



# JURNAL BASICEDU

Volume 8 Nomor 3 Tahun 2024 Halaman 1813 - 1821

Research & Learning in Elementary Education

<https://jbasic.org/index.php/basicedu>



## Upaya Mengurangi Perilaku Maladaptif Menarik Rambut dengan Teknik Kontrak Perilaku terhadap Siswa *Down Syndrome*

Mia Widia Astuti<sup>1✉</sup>, Dela Devita<sup>2</sup>, Yulvia Sani<sup>3</sup>

Universitas Muhammadiyah Lampung, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

E-mail: [miawidiaaaaastuti@gmail.com](mailto:miawidiaaaaastuti@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini membahas efektivitas kontrak perilaku sebagai strategi intervensi dalam mengurangi perilaku maladaptif, khususnya perilaku menarik rambut pada anak *down syndrome*. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh observasi yang dilakukan oleh peneliti di sebuah sekolah luar biasa, di mana seorang anak perempuan dengan inisial N, menunjukkan perilaku maladaptif yaitu perilaku menarik rambut. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengevaluasi keefektifan kontrak perilaku sebagai intervensi dalam mengurangi perilaku tersebut. Metode penelitian yang digunakan eksperimen dengan desain subjek tunggal atau *Single Subject Research* (SSR) yang mengadopsi desain A-B-A. Desain ini bertujuan untuk menyoroti hubungan sebab-akibat antara variabel dependen (perilaku menarik rambut) dan variabel independen (kontrak perilaku). Data dikumpulkan dengan menggunakan teknik observasi serta dokumentasi, dengan menggunakan perhitungan *tally* untuk merekam data. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik visual grafik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kontrak perilaku efektif dalam mengurangi perilaku menarik rambut pada anak *down syndrome* di salah satu SLB Kota Metro, Lampung. Kesimpulan ini mendukung asumsi bahwa strategi intervensi berbasis kontrak perilaku memiliki potensi untuk menjadi alat yang efektif dalam mengelola perilaku maladaptif pada anak dengan kebutuhan khusus.

**Kata Kunci:** kontrak perilaku, perilaku maladaptif, menarik rambut, down syndrome

### Abstract

*This study discusses the effectiveness of behavior contracts as an intervention strategy in reducing maladaptive behavior, especially hair-pulling behavior in children with Down syndrome. This study was motivated by observations made by researchers at a special school, where a girl with the initials N, showed maladaptive behavior, namely hair-pulling behavior. The main purpose of this study is to evaluate the effectiveness of behavior contracts as an intervention in reducing these behaviors. The research method used was experimental with a single-subject research (SSR) design that adopted the A-B-A design. This design aims to highlight the cause-and-effect relationship between the dependent variable (hair-pulling behavior) and the independent variable (behavior contract). Data collection was conducted through observation and documentation techniques, using tally counts to record data. The collected data were then analyzed using the visual graph technique. The results showed that the application of behavior contracts was effective in reducing hair-pulling behavior in children with Down syndrome in one of the Special Schools in Metro City, Lampung. This conclusion supports the assumption that behavior contract-based intervention strategies have the potential to be an effective tool in managing maladaptive behaviors in children with special needs.*

**Keywords:** behavior contract, maladaptive behavior, hair pulling, down syndrome

Copyright (c) 2024 Mia Widia Astuti, Dela Devita, Yulvia Sani

✉ Corresponding author :

Email : [miawidiaaaaastuti@gmail.com](mailto:miawidiaaaaastuti@gmail.com)

DOI : <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i3.7494>

ISSN 2580-3735 (Media Cetak)

ISSN 2580-1147 (Media Online)

Jurnal Basicedu Vol 8 No 3 Tahun 2024  
p-ISSN 2580-3735 e-ISSN 2580-1147

## PENDAHULUAN

*Down syndrome* merupakan gangguan genetik yang terjadi pada susunan kromosom, sindrom ini merupakan kondisi bawaan yang terdeteksi sejak lahir, disebabkan oleh adanya abnormalitas dalam perkembangan janin (Amanullah, 2022), biasanya *down syndrome* mengalami disabilitas intelektual ringan hingga sedang, gangguan pertumbuhan, dan wajah yang khas. Kini, istilah "*down syndrome*" lebih umum digunakan untuk menggambarkan gangguan genetik yang disebabkan oleh kelebihan kromosom 21. Kehadiran kromosom tambahan pada *down syndrome* menginduksi peningkatan produksi protein tertentu, yang mengganggu proses pertumbuhan yang alami serta mengubah jalur perkembangan otak yang sudah mapan sebelumnya., dampak atau karakteristik ini menyebabkan perilaku maladaptif. Hal tersebut mengakibatkan gangguan pada tahap perkembangan akademik dan emosi sosial anak yang mengalaminya (Pramesti & Qamaria, 2022). Pada tahapan akademik, hal ini dapat mengganggu kemampuan untuk fokus dan berpartisipasi dalam kegiatan belajar sehingga menyebabkan rendahnya pemerolehan kemampuan akademik mereka, yang kedua dampak dari perilaku maladaptif tersebut adalah kesulitan dalam mengendalikan emosi, ini merupakan dampak yang cukup serius bagi anak, pasalnya anak akan meledakkan emosi yang tidak terkendali sewaktu-waktu dengan perilaku bermacam-macam sesuai dengan karakteristik masing-masing anak, selain itu anak sulit memahami aturan dan juga sulit membangun hubungan sosial.

Perilaku yang tidak selaras dengan norma-norma sosial dapat disebut sebagai perilaku maladaptif, sejalan dengan Fauziah & Mulia (2022) Perilaku maladaptif adalah keadaan perilaku yang tidak sejalan dengan lingkungan sekitar, yang mungkin mengakibatkan gangguan bagi individu lain. Menurut Dauly (2021) perilaku maladaptif terbagi menjadi dua kategori yaitu *maladaptive internalizing* dan *maladaptive externalizing*, perbedaan dari kedua perilaku maladaptif tersebut adalah jika *maladaptive internalizing* tidak menyakiti atau menyerang orang lain sedangkan *maladaptive externalizing* merugikan konteks sosial orang lain.

Dengan merujuk pada observasi serta wawancara yang telah dilaksanakan kepada anak pada 1 November 2023, peneliti melihat ada perilaku maladaptif pada seorang siswa *down syndrome* di kelas 1 C dengan usia kalender 7 tahun yaitu menarik rambut, perilaku menarik rambutnya sudah tidak wajar sampai menyebabkan kerontokan yang cukup parah, hal tersebut disebabkan karena penolakan anak ketika diberikan instruksi pembelajaran dan kata-kata larangan, dengan demikian siswa mulai kesal sehingga ia akan menarik rambutnya, ia akan berhenti menarik rambutnya saat mendapatkan apa yang diinginkan, selain itu perilaku tersebut membuat siswa tidak fokus terhadap pembelajaran, dan kelas menjadi tidak kondusif. Temuan dari observasi tersebut konsisten dengan informasi yang diperoleh dari wawancara peneliti dengan guru kelas.. Perilaku agresif secara fisik ini merupakan perilaku maladaptif *externalizing*. Pasalnya perilaku tersebut dapat menyebabkan cedera pada diri siswa itu sendiri, seperti kerusakan pada kulit kepala, rambut yang rontok, atau bahkan luka pada kulit. Hal ini bisa menyebabkan ketidaknyamanan dan rasa sakit, ketika siswa terlibat dalam perilaku menarik rambut secara berulang, perhatian mereka teralihkan dari proses pembelajaran di kelas. Hal tersebut sangat sering terjadi pada saat siswa berada di dalam kelas.

Perilaku maladaptif yang terjadi pada siswa dengan *down syndrome* dapat diminimalisir melalui modifikasi perilaku sebab modifikasi perilaku merupakan salah satu pendidikan kompensatorisnya. Menurut Wolfe dalam Sumiarsih (2019) Konsep modifikasi perilaku pada dasarnya melibatkan penerapan prinsip-prinsip pembelajaran yang terbukti untuk mengubah, mengurangi, atau menghapus perilaku maladaptif, serta merangsang dan memperkuat perilaku adaptif. Sedangkan teknik kontrak perilaku adalah teknik yang digunakan dalam pendekatan modifikasi perilaku, teknik ini digunakan dengan cara melibatkan kesepakatan jelas antara individu yang terlibat, seperti guru, siswa, atau orang tua, mengenai perilaku yang diharapkan dan konsekuensi positif atau negatif yang akan diberikan berdasarkan perilaku tersebut. Sejalan dengan Latipun dalam Sriwahyuni & Meiyani (2018) mengemukakan bahwasanya perjanjian yang terjadi antara dua individu atau

lebih (konselor dan konseli) dengan maksud untuk mengubah perilaku tertentu pada pihak konseli, dikenal sebagai kontrak perilaku atau *behavior contract*.

Penggunaan teknik kontrak perilaku yang berhasil digunakan adalah pada penelitian (Sumiarsih, 2019) yaitu untuk mengurangi perilaku *off task* pada siswa lamban belajar (*slow learner*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik kontrak perilaku efektif untuk mengurangi perilaku *off task* siswa lamban belajar, hal tersebut ditunjukkan dengan berkurangnya frekuensi dan durasi perilaku *off task* yang muncul pada subjek. Penggunaan teknik kontrak perilaku pada anak berkebutuhan khusus juga berhasil digunakan (Sriwahyuni & Meiyani, 2018) dalam memperoleh gambaran mengenai penggunaan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku hiperaktif pada peserta didik *low vision*, hasil penelitian ini disimpulkan bahwasanya penggunaan teknik *behavior contract* berpengaruh terhadap pengurangan perilaku hiperaktif pada peserta didik *low vision* karena terlihat adanya penurunan. 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. Dan penggunaan teknik kontrak perilaku yang berhasil digunakan lainnya adalah pada penelitian (Fikri et al., 2021) untuk mengurangi perilaku membolos pada seorang siswa SMA. Hasil pada penelitian ini adalah penggunaan teknik kontrak perilaku dapat mengurangi perilaku membolos siswa SMA, Hal tersebut dapat dilihat dari perkembangan perilaku membolos pada saat fase *baseline-A1* berada pada kategori tinggi dengan rentang antara 60-80, tetapi pada saat fase intervensi (*baseline-B*) rentang angka tersebut menurun sampai angka 30-50. Dan pada saat memasuki fase *baseline-A2* berada pada rentang 20-30. Dari data ini terbukti bahwa siswa dapat mengurangi perilaku membolosnya.

Melalui penelitian terdahulu yang telah dijelaskan di atas, terdapat kesuksesan dalam penggunaan teknik kontrak perilaku dalam mengurangi perilaku maladaptif pada berbagai konteks pendidikan, seperti pada siswa lamban belajar, peserta didik *low vision*, dan siswa SMA. Hasil-hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik kontrak perilaku efektif dalam mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang lebih adaptif, baik melalui peningkatan pengendalian diri, penurunan perilaku hiperaktif, maupun pengurangan perilaku membolos.

Namun, terdapat kebutuhan akan penelitian yang lebih spesifik dan terfokus pada penerapan teknik kontrak perilaku terhadap siswa dengan *down syndrome*. Meskipun terdapat kesamaan dalam prinsip-prinsip intervensi, karakteristik siswa dengan *down syndrome* mungkin memiliki kebutuhan dan respons yang berbeda dibandingkan dengan siswa-siswa dalam studi terdahulu. Oleh karena itu, gap analisis pada penelitian tentang upaya mengurangi perilaku maladaptif menarik rambut dengan teknik kontrak perilaku terhadap siswa *down syndrome* mencakup kebutuhan untuk mengidentifikasi faktor-faktor spesifik yang mempengaruhi keberhasilan intervensi, seperti tingkat keparahan, tingkat keterlibatan orang tua atau pendamping, serta penyesuaian strategi dan perjanjian sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan individu siswa *down syndrome*. Dengan melakukan gap analisis ini, penelitian dapat memberikan kontribusi yang lebih mendalam dan relevan terhadap pengembangan intervensi yang efektif untuk mengelola perilaku maladaptif pada siswa dengan *down syndrome*.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan SSR (*Single Subjek Research*), SSR adalah penelitian eksperimen yang bertujuan untuk mengamati dan mengevaluasi suatu intervensi yang diberikan kepada subjek melalui periode penilaian yang berulang (Prahmana, 2021). Dalam SSR, peneliti mengamati dan mencatat perilaku individu secara rinci sebelum dan setelah intervensi dilakukan. Seperti pada kasus ini, intervensi yang digunakan adalah modifikasi perilaku melalui teknik kontrak perilaku.

Desain penelitian ini adalah A-B-A, menurut Yuwono (2012) desain A-B-A adalah evolusi desain A-B, dimana dilakukan dua kali pengulangan dalam fase *baseline*, prinsipnya adalah menilai fase *baseline-A1*,

menilai kondisi intervensi, dan kembali menilai pada fase *baseline*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dampak teknik perilaku terhadap pengurangan perilaku maladaptif, yakni menarik rambut.

Dalam konteks ini, diuraikan desain A-B-A sebagai bagian dari pendekatan penelitian: 1). (*baseline-A1*) menunjukkan pengamatan awal perilaku menarik rambut siswa sebelum teknik kontrak perilaku diterapkan, untuk mendapatkan hasil yang stabil penilaian dilakukan secara berulang, 2). (Intervensi) yaitu menggambarkan mengenai perilaku selama diberikan intervensi dengan berulang sehingga mendapatkan hasil yang stabil. Pada penelitian ini menggunakan intervensi berupa teknik kontrak perilaku, 3). (*baseline-2*) adalah pengulangan kondisi *baseline-A1* yang digunakan untuk mengevaluasi apakah intervensi yang digunakan berdampak pada siswa, pengukuran dilakukan sampai mendapatkan data yang stabil.

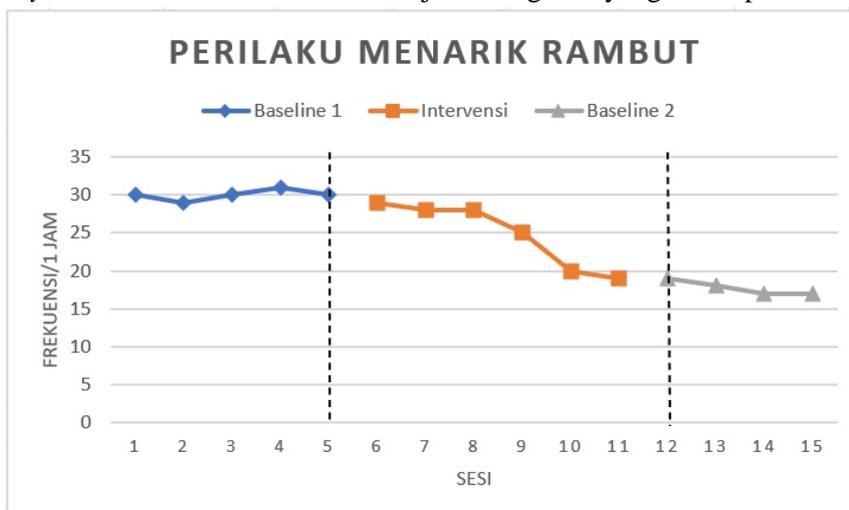
## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Data dikumpulkan dalam rentang waktu 15 pertemuan, mulai dari tanggal 15 Maret hingga 5 April 2024. Tahap awal, yaitu kondisi *baseline 1* (A1), terdiri dari lima pertemuan, sementara tahap intervensi melibatkan enam pertemuan, dan tahap *baseline* (A2) dilakukan selama empat pertemuan. Prosedur kontrak perilaku diterapkan dengan melaksanakan tiga tahap utama. Tahap awal melibatkan persiapan semua kebutuhan eksperimen, termasuk mencari subjek penelitian yang merupakan siswa dengan down syndrome yang memiliki perilaku menarik rambut. Rencana penelitian dan kerja sama dengan guru kelas juga dilakukan untuk mempersiapkan intervensi dan waktu yang tepat. Selain itu, instrumen observasi juga disiapkan untuk digunakan selama penelitian.

Setelah tahap persiapan, tahap berikutnya adalah intervensi. Pada tahap ini, peneliti mengamati perilaku siswa selama 2 jam pembelajaran di kelas secara terus menerus. Intervensi dilakukan dengan menerapkan teknik kontrak perilaku, di mana siswa akan mendapatkan *reward* berupa hadiah makanan atau minuman kesukaannya disaat ia tidak melakukan perilaku menarik rambut selama jam pelajaran, sedangkan jika ia melakukan perilaku menarik rambut pada saat jam pelajaran maka ia tidak akan diberikan *reward*. Data perilaku menarik rambut dicatat menggunakan instrumen *tally* selama dua jam pembelajaran setiap hari.

Tahap akhir penelitian ini adalah fase *baseline-A2*, yang merupakan pengulangan dari fase *baseline-A1*. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi hasil intervensi dengan membandingkan data dari *baseline-A1*, intervensi, dan *baseline-A2*. Oleh karena itu, kesimpulan dari penelitian ini akan menggambarkan apakah penerapan intervensi melalui teknik kontrak perilaku berhasil dalam mengurangi perilaku menarik rambut pada siswa dengan *down syndrome*. Rincian hasil data tersaji dalam grafik yang terlampir berikut ini:



Grafik 1. Kondisi *baseline* (A1), Intervensi (B), dan kondisi *baseline* (A2) dalam perilaku menarik rambut

Berdasarkan grafik 1 di atas disimpulkan dalam tahap A1, perilaku menarik rambut pada siswa terjadi dengan frekuensi yang bervariasi, namun kestabilan data terkonfirmasi pada setiap pertemuan. Pada tahap intervensi (B), frekuensi perilaku menarik rambut menurun secara konsisten, dan stabilitas data tercapai pada pertemuan ke-10 hingga ke-11. Sementara itu, pada tahap A2, frekuensi perilaku menarik rambut juga menurun, dan stabilitas data terpantau pada pertemuan ke-14 dan ke-15. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik kontrak perilaku efektif dalam mengurangi perilaku menarik rambut pada siswa dengan *down syndrome*.

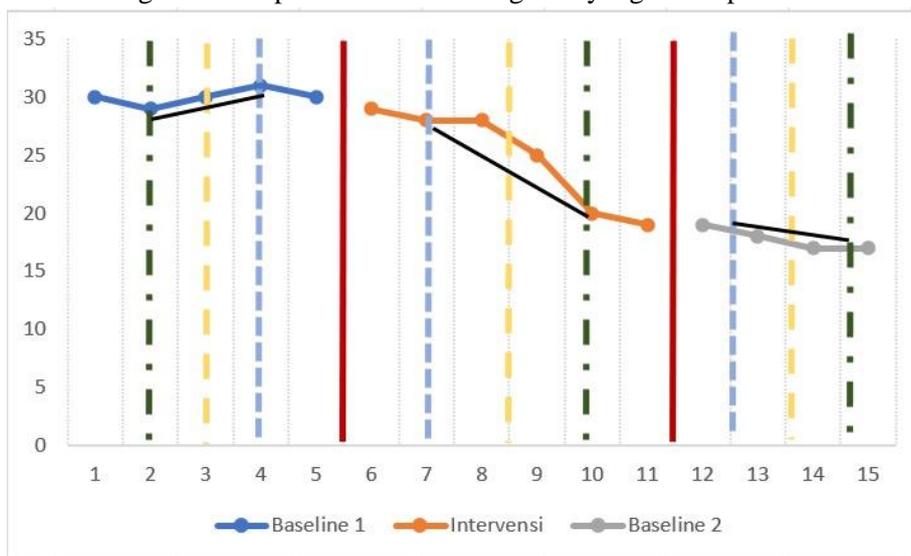
Dalam penelitian ini menggunakan analisis dalam kondisi Menurut Juang dkk (2005) menjelaskan bahwa analisis dalam kondisi yaitu analisis perubahan dalam suatu kondisi, misal kondisi baseline atau kondisi intervensi yang terdiri dari: Panjang kondisi, estimasi kecenderungan arah, kecenderungan stabilitas, rentang, dan level perubahan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

#### 1. Panjang kondisi

Menurut Faturachman dkk (2023) panjang kondisi adalah titik awal yang menentukan jumlah sesi yang dilakukan oleh peneliti dalam suatu fase. Durasi pengamatan untuk setiap kondisi dalam penelitian ini mencerminkan periode waktu yang dialokasikan untuk fase *baseline* (A1), fase intervensi (B), dan fase *baseline* (A2). Secara spesifik, fase *baseline* (A1) berlangsung selama lima pertemuan, disusul oleh fase intervensi (B) yang dilaksanakan dalam enam pertemuan, dan terakhir, fase *baseline* (A2) terdiri dari tiga pertemuan, pelaksanaannya dilakukan dari tanggal 15 Maret sampai 5 April 2024.

#### 2. Estimasi kecenderungan arah

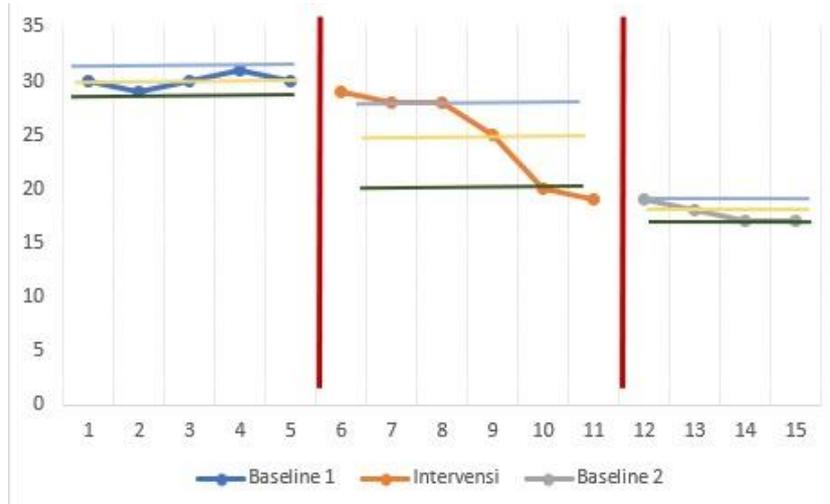
Visualisasi kecenderungan arah dapat diamati melalui grafik yang terlampir di bawah ini:



**Grafik 2. Kondisi Estimasi Kecenderungan Arah**

Kecenderungan arah digambarkan oleh garis lurus yang melintasi semua data dalam suatu kondisi dimana banyaknya data yang berada di atas dan di bawah garis tersebut sama banyak. Menurut Malik dkk (2024) terdapat dua pendekatan untuk membuat garis ini: Pertama, menggunakan metode tangan bebas, di mana garis dibuat secara langsung pada data sehingga membagi jumlah titik data yang sama di atas dan di bawah garis. Kedua, menggunakan metode belah tengah, di mana garis lurus dibuat berdasarkan median data, membagi jumlah titik data yang sama di kedua sisi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode belah tengah untuk mengestimasi kecenderungan arah. Pada tahap *baseline* (A1), arah kecenderungan data menunjukkan pertumbuhan negatif (+), pada tahap intervensi (B) setelah pemberian intervensi, arah kecenderungan data menunjukkan penurunan positif (+), dan pada tahap *baseline* (A2), arah kecenderungan data menunjukkan penurunan positif (+).

### 3. Kecenderungan stabilitas



**Grafik 3. Kondisi Kecenderungan Stabilitas Dengan Kriteria 15%**

Data grafik menunjukkan bahwa selama lima sesi pada fase baseline (A1), rata-rata frekuensi siswa menarik rambut adalah 30, dengan batas atas 32,3 dan batas bawah 27,7. Pada fase intervensi (B) yang meliputi enam sesi, terjadi penurunan rata-rata menjadi 24,8, dengan batas atas 26,9 dan batas bawah 22,7. Sementara pada fase baseline (A2) selama empat sesi, rata-rata menurun menjadi 17,75, dengan batas atas 19,1 dan batas bawah 16,3.

### 4. Level perubahan

Perubahan level dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengamati data pada sesi terakhir. Pada kondisi *baseline 1* (A1), frekuensi perilaku menarik rambut siswa mengalami kenaikan dari 30 hingga 31, menunjukkan peningkatan sebesar 2 kali. Pada kondisi intervensi, frekuensi perilaku tersebut menurun dari 29 menjadi 19, mencerminkan penurunan sebanyak 10 kali. Sedangkan pada kondisi *baseline A2*, terdapat penurunan dari 19 menjadi 17, menunjukkan penurunan sebanyak 2 kali.

### Pembahasan

Pembahasan pada penelitian ini adalah tentang mengurangi perilaku menarik rambut pada siswa *down syndrome* kelas I di SLB Harapan Ibu Metro, Lampung. *Down syndrome* merupakan individu yang terlahir dengan kondisi genetik yang disebabkan oleh kelebihan kromosom 21, yang mengakibatkan sejumlah karakteristik fisik dan perkembangan kognitif yang berbeda dengan anak pada umumnya. Menurut Ayuningrum & Afif (2020) 25% gangguan genetik ditemukan oleh anak-anak dengan hambatan intelektual. Jenis hambatan intelektual kongenital yang paling umum adalah *down syndrome* yang dikarenakan oleh ketidaksesuaian kromosom, yakni terciptanya kromosom 21, kromosom ini diakibatkan oleh kegagalan saat pembelahan yaitu sepasang kromosom yang saling memisahkan.

Individu dengan *down syndrome* memiliki hambatan dalam intelektual dan tumbang kembang yang lambat, hal ini yang menyebabkan perbedaan antara perilaku anak dengan *down syndrome* dengan anak reguler. Dikemukakan oleh Hidayat dkk. (2018) perilaku *down syndrome* dikelompokkan sesuai dengan tingkat intelegensinya, yaitu: 1). Rendah: Senang berbicara dengan siapapun termasuk pada orang yang baru ia temui, berbicara lancar tetapi tidak semua anak *down syndrome*, senang bermain dengan teman, senang mencari perhatian pada orang yang baru ia temui, mau belajar tetapi tidak semua pelajaran ia inginkan, cukup bisa diatur dan mandiri, 2). Sedang: Sebagian mampu berbicara lancar, cenderung lebih memilih diam, terkadang lebih suka menyendiri, dan *mood* belajar berubah-ubah. Meskipun sulit diatur, mereka memiliki potensi untuk mencapai kemandirian yang memadai, 3). Berat: Tidak mampu berbicara, berbicara dengan bahasa tubuh, lebih suka diam, enggan untuk berpikir, tidak suka bersosialisasi, dan sulit diatur.

Perilaku maladaptif merupakan perilaku yang timbul dengan ciri penyimpangan terhadap perilaku pada umumnya, perilaku ini membuat individu menghadapi masalah dalam berfungsi secara efektif di kehidupan sehari-hari. Sesuai dengan Ni'mah dkk. (2021) perilaku maladaptif merupakan perilaku yang menyimpang atau berbeda dengan tujuan. Menurut Daulay (2021) jenis perilaku maladaptif ada 2 yaitu: 1). *Maladaptive internalizing* yang merupakan tindakan yang tidak mendatangkan rasa sakit atau agresi terhadap individu lain, mencakup terhadap gangguan emosional pada kondisi psikologis, seperti kecemasan, depresi, serta adanya keluhan kesehatan seperti sensasi sakit dan ketidaknyamanan, dan 2). *Maladaptive externalizing* yang merupakan tindakan yang menimbulkan dampak negatif pada individu lain. Contoh perilaku tersebut melibatkan tindakan impulsif tanpa pertimbangan, demonstrasi amarah yang meledak, ketidakpatuhan dan sikap menentang terhadap lingkungan sekitar. Selain itu, ketidakmampuan untuk memahami atau menunjukkan empati terhadap individu lain, berbohong, mencuri, agresif fisik (seperti pukulan, tendangan, atau gigitan), sikap keras kepala, pertanyaan yang merendahkan orang di depan publik, serta perilaku yang tidak sesuai dengan harapan orang lain.

Modifikasi perilaku adalah suatu pendekatan atau proses yang digunakan dalam mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku yang lebih adaptif. Nurfadilah (2021) mengungkapkan bahwa modifikasi perilaku adalah salah satu upaya untuk menghapus perilaku yang tidak sesuai, dengan cara melalui pendekatan atau metode sesuai dengan prosedur, sejalan dengan Asri & Suharni (2021) Modifikasi perilaku adalah langkah yang diambil dengan maksud memodifikasi perilaku seseorang, dengan menerapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang telah diuji secara sistematis. Tujuannya adalah untuk mengarahkan perilaku yang maladaptif menjadi perilaku yang lebih adaptif.

Teknik kontrak perilaku adalah perjanjian antara kedua belah pihak yang bertujuan guna menetapkan tujuan perilaku yang diinginkan, metode yang digunakan serta konsekuensi apa yang akan diterapkan. Menurut Latipun (2008) *behavior contract* memiliki struktur yang jelas, yaitu dari subjek, kondisi bagaimana kontrak perilaku dilaksanakan, dan dalam kondisi bagaimana kontrak dapat dibatalkan. Sedangkan menurut Wahyuni (2016) kontrak perilaku merupakan suatu perjanjian antara anak dengan guru baik secara lisan maupun tertulis untuk berperilaku tertentu dan akan diberikan penghargaan Adapun kekurangan dan kelebihan kontrak perilaku menurut Ratnasari (2014): (1). Membutuhkan waktu yang lama dalam menjalankan prosedurnya, tergantung pada kemampuan individu, (2). Konselor yang tidak memberikan reinforcement dengan baik dapat menyebabkan pelaksanaan kurang efektif, dan (3) Tidak mudah untuk menentukan reinforcement dikarenakan berkaitan dengan karakteristik konseli sedangkan kelebihannya: (1). Penerapannya cukup sederhana, (2). Mampu digabungkan dengan metode lain, (3). Mampu diterapkan baik pada tingkat individu maupun dalam konteks kelompok.

Berdasarkan data hasil penelitian dalam mengurangi perilaku menarik rambut pada anak down syndrome di salah satu SLB Metro, Lampung. Penelitian ini melibatkan serangkaian 15 sesi pertemuan, yang dibagi menjadi tiga kondisi berbeda, yaitu kondisi *baseline* (A1) dengan lima sesi pertemuan, kondisi intervensi dengan enam sesi pertemuan, dan kondisi *baseline* (A2) dengan empat sesi pertemuan. Pada kondisi *baseline* A1 perilaku menarik rambut pada siswa down syndrome stabil dari pertemuan pertama sampai kelima dengan frekuensi 30 kali menarik rambut. Dalam fase intervensi, tercatat bahwa perilaku menarik rambut anak menunjukkan stabilitas pada pertemuan ke-10 hingga ke-11, dengan frekuensi terjadinya perilaku tersebut sebanyak 20 kali. Pada fase *baseline* (A2), perilaku menarik rambut anak juga menunjukkan kestabilan pada pertemuan ke-14 dan ke-15, dengan frekuensi 17 kali.

Temuan dari penelitian ini menegaskan bahwa penerapan kontrak perilaku secara berulang memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi perilaku maladaptif, khususnya perilaku menarik rambut pada anak-anak. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afdhalul Fikri dalam kajiannya yang berjudul "Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMA NEGERI 11 SIDRAP". Analisis yang telah disampaikan mendukung kesimpulan bahwa intervensi berupa penerapan

kontrak perilaku mampu menurunkan tingkat perilaku maladaptif pada anak *down syndrome* di salah satu SLB di Metro, Lampung.

Keterbatasan dalam penelitian tentang upaya mengurangi perilaku maladaptif menarik rambut dengan teknik kontrak perilaku terhadap siswa *down syndrome* mungkin termasuk batasan dalam generalisasi temuan. Penelitian ini mungkin terbatas pada satu lokasi atau kelompok sampel yang terbatas, sehingga membatasi kemampuan untuk menggeneralisasi hasil pada populasi siswa *down syndrome* secara luas. Selain itu, faktor-faktor individual seperti tingkat keparahan, kondisi kesehatan fisik dan mental yang beragam, serta dukungan sosial yang berbeda dapat memengaruhi respon terhadap intervensi.

Implikasi artikel terhadap perkembangan keilmuan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman kita tentang manajemen perilaku pada siswa dengan *down syndrome*. Meskipun masih ada kebutuhan untuk penelitian lebih lanjut yang lebih luas dan mendalam, penelitian ini menyediakan landasan yang kuat untuk pengembangan intervensi yang efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif pada siswa dengan kebutuhan khusus ini. Implikasi praktis dari artikel ini juga dapat membantu para praktisi pendidikan khusus dan konselor dalam merancang program intervensi yang lebih efektif dan individualistik untuk siswa dengan *down syndrome*, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dari penelitian yang telah dilaksanakan, dapat diambil kesimpulan bahwa penggunaan kontrak perilaku efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif menarik rambut pada anak *down syndrome*. Hal ini didukung oleh data perolehan yang dikumpulkan pada setiap tahap penelitian, yaitu kondisi *baseline* pertama (A1), intervensi (B), dan kondisi *baseline* kedua (A2). Penelitian ini melibatkan total 15 sesi pertemuan, dengan lima sesi pada kondisi *baseline* pertama (A1), enam sesi pada intervensi (B), dan lima sesi pada kondisi *baseline* kedua (A2). Temuan ini menegaskan bahwa penerapan kontrak perilaku merupakan strategi yang efektif dalam mengelola perilaku maladaptif menarik rambut pada anak *down syndrome* di salah satu SLB di Metro, Lampung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amanullah, A. S. R. A. (2022). *Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus : Tuna*. 1(1), 1–14. <https://ejournal.iaitabah.ac.id/index.php/almurtaja/article/view/1793>
- Asri, dahlia novarianing, & Suharni. (2021). *Modifikasi Perilaku Teori dan Penerapannya* (D. Apriandi (ed.); 1 ed.). UNIPMA Press. <http://eprint.unipma.ac.id/145/1/68>. Modifikasi perilaku teori dan penerapannya (fulltext).pdf
- Ayuningrum, D., & Afif, N. (2020). Interaksi Sosial Anak Down Syndrome di TK Nusa Indah Jakarta. *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 3(01), 141–162. <https://doi.org/10.37542/iq.v3i01.58>
- Daulay, N. (2021). Perilaku Maladaptive Anak dan Pengukurannya. *Buletin Psikologi*, 29(1), 45. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.50581>
- Faturachman, F., Ahman, & Adiwinata, A. H. (2023). *Konseling Kelompok Self-Management Untuk Mereduksi Hubungan Parasosial*. 9, 195–206. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v9i2.12876>
- Fauziah, H., & Mulia, D. (2022). *Metode Social Story Untuk Mengurangi Perilaku Maladaptif Anak*. 8(4), 1444–1452. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.3816>
- Fikri, A., Sinring, A., & Pandang, A. (2021). *Penerapan Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMA Negeri 11 Sidrap Application of Behavior Contract Techniques to Reduce Student Ditching*. 1, 1–26. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25296>
- Hidayat, Y. N., Mauliani, L., & S, A. F. (2018). Rehabilitasi Down Syndrome di Jakarta. *Jurnal Arsitektur Purwarup*, 2(2), 43–56. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/purwarupa/article/download/2732/2919>

- 1821 *Upaya Mengurangi Perilaku Maladaptif Menarik Rambut dengan Teknik Kontrak Perilaku terhadap Siswa Down Syndrome – Mia Widia Astuti, Dela Devita, Yulvia Sani*  
DOI: <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i3.7494>
- Juang, S., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). Pengantar Pendidikan dengan Subjek Tunggal. In *Cricet: Universitas Tsukuba* (1 ed.).
- Latipun. (2008). *Psikologi Konseling* (3 ed.). UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Malik, M. L., Pandang, A., & Latif, S. (2024). Penerapan Teknik Behavior Contract Untuk Meningkatkan Perilaku Kedisiplinan Masuk Sekolah Siswa Sekolah Menengah Pertama di Toraja Utara. *4*(3), 84–99. <https://journal.unm.ac.id/index.php/PJAHSS/article/view/1810>
- Ni'mah, K., Sari, nina permata, & Arsyad, M. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Extinction Untuk Mengurangi Perilaku Maladaptif pada Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 10 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, *4*(3), 213–221. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/article/download/1519/1204>
- Nurfadilah, M. F. I. (2021). Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini untuk Mengatasi Temper Tantrum pada Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, *10*(1), 76. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/28831/15926>
- Prahmana, R. C. I. (2021). Single Subject Research (Teori dan Implementasinya: Suatu Pengantar). In R. C. I. Prahmana (Ed.), *Journal of Chemical Information and Modeling* (1 ed., Vol. 53, Nomor 9). UAD Press. <http://eprints.uad.ac.id/id/eprint/24309>
- Pramesti, A., & Qamaria, R. S. (2022). Penerapan Komunikasi Terapeutik dengan Media Flash Card pada Anak yang Mengalami Down Syndrome. *2*(2), 159–169. <https://doi.org/10.53624/ptk.v2i2.92>
- Ratnasari, R. (2014). *Pengurangan dan Penghapusan Perilaku*. slide share a scribd company. <https://www.slideshare.net/Riezkaratna/pengurangan-dan-penghapusan-perilaku>
- Sriwahyuni, I., & Meiyani, N. (2018). Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Hiperaktif pada Peserta Didik Low Vision. *19*(1), 49–54. [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=irna+sriwahyuni+teknik+behavior&btnG=#d=gs\\_qabs&t=1699023006797&u=%23p%3D52k8O\\_dJskAJ](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=irna+sriwahyuni+teknik+behavior&btnG=#d=gs_qabs&t=1699023006797&u=%23p%3D52k8O_dJskAJ)
- Sumiarsih. (2019). Efektivitas Teknik Kontrak Perilaku (Behavioral Contracts) untuk Mengurangi Perilaku Off Task Pada Siswa Lamban Belajar (Slow Learner) Kelas V di SD 1 Tirenggo. *8*(10), 71–84. [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=sumiarsih+efektivitas+teknik+kontrak+perilaku&btnG=#d=gs\\_qabs&t=1716282866057&u=%23p%3DRjJWyyYy5WgJ](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=sumiarsih+efektivitas+teknik+kontrak+perilaku&btnG=#d=gs_qabs&t=1716282866057&u=%23p%3DRjJWyyYy5WgJ)
- Wahyuni, S. (2016). Peningkatan Kedisiplinan Siswa melalui Teknik Kontrak Perilaku ( Behavior Contract ) Di Tk Aba Pakis. 270–278. <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pgpau/article/download/1258/1133>
- Yuwono, I. (2012). *Penelitian SSR (Single Subject Research)* ( agus pratomo andi Wibowo & rohmah ageng Mursita (ed.); 1 ed.). Universitas Lambung Mangkurat.