

**TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU HIPERAKTIF PADA PESERTA DIDIK *LOW VISION***

Irna Sriwahyuni, dan Neni Meiyani.

Departemen Pendidikan Khusus  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Email; [irnasriwahyuni347@gmail.com](mailto:irnasriwahyuni347@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh permasalahan yang ada di lapangan, adanya peserta didik berperilaku hiperaktif seperti tidak bisa duduk diam ketika sedang belajar. Tujuan penelitian ini yaitu untuk memperoleh gambaran mengenai “Penggunaan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Hiperaktif Pada Peserta Didik *Low Vision* Kelas I SDLB Di SLB Negeri A Kota Bandung”. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Single Subject Research* (SRR). Desain SRR ini merupakan salah satu jenis penelitian eksperimen. Penelitian ini menggunakan desain A-B-A. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik *behavior contract* berpengaruh terhadap pengurangan perilaku hiperaktif pada peserta didik *low vision* terlihat adanya penurunan. Hal ini terlihat dari hasil perolehan skor *mean level* setiap fase mengalami penurunan, pada fase *baseline 1* (A1) sebesar 55,83%, intervensi (B) sebesar 39,99% dan *baseline 2* (A2) 20,83%. Berdasarkan hasil dari perolehan skor pada *mean level* dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan teknik *behavior contract* berpengaruh terhadap pengurangan perilaku hiperaktif pada peserta didik *low vision*. Hal ini terlihat dari hasil perolehan skor pada setiap fase *baseline 1* (A1), intervensi (B) dan *baseline 2* (A2) yang menurun.

**Kata Kunci:** Teknik Behavior Contact, Hiperaktif, Low Vision.

**Pendahuluan**

Kurang awas (*low vision*) yaitu suatu keadaan dimana berkurangnya penglihatan atau kurangnya pandangan yang diakibatkan adanya kerusakan pada mata dan otak. Istilah lain yang dipakai untuk *low vision* adalah kurang lihat, penglihatan terbatas, atau penglihatan residu selanjutnya disebut sebagai anak kurang awas.

Perilaku merupakan suatu bentuk perbuatan atau aktivitas yang dilakukan oleh individu dalam kehidupan sehari-hari baik yang dapat diamati secara langsung maupun tidak, seperti berjalan, berbicara, menangis, tertawa, menulis, membaca dan sebagainya. Pada dasarnya perilaku yang dimiliki oleh manusia dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor bawaan yang diwariskan oleh orang tua, sedangkan faktor eksternal dapat berupa stimulus-stimulus yang didapatkan dari lingkungannya, baik lingkungan keluarga, sekolah maupun lingkungan masyarakat, sehingga menyebabkan setiap orang memiliki perilaku yang berbeda-beda sebagai akibat dari kedua faktor tersebut. Perilaku itu sendiri pada masyarakat, umumnya dikelompokkan menjadi dua perilaku yang baik (adaptif) dan perilaku yang tidak baik (mal-adaptif). Perilaku baik (adaptif) adalah perilaku yang sesuai dengan aturan maupun norma-norma yang ada dalam lingkungannya, contohnya: peserta didik yang menyelesaikan tugas tepat pada waktunya, peserta didik yang memakai seragam saat berada di sekolah tepat pada waktunya. Perilaku tidak baik (mal-adaptif) adalah perilaku yang tidak sesuai atau bertentangan dengan aturan maupun norma-norma yang ada, seperti: anak yang tumbuh menjadi remaja agresif karena meniru contoh orang tua dan tekanan keadaan dalam keluarga yang tidak harmonis, anak yang suka memukul teman sebayanya, dan sebagainya. Tentu perilaku-perilaku tersebut menimbulkan respon atau dampak negatif tergantung dari perilaku apa yang ditimbulkan. Pada waktu

penulis melakukan observasi di kelas I SDLB, terdapat seorang peserta didik perempuan yang berusia 7 tahun, ia mengalami hambatan penglihatan dengan kategori *low vision*. Peserta didik termasuk cukup pintar, ia bisa mengikuti materi yang disampaikan gurunya dengan baik. Peserta didik selain dikenal pintar juga sebagai peserta didik yang hiperaktif di kelasnya. Saat penulis melakukan observasi di kelas, peneliti melihat bagaimana gambaran perilaku yang nampak saat peserta didik itu melakukan kegiatan proses pembelajaran di kelasnya.

Pada waktu pembelajaran dimulai, pada menit pertama peserta didik itu masih patuh dan mau mendengar apa yang disampaikan oleh guru, akan tetapi hal tersebut tidak berlangsung lama, di menit ke empat, peserta didik itu terlihat mulai gelisah dan bangun dari tempat duduknya. Ia mulai berjalan dan memperlihatkan tingkah hiperaktifnya, kadang-kadang ia juga memukul meja. Saat belajar peserta didik tidak bisa fokus dalam mengikuti pembelajaran, saat belajar ia sering menanyakan yang tidak sesuai dengan materi yang diajarkan, tentunya perilaku ini mengganggu jalannya proses pembelajaran di kelas. Ia akan kembali ke tempat duduknya apabila mendapat teguran dari gurunya. Tidak hanya sekali teguran tapi berulang kali, setelah ia di tegur ia duduk selama beberapa menit setelah itu ia bangun dari tempat duduknya dan kembali berjalan, saat ditegur kadang peserta didik juga suka menantang gurunya ia tidak mau duduk di tempat duduknya. Kemudian sewaktu istirahat anak bermain dan berjalan ke sana ke mari tanpa tujuan yang jelas dan ia tidak pernah merasa lelah. Pada saat makan peserta didik juga tidak bisa duduk dengan lama peserta didik hanya bisa duduk beberapa menit, kemudian ia berjalan sambil membawa makanannya dan makan sambil berjalan, saat diminta untuk duduk anak hanya bisa duduk beberapa menit, setelah itu berjalan kembali. Selain itu apabila ia melakukan sesuatu, seperti ia bisa mengikat tali sepatu, semua orang yang ada dekatnya akan ia minta untuk tepuk tangan, kadang-kadang gurunya tidak mau tepuk tangan tapi ia akan terus memaksa gurunya untuk tepuk tangan dengan cara menangis. Pada saat latihan pramuka peserta didik juga tidak bisa diam, ia berjalan saat lagi latihan pramuka ketika gurunya menegur ia diam, beberapa menit setelah itu mulai berjalan kembali, peserta didik juga sulit menjalankan instruksi yang diberikan oleh gurunya. Peserta didik saat menjalankan latihan pramuka ia terlihat sangat tidak sabar, karena sewaktu latihan pramuka belum selesai ia sudah minta berhenti karena ia sudah merasa bosan.

Menurut pengamatan penulis, perilaku yang dimiliki oleh peserta didik ini sangatlah berbeda dengan perilaku anak yang seusianya. Perilaku peserta didik yang tidak bisa diam selama proses belajar berlangsung, perhatiannya sangat mudah teralihkan peserta didik hanya mampu diam selama kurang lebih 6 menit dalam waktu satu jam pelajaran, itu pun dengan sering mendapat teguran dari gurunya. Jika dilihat dari frekuensinya, peserta didik yang dimaksud melakukan perilaku meninggalkan tempat duduknya kurang lebih 14 kali/satu jam pembelajaran dan perilaku ini konsisten akan terjadi lagi saat pembelajaran yang ke dua. Perilaku yang dimiliki oleh peserta didik ini tidak hanya menimbulkan kerugian bagi diri peserta didik, perilaku ini juga merugikan bagi lingkungannya. Kerugian bagi peserta didik ialah: peserta didik tersebut selalu mendapatkan teguran dari gurunya saat proses belajar mengajar berlangsung, sehingga bisa menurunkan motivasi belajarnya. Saat proses belajar peserta didik yang memiliki perilaku hiperaktif, membuat proses pembelajaran selalu terhambat apabila perilaku hiperaktifnya mulai timbul.

Perilaku hiperaktif ini apabila dibiarkan, maka dikhawatirkan akan mengarah pada keadaan yang tidak terkendali yang akan menambah kerugian pada peserta didik sendiri dan juga orang-orang yang ada di sekitarnya. Bahkan yang lebih parahnya lagi menambah beban sekolah dan orang tua dalam kehidupan masyarakat. Hiperaktif adalah suatu gerakan yang berlebihan melebihi gerakan yang dilakukan secara umum anak seusianya. Biasanya sejak bayi mereka banyak bergerak dan sulit untuk ditenangkan. Jika dibandingkan dengan individu lain yang aktif tapi produktif, perilaku hiperaktif tampak tidak bertujuan. Mereka

tidak mampu mengontrol dan melakukan koordinasi dalam aktivitas motoriknya, sehingga tidak dapat dibedakan gerakan yang penting dan tidak penting. Gerakannya dilakukan terus-menerus tanpa lelah, sehingga kesulitan untuk memusatkan perhatian.

Dari permasalahan di atas, peneliti menggunakan teknik-teknik dalam modifikasi perilaku, yakni untuk menghilangkan atau mengurangi tingkah laku pada perilaku hiperaktif. Salah satu teknik yang digunakan untuk menghilangkan atau mengurangi tingkah laku pada perilaku hiperaktif adalah teknik *behavior contract*. Pendapat ahli yang senada dengan *behavior contract* yaitu Latipun mengemukakan kontrak perilaku (*behavior contract*) adalah: persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistik dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan dari pada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil. Lutfi Fauzan mengemukakan: kontrak perilaku (*behavior contract*) adalah perjanjian dua orang ataupun lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya. Kontrak dapat menjadi alat pengatur pertukaran *reinforcement* positif antara individu yang terlibat. Strukturnya merinci siapa yang harus melakukan, apa yang dilakukan, kepada siapa dan dalam kondisi bagaimana hal itu dilakukan, serta dalam kondisi bagaimana dibatalkan.

*Behavior contract* merupakan perjanjian tertulis yang melibatkan guru dan peserta didik yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku sosial dan akademik yang sesuai dengan aturan sekolah. Intervensi kontrak antara guru dan peserta didik telah meningkatkan kepatuhan peserta didik saat belajar.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Single Subject Research* (SRR). Desain SRR ini merupakan salah satu jenis penelitian eksperimen. Penelitian ini menggunakan desain A-B-A. Menurut (Sunanto, 2005, hlm. 61) menjelaskan, desain A-B-A merupakan salah satu pengembangan dari desain dasar A-B, desain A-B-A ini telah menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dan variabel bebas. Prosedur dasarnya tidak banyak berbeda dengan desain A-B, hanya saja telah ada pengulangan fase baseline. Mula-mula target behavior diukur secara kontinyu pada kondisi baseline (A1) dengan periode waktu tertentu kemudian pada kondisi intervensi (B). Berbeda dengan desain A-B, pada desain A-B-A ini setelah pengukuran pada kondisi intervensi (B) pengukuran pada baseline kedua (A2) diberikan. Penambahan kondisi baseline yang kedua (A2) ini dimaksudkan sebagai kontrol untuk fase intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dan terikat.

## Hasil Penelitian

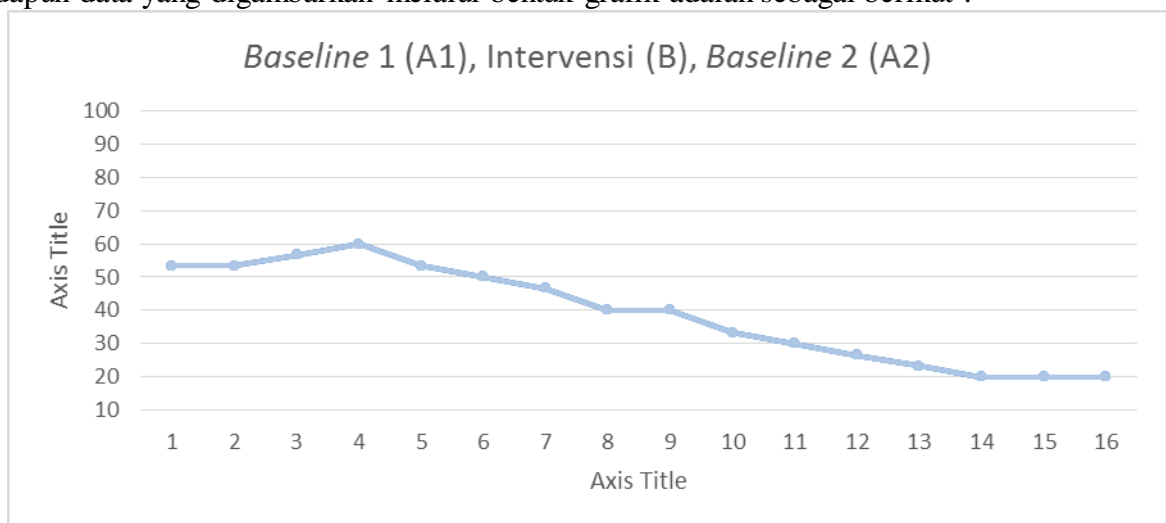
Hasil penelitian perilaku hiperaktif sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik *behavior contract* pada peserta didik *low vision* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1  
Data *Baseline 1* (A1), *Intervensi* (B), *Baseline 2* (A2)

Kondisi	Sesi	Frekuensi	Frekuensi (%)
<i>Baseline 1</i> (A1)	1	16	53,33%
	2	16	53,33%
	3	17	56,66%

	4	18	60%
Intervensi (B)	5	16	53,33%
	6	15	50%
	7	14	46,66%
	8	12	40%
	9	12	40%
	10	10	33,33%
	11	9	30%
	12	8	26,66%
Baseline 2 (A2)	13	7	23,33%
	14	6	20%
	15	6	20%
	16	6	20%

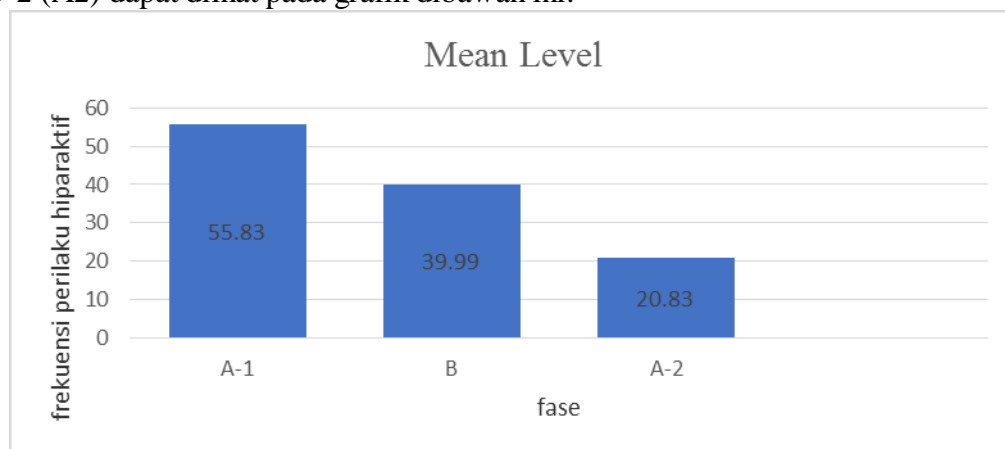
Adapun data yang digambarkan melalui bentuk grafik adalah sebagai berikut :



Grafik 1  
Hasil Presentasi *Baseline 1 (A1), Intervensi (B), Baseline 2 (A2)*

Berdasarkan grafik hasil rekapitulasi di atas dari fase penelitian menunjukkan adanya pengurangan perilaku hiperaktif pada subjek. Mulai dari fase *baseline 1 (A1)*, *Intervensi (B)*, *baseline 2 (A2)*.

Mean level dari masing-masing tahap, yaitu *baseline-1 (A1)*, *intervensi (B)*, dan *baseline-2 (A2)* dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Grafik 4.9  
*Mean level* frekuensi perilaku hiperaktif

Grafik di atas menjelaskan bahwa adanya perubahan pada ketiga kondisi berdasarkan skor mean yang dihasilkan. Skor pada mean level perilaku hiperaktif. Mean level pada fase baseline 1 (A1) menunjukkan sebesar 55,83%, fase intervensi (B) menunjukkan sebesar 39,99% dan pada fase baseline 2 (A2) menunjukkan sebesar 20,83%.

Pada usia sekolah dasar, biasanya peserta didik sudah dapat berperilaku mengikuti peraturan atau tuntunan dari orang tua atau lingkungannya. Menurut Yusuf (2011, hlm, 182) bahwa: Anak mulai mengenal konsep moral (mengetahui benar salah atau baik buruk) pertama kali dari lingkungan keluarga. Pada mulanya, mungkin anak tidak mengerti konsep moral ini, tetapi cepat atau lambat anak akan memahaminya. Usaha menanamkan konsep moral sejak usia dini (prasekolah) merupakan hal yang seharusnya, karena informasi yang diterima anak mengenai benar-salah atau baik buruk akan menjadi pedoman pada tingkah lakunya dikemudian hari. Pada usia sekolah dasar, anak sudah dapat mengikuti peraturan atau tuntunan dari orang tua atau lingkungan sosialnya. Pada dasarnya anak sudah dapat memahami alasan yang mendasari suatu peraturan. Di samping itu, anak sudah dapat mengasosiasikan setiap bentuk perilaku dengan konsep benar-salah atau baik buruk.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku hiperaktif yang dimiliki oleh subjek dengan menggunakan teknik *behavior contract* dalam proses pembelajaran yang berlangsung di dalam kelas. Teknik ini dipilih karena sesuai dengan kondisi subjek. Menurut Latipun kontrak perilaku (*behavior contract*) adalah: Persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan dari pada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada, perilaku hiperaktif pada subjek sudah berkurang. Hal ini dapat dilihat pada setiap fase dari *Baseline 1 (A1)*, *Intervensi (B)* Dan *Baseline 2 (A2)*. Fase *baseline 1 (A1)* dilakukan sebanyak empat sesi, hasil dari fase baseline 1 (A1) perilaku hiperaktif pada kondisi awal sebelum diberikan intervensi mendapat *mean level* sebesar 55,83%. Hasil perhitungan estimasi kecenderungan stabilitas pada fase *baseline 1 (A1)* menunjukkan hasil stabil, data yang didapatkan peneliti sudah stabil peneliti melanjutkan ke fase berikutnya yaitu fase intervensi (B).

Pemberian intervensi (B) yang dilakukan sebanyak delapan sesi dengan menggunakan teknik *behavior contract* dalam setiap kegiatan belajar mengajar yang berlangsung di ruang kelas, kontrak yang berisi perjanjian antara peneliti dan subjek mengenai tugas yang harus subjek laksanakan selama belajar bersama gurunya. Isi dari *behavior contract* tersebut bertujuan untuk mengurangi perilaku hiperaktif yang sering muncul pada subjek di dalam *behavior contract* terdapat *reward* yang bisa subjek dapatkan apabila berhasil melaksanakan kontrak dan hukuman yang harus dilaksanakan apabila subjek gagal melaksanakan kontrak tersebut. Dari hasil pemberian intervensi terlihat adanya penurunan perilaku hiperaktif yang cukup signifikan pada subjek. Penurunan frekuensi yang terjadi adalah 39,99%, yang berarti bahwa penggunaan *behavior contract* ini memberi pengaruh terhadap pengurangan perilaku hiperaktif pada subjek. Setelah pemberian intervensi ini dilakukan selanjutnya ke fase *baseline 2 (A2)*. Fase *baseline 2 (A2)* ini bertujuan untuk melihat apakah perilaku yang sudah dibentuk saat intervensi dengan menggunakan teknik *behavior contract* dapat dipertahankan atau tidak. Hasil penelitian *baseline 2 (A2)* menunjukkan bahwa perilaku yang sudah dibentuk saat pemberian intervensi terus dipertahankan oleh subjek, yakni terjadinya penurunan frekuensi perilaku hiperaktif pada subjek setelah fase intervensi, walaupun persentasenya sebesar 20,83%.

Menurunnya perilaku hiperaktif pada subjek ini diduga diakibatkan oleh adanya *reward* dan hukuman yang ada dalam perjanjian. *Reward* yang diberikan merupakan hal

yang disenangi oleh subjek, sehingga membuat subjek termotivasi untuk melaksanakan perjanjian yang telah disepakati bersama dengan peneliti agar ia mendapatkan reward tersebut dan tidak mendapatkan hukuman yaitu kegiatan yang tidak disenangi subjek. Tentunya pemberian *reward* ini tidak hanya berdampak positif akan tetapi juga berdampak negatif, hal inilah yang menjadi kelemahan dari teknik *behavior contract*. Penggunaan reward ini berdampak negatif apabila subjek menjadi ketergantungan terhadap pemberian reward tersebut, sehingga ia akan berperilaku baik jika ada hal yang menjadi konsekuensi dari perilaku yang akan ia lakukan. Akan tetapi kelemahan ini dapat diatasi dengan cara mengurangi atau perlahan-lahan menghilangkan dengan pemberian *reward* yang berupa kegiatan yang disukai subjek dan penguatan sosial seperti tepuk tangan atau pujian.

### Daftar Pustaka

- Fauzan, L. 2009. *Kontrak Perilaku*. (online). Tersedia: <http://lutfifauzan.wordpress.com/2009/08/09/kontrak-perilaku> (31 Agustus 2017)
- Latipun, (2008). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Safira, D. (2012). *Pengertian Perilaku Mal-Adaptif*. (online). Tersedia: <http://delsajoesafira.blogspot.com/2012/06/pengertian-perilaku-ma-adaptif.html> (31 Agustus 2017)
- Sugiarmin. (2013). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus: Jurusan Pendidikan Khusus FIP UPI*.
- Sunanto, J. K. T. (2005). *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. CRICED University Of Tsukuba: Jurusan Pendidikan Luar Biasa FIP UPI.
- Yusuf, S. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Yusuf, M. Pendidikan Tunanetra Dewasa Dan Pembinaa Karir. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pendidikan Tenaga Akademik