagai objek kajian dalam penelitian tindakan konseling guna menyelesaikan berbagai permasalahan psikologis. Guru BK/konselor diharapkan mampu memperluas cakupan layanannya tidak terbatas pada isu-isu akademik, melainkan juga menyentuh persoalan emosional, relasional, serta perencanaan karir peserta didik.

Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat memperkuat sinergi antara konselor, wali kelas, dan pihak keluarga guna meningkatkan kesadaran serta pengendalian perilaku konsumtif baik di lingkungan rumah maupun di satuan pendidikan formal. Bagi peneliti selanjutnya, dianjurkan untuk mengadopsi pendekatan yang lebih komprehensif dan mendalam guna memperoleh temuan yang lebih beragam dan relevan dengan dinamika perilaku peserta didik masa kini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd Rahman BP, S. A. (2022). Pengertian Pendidkan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa*.
- Alfiatul, K. (2024). BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH; ASAS-ASAS DALAM PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING. *Jurnal Ilmiah Research Student*.
- Anidar, Jum dkk. (2024). *Dasar-dasar Konseling Individual*. Medan: FKIP UMSU Press
- Ardhana, M. J. (2022). *METODE PENELITIAN KUALITATIF*. Grup Penerbit CV. Pradina Pustaka Grup.
- Fatmawatie, Naning. (2022). *Fenomena Perilaku Konsumtif pada Remaja*. Jurnal Psikologi Remaja, 10(2), 135-146.
- Hamid, D. (2019). *PENGANTAR PENDIDIKAN ERA GLOBALISASI*. Lembaga Literasi Dayak.
- Ismah. (2020). *Konseling Behavioristik: Konsep dan Aplikasi*. Jakarta: Kencana
- Juli, A. (2018). KONSEP KONSELING INDIVIDUAL DALAM PROSES PENYELESAIAN PERSELISIHAN KELUARGA. *Jurnal At-Taujih*.
- Jum Anidar, A. M. (2024). *Konseling Individual*. Padang: Widina Media Utama.
- Kusnadi, Nathasya, dkk. (2021). *Psikologi Remaja dan Perubahan Perilaku*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mega Aria Monica, N. E. (2022). Penerapan Konseling Behavioral Menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar . *Kuras Institute*.
- Misnawati. (2023). Penerapan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Proklamasi Akademik Siswa Di Sekolah. *Pinisi Journal Of ART, Humanity And Social Studies*.
- Naning, F. (2022). *E COMMERCE DAN PERILAKU KONSUMTIF*. Kediri: IAIN Kediri Press.
- Nathasya Kusnadi, d. (2022). Konseling Behavioral Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa Kelas XII Di SMAN 4 Madiun. *Prosiding Nasional Bimbingan dan Konseling*.

- Nugraha, Jefri Putra. (2021). *Pengaruh Media Sosial terhadap Perilaku Konsumtif Siswa*. Jurnal Sosialita, 8(1), 50-59.
- Purwanto. (2018). *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Qomaruddin. (2024). Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif. *Journal of Management, Accounting and Administration*.
- Qomaruddin. (2024). Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatis: Perspektif Spradley, Miles dsn Huberman. *Of Management , Accounting, adn Administration*.
- Riska Syaputri Nasution, S. B. (2023). Perilaku Fear Of MIssing Out (FOMO) Dalam Konsumsi Di Kalangan Mahasiswa FEBI UINSU Ditinjau Dalam Prespektif Masalah. *Jurnal Ekombis Review*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, dan R&D*. Bandung.
- Sulian. (2020). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Behavior Contract Untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8*.
- Warsidi, E. (2021). *PERILAKU KONSUMTIF MERUSAKKAN KARAKTER BANGSA*. Jakarta Timur: CV Rizky Aditya.
- Zainur Ansor, V. P. (2017/2018). Pengaruh Lingkungan Sekolah Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IV di MI Nurul Huda Gebangan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo. *Jurnal Cendikia Pendidikan*.
- Zuchri, A. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makasar: Syakir Media Pres

LAMPIRAN

Lampiran 01**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Data Pribadi**

Nama	: Risty Dwi Apriananda
NPM	2102080025
Tempat, Tanggal Lahir	: Tanjung Morawa, 29 Juni 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Status	: Belum Menikah
Agama	: Islam
Suku	: Jawa
Kewarganegaraan	: Indonesia
Alamat	: Jl. Batang Kuis Dusun IV, Kec Tanjung Morawa, Kab Deli SerdangmProv. Sumatra Utara
Anak Ke	: 2 dari 2 Saudara
Alamat Email	: ristydwiapriananda@gmail.com

B. Data Orang Tua

Nama Ayah : Sugi Asmoro
Pekerjaan : Wiraswasta
Nama Ibu : Rukini
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Jl. Batang Kuis Dusun IV, Kec Tanjung
Morawa, Kab Deli Serdang Prov. Sumatra
Utara

C. Pendidikan

1. SDN 108218 : 2009 - 2015
2. SMP Swasta Nur Azizi : 2015 - 2018
3. SMA Negeri 1 Tanjung Morawa : 2018 – 2021
4. Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara : 2021 – 2025

Lampiran 02**Hasil Observasi Siswa Kelas X8 Merdeka, X8 Merdeka, XI Literasi****Tahun Ajaran 2024/2025****Observasi : Risty Dwi Apriananda****Tempat Observasi : SMA Negeri 1 Tanjung Morawa****Hal yang di observasi : Perilaku Konsumtif Terhadap Peserta Didik**

No	Indikator	Keterangan
1	Membeli barang/jasa secara berlebihan	Ditemukan adanya seorang peserta didik yang membeli barang/jasa lebih dari yang dibutuhkan, sehingga menghabiskan uang lebih banyak.
2	Ketergantungan pada konsumsi	Ditemukan adanya peserta didik yang memiliki ketergantungan pada konsumsi barang atau jasa, sehingga merasa ketidakpuasan.
3	Pengeluaran melebihi pendapatan	Ditemukan peserta didik yang menghabiskan uang lebih banyak dari pendapatan yang diterima, sehingga menyebabkan masalah keuangan.
4	Kurangnya kepuasan	Ditemukan peserta didik yang tidak merasa puas membeli atau mengkonsumsi, sehingga terus-menerus mencari barang/jasa untuk memenuhi keinginannya.
5	Prioritas pada konsumsi	Ditemukan peserta didik memberikan prioritas pada konsumsi daripada kebutuhan lainnya yang lebih penting.
6	Membandingkan diri dengan oranglain	Ditemukan peserta didik membandingkan diri dengan orang lain berdasarkan barang/jasa yang dimiliki, sehingga merasa perlu membeli atau mengonsumsi.

Lampiran 03

Hasil Wawancara Kepada Guru Bk SMA Negeri 1 Tanjung Morawa

Tahun Ajaran 2024/2025

Nama : Nuke Chintia

Tempat/Wawancara : Kamis, 17 April 2025

Tempat dan Waktu : Ruang BK

No	Pertanyaan	Hasil
1	<i>Apa masalah yang sering muncul terkait dengan perilaku siswa/i yang sering ibu tangani, apakah ada siswa/i terkait berperilaku konsumtif?</i>	<i>ada beberapa siswa yang berperilaku konsumtif yang di latarbelakangin dari berbagai status sosial.</i>
2	<i>Bagaimana anda mengidentifikasi siswa yang memiliki perilaku konsumtif?</i>	<i>saya mengidentifikasi melalui interaksi sehari-hari terdapat siswa berperilaku konsumtif yaitu ada tiga siswa SM, RK, JC. Contohnya dari mereka membicarakan tentang barang-barang yang mereka beli atau ingin mereka beli yang saya rasa berlebihan untuk dikonsumsi bagi mereka peserta didik dan yang membuat dari mereka berkeluh mengenai pengeluaran mereka lebih besar dari pada pemasukan yang mereka dapat dan ada beberapa keluhan lainnya lagi.</i>
3	<i>Bagaimana ibu menangani siswa yang memiliki perilaku konsumtif tersebut?</i>	<i>saya menangi siswa yang memiliki perilaku konsumtif dengan melakukan konseling individu atau kelompok. Saya memberikan nasehat juga edukasi tentang pentingnya mengelola keuangan dan mengembangkan perilaku hemat dan bertanggung jawab.</i>

Lampiran 04

Hasil Wawancara Kepada Siswa Kelas X8 Merdeka Berinisial JC

Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Nama : JC (Nama Inisial)

Tempat/Wawancara : Senin, 21 April 2025

Tempat dan Waktu : Ruang BK

Pertanyaan	Hasil
Berapa kali kamu melakukan belanja dalam sebulan?	<i>Saya senang berbelanja online dan itu hampir sering saya lakukan kak tanpa memikirkan panjang.</i>
Apakah kamu sering tergoda oleh promosi, diskon atau ada hal lain yang membuat ketertarikan terhadap godaan saat membeli sesuatu?	<i>Ketertarikan itu muncul terpegaruh dari media sosial ketika saya melihat suatu barang yang menarik perhatian saya, saya rasa apabila saya menggunakan barang tersebut bagus dan cantik hal itu yang membuat saya ingin membelinya.</i>
Apakah kamu kesulitan untuk memilih barang yang tepat saat berbelanja?	<i>Iya kak, saya membeli barang karena saya merasa tertarik dan ingin memilikinya tanpa memikirkan hal-hal lainnya, dan terkadang saya sering merasa menyesal ketika uang saya habis dan barang yang saya beli tidak sesuai harapan saya dan terkang jadi tidak terpakai</i>
Apakah kamu sering menghabiskan uang lebih banyak dari yang direncanakan saat berbelanja?	<i>Itu biasanya saat saya membeli skincare atau hal serupa lainnya yang saya gunakan untuk perawatan badan. Biasa saya beli saat promo beli 2 gratis 1 dan sering kali berujung terbuang karena sudah expaxet/kadaluarsa sebelum sempat saya gunakan. Karena terkadang saya rasa lebih menguntungkan dan pada kenyataannya itu malah tidak menguntungkan menurut saya malah jadinya uang saya habis hanya untuk produk itu saja."</i>
Bagaimana kamu mengatur pengeluaran keuangan kamu?	<i>Karena saya rasa ketika uang saya ini habis nantinya bakal ada lagi dan lagi namun pada kenyatannya tidak dan terkadang ketika paket saya</i>

	<i>datang tetapi uang saya tidak ada saya mendahulukan membayar paket saya menggunakan uang teman saya. Bahkan sampai saat ini saya tidak pernah memiliki tabungan karena untuk memenuhi keinginan dan kebutuhan saya saja uang saya tidak tercukupi.</i>
--	---

Hasil Wawancara Kepada Siswa Kelas X8 Merdeka Berinisial MS
Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Nama : MS (Nama Inisial)

Tempat/Wawancara : Senin, 21 April 2025

Tempat dan Waktu : Ruang BK

Pertanyaan	Hasil
Berapa kali kamu melakukan belanja dalam sebulan?	<i>Kalau di hitung-hitung itu kak sepertinya dalam satu bulan saya bisa belanja atau menggunakan jasa sekitar 7-8x kak dan ini sudah termasuk juga belanja online. Yang paling sering saya lakukan itu menggunakan jasa layanan grab food untuk order makanan, dalam satu bulan sekitar 8-9x kak.</i>
Apakah kamu sering tergoda oleh promosi, diskon atau ada hal lain yang membuat ketertarikan terhadap godaan saat membeli sesuatu?	Karena barang yang unik dan lucu itu kak jika digunakan biasanya menarik perhatiannya orang lain, selain itu saya juga suka mengoleksi tas atau parfum untuk kesenangan kak. Kalau skincare biasanya saya beli karena fomo ketika melihat review-review dari media sosial
Apakah kamu kesulitan untuk memilih barang yang tepat saat berbelanja?	Sepertinya begitu kak, karena saya sering merasa tidak puas jika tidak membeli barang yang saya inginkan jadi saya berusaha membeli barang untuk memenuhi keinginan saya. Biasanya juga karena saya fomo termakan iklan.
Apakah kamu sering menghabiskan uang lebih banyak dari yang direncanakan saat berbelanja?	Iya kak saat berbelanja saya membeli dua sampai tiga sekaligus bahkan lebih. Seperti membeli skincare, tas, atau parfum. Karena saya juga suka mengoleksi tas dan parfum. Kalau skincare beli lebih ke fomo aja kak. Bahkan ketika belanja minimal barang yang saya beli itu dua barang kak
Bagaimana kamu mengatur pengeluaran keuangan kamu?	Karena saya belum mampu mengontrol diri untuk tidak berbelanja, setiap keluar jalan pasti saya belanja. Walaupun terkadang saya sering menyesal ketika sudah membelinya, mengapa saya membeli barang berlebihan yang menyebabkan keuangan saya tidak stabil bahkan terkadang saya hampir stres memikirkan uang yang saya miliki cepat sekali habis hanya untuk keinginan sesaat saya dan terkadang saya juga mengeluh mengapa saya sulit sekali manabung

Hasil Wawancara Kepada Siswa Kelas X8 Merdeka Berinisial RK
Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Nama : RK (Nama Inisial)

Tempat/Wawancara : Senin, 21 April 2025

Tempat dan Waktu : Ruang BK

Pertanyaan	Hasil
Berapa kali kamu melakukan belanja dalam sebulan?	<i>Hampir setiap hari itu kak saya jajan, kalau belanja saya selama satu bulan paling 3-4 kali saja kak. Tapi kalau jajan bahkan sehari bisa 3x saya makan diluar</i>
Apakah kamu sering tergoda oleh promosi, diskon atau ada hal lain yang membuat ketertarikan terhadap godaan saat membeli sesuatu?	<i>Kalau untuk membeli makan-makanan saya gampang sekali tergoda kak, rasanya sulit menahan diri untuk tidak jajan kalau belanja saya sangat tertarik dengan baju-baju seperti kemeja atau juga skincare yang biasaa saya beli di tiktokshop saat lagi live untuk mendapatkan harga promo. Kalau baju karena saya senang memakai kemeja. Bahkan hampir setiap saya hendak berpergian saya beli baju, hal ini seperti sudah jadi kebiasaan saya kak.</i>
Apakah kamu kesulitan untuk memilih barang yang tepat saat berbelanja?	<i>Seringnya begitu kak, karena saya seringnya membeli karena selerah mata saja dan berujung menyesal ketika sudah membelinya</i>
Apakah kamu sering menghabiskan uang lebih banyak dari yang direncanakan saat berbelanja?	<i>Iya kak saya senang sekali membeli makan-makanan, hampi setiap hari saya makan diluar kak, ntah itu sekedar makan bakso, seblak terkadang juga makan di coffeshop. Kalau belanja barang saya biasa checkout dari shoppe atau tiktokshop tergantung apa yang saya ingin kak. Seperti peralatan skincare saya beli dari tiktokshop karena terkadang kalu lagi live banyak promonya kak</i>
Bagaimana kamu mengatur pengeluaran keuangan kamu?	<i>Karena saya belum mampu mengontrol diri untuk tidak berbelanja membeli makan-makanan, setiap keluar rumah pasti saya belanja dan ketika dirumah saja saya berbelanja kak. Hal ini terkadang membuat saya kebingungan mengelolah keuangan saya kak</i>

Lampiran 05**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)****KONSELING INDIVIDUAL****SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2024/2025****A. IDENTITAS KONSELI (disamarkan)**

Nama	:	JC
Umur	:	17
Jenis Kelamin	:	Wanita
Agama	:	Kristen
Etnis	:	Karo
Kelas/Semester	:	X-8/Ganjil

B. DESKRIPSI MASALAH YANG DIKELUHKAN

Gejala yang ditemukan oleh konselor berdasarkan pertemuan sesi pertama konseling pada saat pelaksanaan layanan konseling individual, ditemukan bahwa konseli memiliki hambatan atau beberapa keluhan. Di antara keluhan tersebut menurut konseli perlu segera untuk diselesaikan dan mengidentifikasi masalah mana yang paling penting untuk diselesaikan terlebih dahulu, sehingga dapat membantu mengurangi keluhan lainnya. Adapun yang dialami konseli diantaranya konseli mengalami kesulitan keuangan karena menghabiskan uang secara berlebihan, merasa stress dan cemas ketika tidak dapat membeli sesuatu yang mereka inginkan, dan juga terkadang merasa bersalah setelah membeli sesuatu yang tidak perlu. Berdasarkan gejala tersebut konselor menduga konseli mengalami perilaku konsumtif.

C. TUJUAN KONSELING

1. Mengurangi perilaku konsumtif yang dialami oleh JC
2. Meningkatkan kesadaran diri JC tentang dampak negative perilaku konsumtif dan membantu mengembangkan perilaku yang lebih positif.

D. TEORI DAN PENDEKATAN YANG DIGUNAKAN

Masalah yang dialami oleh konseli kemungkinan karena kurangnya kesadaran diri serta kurangnya kontrol diri. Maka pendekatan yang digunakan dalam konseling ini adalah *Behavioristik* dengan teknik *Behavior contract*. Pendekatan

ini akan membantu SM untuk mengalihkan fokus pada potensi pemecahan mengurangi permasalahan yang dialaminya, dengan menggunakan teknik ini juga akan membantu SM untuk mencapai keberhasilan bagi dirinya serta membangun kebiasaan yang lebih bijak dalam menggunakan uang.

E. RENCANA LAYANAN KONSELING

1	Teknik Konseling yang akan digunakan	
	Teknik Konseling	Tujuan Penggunaan Teknik Konseling
	Antecedent	Konselor membantu siswa mengidentifikasi situasi atau peristiwa yang memicu perilaku konsumtif yang dialami konseli
	<i>Behavior</i>	Konselor membantu konseli mengidentifikasi perilaku yang ingin diubah
	Consequence	Konselor mengidentifikasi konsekuensi yang akan diterima jika perilaku yang sudah disepakati dilakukan atau tidak dilakukan
2	Rencana pelaksanaan konseling	
	Terlampir dalam rancangan sesi konseling individual dengan menggunakan teknik <i>Behavior contract</i> dengan pendekatan ABC	

RENCANA SESI KONSELING INDIVIDUAL
DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT*

Sesi	Tujuan yang ingin dicapai	Rincian Kegiatan	Durasi	Teknik Konseling
1	• Membina hubungan baik agar proses konseling berjalan dengan baik dan berjalan efektif. • Membicarakan topik netral mengenai hobi konseling • Mengidentifikasi masalah/keluhan yang dipecahkan dalam proses konseling.	• Pengenalan serta menjelaskan proses konseling yang akan dilakukan • Menjelaskan peran dan tugas konselor serta konseli	1x30 Menit	• Open question • Repport
2	• Membina hubungan baik • Merumuskan tujuan spesifik dan merancang alternative pemecahan masalah.	Tahap Awal • Konselor membangun hubungan yang kuat dengan konseli melalui komunikasi untuk memahami dan mendefinisikan masalah yang dihadapinya. Tahap Inti • Konseli melibatkan beberapa langkah penting. Pertama, konselor dan konseli memilih perilaku yang ingin diubah	1x30 menit	• Antecedent • <i>Behavior</i> • Consequence

		melalui analisis ABC. Kemudian menentukan data awal dan jenis penguatan yang akan diterapkan, yaitu membuat kontrak perilaku yang telah disetujui oleh konselor dan konseli. Tahap Akhir Konselor dan konseli bersama-sama membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseli. Menyusun rencana tindak lanjut berdasarkan kesepakatan yaitu implementasi melaksanakan kontrak perilaku dan dilaksanakan pemantau untuk memastikan bahwa perilaku yang diinginkan dapat tercapai.	1x30 Menit	
--	--	--	------------	--

PERJANJIAN/ KESEPAKATAN KONTRAK PERILAKU

KONTRAK PERILAKU

Nama Siswa: Juliana
21 april 2025

Tanggal: senin,

Ketentuan Kesepakatan

Saya(Juliana), berkomitmen untuk mengurangi perilaku konsumtif saya dengan melakukan langkah-langkah berikut :

1. Membuat anggaran: Saya akan membuat anggaran mingguan yang jelas dan memprioritaskan kebutuhan dari pada keinginan.
2. Mengurangi belanja: Saya akan mengurangi belanja barang-barang yang tidak perlu dan memfokuskan pada kebutuhan dasar.
3. Menabung: Saya akan menabung minimal (5000) setiap harinya untuk mencapai tujuan finansial saya.
4. Menghindari godaan: Saya akan menghindari godaan untuk berbelanja secara impulsive dan memikirkan konsekuensi jangka panjang.
5. Mengevaluasi: Saya akan mengevaluasi kemajuan saya setiap hari dan membuat penyesuaian jika diperlukan.

Tujuan

Saya berkomitmen untuk mencapai tujuan sebagai berikut:

1. Mengurangi jumlah pengeluaran dalam jumlah besar
2. Menabung minimal (50000) setiap harinya
3. Meningkatkan kesadaran dan kontrol atas perilaku konsumtif saya

Konsekuensi

Jika saya tidak memenuhi komitmen ini, saya akan (Memberikan jatah uang saku saya kepada saudara saya)

Durasi

Kontrak perilaku ini berlaku selama periode dan akan dievaluasi secara teratur.

Dengan menandatangani kontrak ini, saya berkomitmen untuk mengurangi perilaku konsumtif saya dan mencapai tujuan finansial saya.

(Tanda Tangan)

KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2024/2025

A. IDENTITAS KONSELI (disamarkan)

Nama	:	SM
Umur	:	16
Jenis Kelamin	:	Wanita
Agama	:	Islam
Etnis	:	Minangkabau
Kelas/Semester	:	X-8/Ganjil

B. DESKRIPSI MASALAH YANG DIKELUHKAN

Gejala yang ditemukan oleh peneliti berdasarkan pertemuan sesi pertama konseling pada saat pelaksanaan layanan konseling individual, ditemukan bahwa konseli memiliki hambatan atau beberapa keluhan. Di antara keluhan tersebut menurut konseli perlu segera untuk diselesaikan dan mengidentifikasi masalah mana yang paling penting untuk diselesaikan terlebih dahulu, sehingga dapat membantu mengurangi keluhan lainnya. Adapun yang dialami konseli diantaranya konseli mengalami kesulitan dalam mengontrol dirinya untuk tidak berbelanja, sehingga berbelanja berlebihan dan berakhir dengan penyesalan.

C. TUJUAN KONSELING

3. Mengurangi perilaku konsumtif yang dialami oleh SM
4. Meningkatkan kesadaran diri SM tentang dampak negative perilaku konsumtif dan membantu mengembangkan perilaku yang lebih positif.

D. TEORI DAN PENDEKATAN YANG DIGUNAKAN

Masalah yang dialami oleh konseli kemungkinan karena kurangnya kesadaran diri serta kurangnya kontrol diri. Maka pendekatan yang digunakan dalam konseling ini adalah *Behavioristik* dengan teknik

Behavior contract . Pendekatan ini akan membantu SM untuk mengalihkan fokus pada potensi pemecahan mengurangi permasalahan yang dialaminya, dengan menggunakan teknik ini juga akan membantu SM untuk mencapai keberhasilan bagi dirinya serta membangun kebiasaan yang lebih bijak dalam menggunakan uang.

E. RENCANA LAYANAN KONSELING

1	Teknik Konseling yang akan digunakan	
	Teknik Konseling	Tujuan Penggunaan Teknik Konseling
	Antecedent	Konselor membantu siswa mengidentifikasi situasi atau peristiwa yang memicu perilaku konsumtif yang dialami konseli
	<i>Behavior</i>	Konselor membantu konseli mengidentifikasi perilaku yang ingin diubah
	Consequence	Konselor mengidentifikasi konsekuensi yang akan diterima jika perilaku yang sudah disepakati dilakukan atau tidak dilakukan
2	Rencana pelaksanaan konseling	
	Terlampir dalam rancangan sesi konseling individual dengan menggunakan teknik <i>Behavior contract</i> dengan pendekatan ABC	

RENCANA SESI KONSELING INDIVIDUAL

DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT*

Sesi	Tujuan yang ingin dicapai	Rincian Kegiatan	Durasi	Teknik Konseling
1	• Membina hubungan baik agar proses konseling berjalan dengan baik dan berjalan efektif. • Membicarakan topik netral mengenai hobi konseling • Mengidentifikasi masalah/keluhan yang dipecahkan dalam proses konseling.	• Pengenalan serta menjelaskan proses konseling yang akan dilakukan • Menjelaskan peran dan tugas konselor serta konseli	1x30 Menit	• Open question • Repport
2	• Membina hubungan baik • Merumuskan tujuan spesifik dan merancang alternative pemecahan masalah.	Tahap Awal • Konselor membangun hubungan yang kuat dengan konseli melalui komunikasi untuk memahami dan mendefinisikan masalah yang dihadapinya. Tahap Inti	1x30 menit	• Antecedent • <i>Behavior</i> • Consequence

		• Konseli melibatkan beberapa langkah penting. Pertama, konselor dan konseli memilih perilaku yang ingin diubah melalui analisis ABC. Kemudian menentukan data awal dan jenis penguatan yang akan diterapkan, yaitu membuat kontrak perilaku yang telah disetujui oleh konselor dan konseli. Tahap Akhir • Konselor dan konseli bersama-sama membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseli. Menyusun rencana tindak lanjut berdasarkan kesepakatan yaitu implementasi melaksanakan	1x30 Menit	
--	--	--	------------	--

		kontrak perilaku dan dilaksanakan pemantau untuk memastikan bahwa perilaku yang diinginkan dapat tercapai.		
--	--	--	--	--

KONTRAK PERILAKU

Nama Siswa: Syifa
april 2025

Tanggal: senin, 21

Ketentuan Kesepakatan

Saya(Syifa), berkomitmen untuk mengurangi perilaku konsumtif saya dengan melakukan langkah-langkah berikut :

6. Membuat anggaran: Saya akan membuat anggaran mingguan yang jelas dan memprioritaskan kebutuhan dari pada keinginan.
7. Mengurangi belanja: Saya akan mengurangi belanja barang-barang yang tidak perlu dan memfokuskan pada kebutuhan dasar.
8. Menabung: Saya akan menabung minimal (4000) setiap harinya untuk mencapai tujuan finansial saya.
9. Menghindari godaan: Saya akan menghindari godaan untuk berbelanja secara impulsive dan memikirkan konsekuensi jangka panjang.
10. Mengevaluasi: Saya akan mengevaluasi kemajuan saya setiap hari dan membuat penyesuaian jika diperlukan.

Tujuan

Saya berkomitmen untuk mencapai tujuan sebagai berikut:

1. Mengurangi jumlah pengeluaran dalam jumlah besar
5. Menabung minimal (4000) setiap harinya
6. Meningkatkan kesadaran dan kontrol atas perilaku konsumtif saya

Konsekuensi

Jika saya tidak memenuhi komitmen ini, saya akan (mengurangi kesempatan melakukan kegiatan yang berhubungan dengan konsumsi berlebihan dan mengalokasikan uang saya ke teman saya jika saya tidak memenuhi komitmen ini)

Durasi

Kontrak perilaku ini berlaku selama periode dan akan dievaluasi secara teratur.

Dengan menandatangani kontrak ini, saya berkomitmen untuk mengurangi perilaku konsumtif saya dan mencapai tujuan finansial saya.

(Tanda Tangan)

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2024/2025

A. IDENTITAS KONSELI (disamarkan)

Nama	:	RK
Umur	:	16
Jenis Kelamin	:	Wanita
Agama	:	Islam
Etnis	:	Batak
Kelas/Semester	:	X-8/Ganjil

B. DESKRIPSI MASALAH YANG DIKELUHKAN

Gejala yang ditemukan oleh konselor berdasarkan pertemuan sesi pertama konseling pada saat pelaksanaan layanan konseling individual, ditemukan bahwa konseli memiliki hambatan atau beberapa keluhan. Di antara keluhan tersebut menurut konseli perlu segera untuk diselesaikan dan mengidentifikasi masalah mana yang paling penting untuk diselesaikan terlebih dahulu, sehingga dapat membantu mengurangi keluhan lainnya. Adapun yang dialami konseli diantaranya konseli mengalami kesulitan keuangan sampai mendahulukan uang SPP untuk membeli barang yang ia inginkan.

C. TUJUAN KONSELING

1. Mengurangi perilaku konsumtif yang dialami oleh RK
2. Meningkatkan kesadaran diri RK tentang dampak negative perilaku konsumtif dan membantu mengembangkan perilaku yang lebih positif.

D. TEORI DAN PENDEKATAN YANG DIGUNAKAN

Masalah yang dialami oleh konseli kemungkinan karena kurangnya kesadaran diri serta kurangnya kontrol diri. Maka pendekatan yang

digunakan dalam konseling ini adalah *Behavioristik* dengan teknik *Behavior contract* . Pendekatan ini akan membantu SM untuk mengalihkan fokus pada potensi pemecahan mengurangi permasalahan yang dialaminya, dengan menggunakan teknik ini juga akan membantu SM untuk mencapai keberhasilan bagi dirinya serta membangun kebiasaan yang lebih bijak dalam menggunakan uang.

E. RENCANA LAYANAN KONSELING

1	Teknik Konseling yang akan digunakan	
	Teknik Konseling	Tujuan Penggunaan Teknik Konseling
	Antecedent	Konselor membantu siswa mengidentifikasi situasi atau peristiwa yang memicu perilaku konsumtif yang dialami konseli
	<i>Behavior</i>	Konselor membantu konseli mengidentifikasi perilaku yang ingin diubah
	Consequence	Konselor mengidentifikasi konsekuensi yang akan diterima jika perilaku yang sudah disepakati dilakukan atau tidak dilakukan
2	Rencana pelaksanaan konseling	
	Terlampir dalam rancangan sesi konseling individual dengan menggunakan teknik <i>Behavior contract</i> dengan pendekatan ABC	

RENCANA SESI KONSELING INDIVIDUAL
DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT*

Sesi	Tujuan yang ingin dicapai	Rincian Kegiatan	Durasi	Teknik Konseling
1	• Membina hubungan baik agar proses konseling berjalan dengan baik dan berjalan efektif. • Membicarakan topik netral mengenai hobi konseling • Mengidentifikasi masalah/keluhan yang dipecahkan dalam proses konseling.	• Pengenalan serta menjelaskan proses konseling yang akan dilakukan • Menjelaskan peran dan tugas konselor serta konseli	1x30 Menit	• Open question • Repport

		• Konselor dan konseli bersama-sama membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseli. Menyusun rencana tindak lanjut berdasarkan kesepakatan yaitu implementasi melaksanakan kontrak perilaku dan dilaksanakan pemantau untuk memastikan bahwa perilaku yang diinginkan dapat tercapai.		
--	--	---	--	--

PERJANJIAN/ KESEPAKATAN KONTRAK PERILAKU

KONTRAK PERILAKU

Nama Siswa: Riska
senin, 21 april 2025

Tanggal:

Ketentuan Kesepakatan

Saya(Riska), berkomitmen untuk mengurangi perilaku konsumtif saya dengan melakukan langkah-langkah berikut :

1. Membuat anggaran: Saya akan membuat anggaran mingguan yang jelas dan memprioritaskan kebutuhan dari pada keinginan.
2. Mengurangi belanja: Saya akan mengurangi belanja barang-barang yang tidak perlu dan memfokuskan pada kebutuhan dasar.
3. Menabung: Saya akan menabung minimal (5000) setiap harinya untuk mencapai tujuan finansial saya.
4. Menghindari godaan: Saya akan menghindari godaan untuk berbelanja secara impulsive dan memikirkan konsekuensi jangka panjang.
5. Mengevaluasi: Saya akan mengevaluasi kemajuan saya setiap hari dan membuat penyesuaian jika diperlukan.

Tujuan

Saya berkomitmen untuk mencapai tujuan sebagai berikut:

1. Mengurangi jumlah pengeluaran dalam jumlah besar
2. Menabung minimal (50000) setiap harinya
3. Meningkatkan kesadaran dan kontrol atas perilaku konsumtif saya

Konsekuensi

Jika saya tidak memenuhi komitmen ini, saya akan (menabung 4x lipat dan mengalokasikan jatah uang saku saya ke tabungan semua dan memberikan uang itu kepada adik saya)

Durasi

Kontrak perilaku ini berlaku selama periode dan akan dievaluasi secara teratur.

Dengan menandatangani kontrak ini, saya berkomitmen untuk mengurangi perilaku konsumtif saya dan mencapai tujuan finansial saya.

(Tanda Tangan)

Lampiran 06

DOKUMENTASI



Pelaksanaan Konseling Individual
Sekaligus Kesepakatan Kontrak



Pelaksanaan Konseling Individual
Sekaligus Kesepakatan Kontrak



Pelaksanaan Konseling Individual
Sekaligus Kesepakatan Kontrak



Foto Bersama BK
Sekaligus Wawancara

Lampiran 07 K1



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

FORM K 1

Yth : Ketua dan Sekretaris
 Program Studi Bimbingan Konseling
 FKIP UMSU

Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Risty Dwi Apriananda
 N P M : 2102080025
 Program Studi : Bimbingan Konseling
 Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK = 3,70

Persetujuan Ketua/ Sekretaris Prog. Studi	Judul yang diajukan	Disahkan Oleh Dekan Fakultas
	Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik <i>Behavior Contract</i> Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025	
	Layanan Konseling <i>Behavior</i> Teknik <i>Self Managemen</i> Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa di Sekolah SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025	
	Penerapan Pendekatan Konseling Kognitif <i>Behavior</i> Teknik Medelling Terhadap Disiplin Siswa di Sekolah SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 16 Desember 2024
 Hormat Pemohon

Risty Dwi Apriananda

Dibuat Rangkap 3 :
 - Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 08 K2

FORM K 2



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. KaptenMukhtarBasri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
 Website :<http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

KepadaYth : Ketua dan Sekretaris
 Program Studi Bimbingan Konseling
 FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Risty Dwi Apriananda
 NPM : 2102080025
 ProgramStudi : Bimbingan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak sebagai :

Dosen Pembimbing : Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons *Asbi 14/12*

Sebagai Dosen Pembimbing proposal/risalah/makalah/skripsi saya.
 Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya.
 Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 16 Desember 2024
 Hormat Pemohon,

 Risty Dwi Apriananda

Dibuat Rangkap3 :
 - Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua Prodi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 09

K3



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 Jln. Mukthar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 452/II.3-AU//UMSU-02/ F/2025
 Lamp : —
 Hal : Pengesahan Proyek Proposal
 Dan Dosen Pembimbing

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini .

Nama : Risty Dwi Apriananda
 N P M : 2102080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Penelitian : Peranan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Prilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Pembimbing : Asbi, S.Pd.,M.Pd

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis

proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : **13 Februari 2026**

Medan, 14 Sya'ban 1446 H
 13 Februari 2025 M

Wassalam
 Dekan



Dra. H. Syamsuwarnita, M.Pd
 NIP. 0004066701



Dibuat rangkap 5 (lima) :

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing Materi dan Teknis
4. Pembimbing Riset
5. Mahasiswa yang bersangkutan :

WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



Lampiran 10 Berita Acara Bimbingan Proposal



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 JL. Kapten Muchtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056
 Website: <https://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Nama : Risty Dwi Apriananda
 NPM : 2102080025
 Program Studi : Bimbingan Konseling
 Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Tanda Tangan
16 / Desember 2024	Pengajuan judul & Acc judul	
4 / Januari 2025	Bimbingan Bab 1 dan 2	
17 / Januari 2025	Memperbaiki dan menambahkan Latar belakang masalah	
24 / Januari 2025	Memperbaiki dan menambahkan Fokus Penelitian, dan rumusan masalah	
5 / Februari 2025	Menambahkan Penelitian relevan	
11 / Februari 2025	Acc Seminar Proposal	

Diketahui oleh :
Ketua Prodi


 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Medan, 10 Februari 2025
Dosen Pembimbing


 Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

Lampiran 11 Lembar Pengesahan Proposal



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 JL. Kapten Mochtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056
 Website: <https://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

PENGESAHAN PROPOSAL

Panitia Proposal Penelitian Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Strata – I bagi :

Nama	: Risty Dwi Apriananda
NPM	: 2102080025
Program Studi	: Bimbingan Konseling
Judul Skripsi	: Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik <i>Behavior Contract</i> Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Dengan diterimanya proposal ini, maka mahasiswa tersebut sudah layak melakukan seminar proposal.

Diketahui oleh:

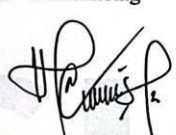
Disetujui Oleh:

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling

Pembimbing



M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.



Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Lampiran 12 Surat Pernyataan



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext, 22, 23, 30

Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

SURAT PERNYATAAN



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Risty Dwi Apriananda
N.P.M : 2102080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Maret 2025

Hormat saya
Yang membuat pernyataan,



Risty Dwi Apriananda

Diketahui Oleh Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasbiyuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 13 Berita Acara Seminar Proposal Skripsi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Senin, Tanggal 24 Februari 2025 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Risty Dwi Apriananda
 N.P.M : 2102080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

No.	Masukan dan Saran
Judul	
Bab I	1. Perbarikan Latar belakang masalah, Penambahan dampak Perilaku Konsumtif. 2. Perbaikan Pada tujuan Penelitian.
Bab II	Penambahan Indikator perilaku konsumtif.
Bab III	
Lainnya	
Kesimpulan	[] Disetujui [] Ditolak [] Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas



M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing



Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons

Panitia Pelaksana,

Ketua



M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris



Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi, Psi Kolog

Lampiran 14 Surat Keterangan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO.:

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Risty Dwi Apriananda
 N.P.M : 2102080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Senin, 24 Februari 2025.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas kesediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, Maret 2025

Diketahui oleh,

Ketua Prodi


M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 15 Lembar Pengesahan Hasil Seminar



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext, 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Risty Dwi Apriananda
 N.P.M : 2102080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Pada hari Senin, 24 Februari 2025 sudah layak menjadi proposal skripsi.

Medan, Maret 2025

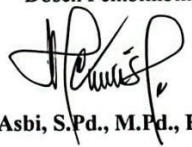
Disetujui oleh :

Dosen Pembahas



M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing



Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons

Diketahui oleh
Ketua Program Studi



M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 16 Permohonan Izin Riset

 UMSU Unggul Cerdas Terpercaya Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggal	MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN	
	UMSU Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 89/SK/BAN-PT/Akred/PT/III/2019 Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003 http://fkip.umsu.ac.id fkip@umsu.ac.id f umsumedan ig um.umedan t umsumedan u umsumedan	

Nomor	: 722/IL3-AU/UMSU-02/F/2025	Medan, 20 Syawal 1446 H
Lamp	: ---	17 April 2025 M
Hal	: Permohonan Izin Riset	

Kepada Yth Bapak / Ibu Kepala
SMA Negeri 1 Tanjung Morawa
Medan
di
Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

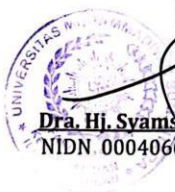
Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktivitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan Skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian/riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama	: Risty Dwi Apriananda
NPM	: 2102080025
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi	: Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik <i>Behavior Contract</i> Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024/2025

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.



Dekan,



Dra. Hj. Syamsuurnita, M.Pd
 NIDN. 0004066701

****Penting!!****

Lampiran 17 Surat Keterangan Sekolah

	PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA DINAS PENDIDIKAN SMAN 1 TANJUNG MORAWA Jl. Sultan Serdang Psr VIII No. 151 Kec. Tanjung Morawa Website : www.sman1tanjungmorawa.co.id Email : smanegerisatu_tanjungmorawa@gmail.com	
NPSN: 10214138	Email : smanegerisatu_tanjungmorawa@gmail.com	Kode POS : 20362
<u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor. 800.2/ 780 /SMAN 1/VI/2025		
Sesuai dengan surat Ibu Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU) Medan Nomor 722/II.3-AU/UMSU-02/F/2025, tentang permohonan izin penelitian, maka dengan ini Kepala Sekolah SMAN 1 Tanjung Morawa, menerangkan bahwa mahasiswi tersebut di bawah ini:		
Nama	: RISTY DWI APRIANANDA	
NPM	: 2102080025	
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling	
Judul Skripsi	: "Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik <i>Behavior Contract</i> Dalam Mengurangi Perilaku Konsumtif Peserta Didik di SMAN 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2024-2025."	
Benar telah selesai melaksanakan penelitian di SMAN 1 Tanjung Morawa pada tanggal 17 April s/d 05 Mei 2025, serta berkelakuan baik selama mengadakan penelitian.		
Demikian Surat Keterangan ini di perbuat untuk dapat digunakan semestinya.		
 Tanjung Morawa, 05 Juni 2025 Kepala Sekolah, MAKHMUR EFENDY SITOMPUL, S.Pd, M.Si Pembina NIP. 19710623 200604 1 014		

Lampiran 18 Hasil Turnitin

16% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

SKRIPSI_RISTY DWI APRIANANDA_PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CON...

NO REPOSITORY 011

Egresados

Trabajos de Grado

Top Sources

15% Internet sources
4% Publications
3% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repository.radenintan.ac.id	3%
2	Internet	eprints.unm.ac.id	2%
3	Internet	core.ac.uk	<1%
4	Internet	123dok.com	<1%
5	Internet	kolompok3.blogspot.com	<1%
6	Internet	repository.uin-suska.ac.id	<1%
7	Internet	eprints.walisongo.ac.id	<1%
8	Internet	repository.umsu.ac.id	<1%
9	Internet	lib.unnes.ac.id	<1%
10	Internet	digilibadmin.unismuh.ac.id	<1%
11	Student papers	UIN Sunan Gunung Djati Bandung	<1%

12	Internet	docplayer.info	<1%
13	Internet	repository.iainpurwokerto.ac.id	<1%
14	Internet	text-id.123dok.com	<1%
15	Internet	johannessimatupang.wordpress.com	<1%
16	Student papers	Universitas Muria Kudus	<1%
17	Internet	etd.uinsyahada.ac.id	<1%
18	Internet	bk14070.blogspot.com	<1%
19	Publication	Bakharudin All Habsy, Ni Kadek Yuanita Adriana Adrianti, Dieni Nur Ilmi Fauziah ...	<1%
20	Internet	journal.unindra.ac.id	<1%
21	Internet	eprints.ung.ac.id	<1%
22	Internet	www.slideshare.net	<1%
23	Internet	www.hayatulkhairulrahmat.web.id	<1%
24	Student papers	UIN Raden Intan Lampung	<1%
25	Internet	arwinzoelfatas.blogspot.com	<1%

12	Internet	docplayer.info	<1%
13	Internet	repository.iainpurwokerto.ac.id	<1%
14	Internet	text-id.123dok.com	<1%
15	Internet	johannessimatupang.wordpress.com	<1%
16	Student papers	Universitas Muria Kudus	<1%
17	Internet	etd.uinsyahada.ac.id	<1%
18	Internet	bk14070.blogspot.com	<1%
19	Publication	Bakharudin All Habsy, Ni Kadek Yuanita Adriana Adrianti, Dieni Nur Ilmi Fauziah ...	<1%
20	Internet	journal.unindra.ac.id	<1%
21	Internet	eprints.ung.ac.id	<1%
22	Internet	www.slideshare.net	<1%
23	Internet	www.hayatulkhairulrahmat.web.id	<1%
24	Student papers	UIN Raden Intan Lampung	<1%
25	Internet	arwinzoelfatas.blogspot.com	<1%

26	Internet	bagawanabiyasa.wordpress.com	<1%
27	Internet	eprints.polbeng.ac.id	<1%
28	Internet	eprints.unmas.ac.id	<1%
29	Internet	library.um.ac.id	<1%
30	Internet	nursecerdas.wordpress.com	<1%
31	Student papers	IAIN Bengkulu	<1%
32	Internet	repositori.uin-alauddin.ac.id	<1%
33	Internet	zombiedoc.com	<1%
34	Student papers	Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah	<1%
35	Student papers	Konsorsium PTS Indonesia - Small Campus II	<1%
36	Internet	digilib.uinsby.ac.id	<1%
37	Internet	repositori.stiamak.ac.id	<1%
38	Publication	Ozzy Rahma Fitri, Arsyadani Mishbahuddin. "PENGARUH LAYANAN KONSELING K...	<1%
39	Internet	e-journal.iaingorontalo.ac.id	<1%

40	Internet	repositori.usu.ac.id	<1%
41	Internet	repository.unmuha.ac.id:8080	<1%
42	Internet	ukinstitute.org	<1%
43	Internet	repository.itsk-soepraoen.ac.id	<1%
44	Student papers	UIN Syarif Hidayatullah Jakarta	<1%
45	Internet	ojs.fkip.ummetro.ac.id	<1%
46	Internet	ojs.unm.ac.id	<1%
47	Internet	repo.undiksha.ac.id	<1%
48	Internet	repository.uinsu.ac.id	<1%
49	Student papers	Smithfield Selma High School	<1%
50	Internet	aimos.ugm.ac.id	<1%
51	Internet	repository.upi.edu	<1%
52	Publication	Siti Rohimah, Uman Suherman. "Optimalisasi Strategi Promosi Bimbingan dan K...	<1%
53	Student papers	Universitas Negeri Medan	<1%

54	Internet	ejournal.unibabwi.ac.id	<1%
55	Internet	eprints.uny.ac.id	<1%
56	Internet	muvigroup.com	<1%
57	Internet	pt.scribd.com	<1%
58	Internet	repository.uinjkt.ac.id	<1%
59	Internet	repository.umnaw.ac.id	<1%
60	Internet	vdocuments.site	<1%
61	Internet	wefaardhika.blogspot.com	<1%
62	Publication	Deffania Indah Sari, Randi Saputra, Barriyati Barriyati. "Upaya Meningkatkan Mot...	<1%
63	Publication	Leli Hayati Gea, Mondang Munthe, Famahato Lase, Elizama Zebua. "PELAKSANAA...	<1%
64	Internet	biologi.um.ac.id	<1%
65	Internet	ejournal.unesa.ac.id	<1%
66	Internet	etheses.iainponorogo.ac.id	<1%
67	Internet	ivan-mahardika-yusuf-fkm16.web.unair.ac.id	<1%

68	Internet	jasapembuatanptkkurikulum2013.blogspot.com	<1%
69	Internet	jurnal.radenfatah.ac.id	<1%
70	Internet	komunikasiumj.blogspot.com	<1%
71	Internet	konveksimangemi.com	<1%
72	Internet	mamikos.com	<1%
73	Internet	media.neliti.com	<1%
74	Internet	menuaiinfo.blogspot.com	<1%
75	Internet	repo.iain-tulungagung.ac.id	<1%
76	Internet	repository.ar-raniry.ac.id	<1%
77	Internet	repository.upstegal.ac.id	<1%
78	Internet	www.korem-043-gatam.mil.id	<1%
79	Internet	bimbingandankaunselingso137.blogspot.com	<1%
80	Publication	Abdur Rahman, Joko Subando. "Implementasi Konsep Ta'dib dalam Pendidikan Is...	<1%
81	Internet	journal.universitaspahlawan.ac.id	<1%