

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Penyandang disabilitas mental adalah seseorang yang mengalami gangguan fungsi pikir, emosi, dan perilaku.<sup>1</sup> Penyandang disabilitas mental adalah Orang Dalam Masalah Kejiwaan (ODMK) dan juga Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) yang seiring berjalannya waktu mengalami hambatan dalam fungsi sosialnya seperti interaksi dan partisipasi di masyarakat. Dalam Undang-Undang Kesehatan Jiwa Nomor 18 Tahun 2014 dijelaskan bahwa permasalahan gangguan jiwa atau disabilitas mental merupakan permasalahan yang berkaitan dengan pikiran, perilaku, dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk gejala-gejala dan/atau perubahan tingkah laku.

Berbagai macam faktor diketahui dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan jiwa seperti faktor biologis, yaitu seperti penyakit kronis yang mempengaruhi otak, juga penyalahgunaan narkotika, psikotropika, dan zat adiktif (Napza). Selain itu ada faktor psikologis, yaitu pola adaptasi, pola penyelesaian masalah, pola mekanisme pertahanan diri dan juga pola kepribadian. Faktor selanjutnya yakni faktor sosial dan spiritual, yaitu seperti pola relasi, sistem dukungan, situasi krisis, stresor dan pemicu.<sup>2</sup> Setiap individu dapat berpotensi mengalami gangguan jiwa, dan permasalahan tersebut tidak hanya membebani diri penyandang saja, melainkan keluarganya juga, jikalau hal itu tidak ditangani secara cepat dan tepat.

Para penyandang disabilitas mental seringkali mendapat perilaku negatif dari oknum masyarakat. Mereka didiskriminasi, dicemooh, diperbudak, juga diperlakukan selayaknya bukan manusia. Mereka dianggap berbahaya, dipandang

---

<sup>1</sup> Haryanto, Haris Iryanto, *Pelayanan Publik Bagi Penyandang Disabilitas*, (Malang: Media Nusa Creative, 2021), h.23.

<sup>2</sup> A.M. Widyaiswara, "Konsep, Permasalahan, dan Solusi Penyandang Disabilitas Mental di Indonesia", *Jurnal Quantum: Ilmiah Kesejahteraan Sosial*, Vol. XIV No. 26 (Juli-Desember 2018) Kementerian Sosial Republik Indonesia, h. 103

beda, diasingkan, dan juga tidak mendapat tempat dalam masyarakat. Hal-hal semacam itulah yang memicu individu yang mengalami disabilitas mental ini menjadi lemah serta tidak percaya diri untuk berada di ruang lingkup masyarakat. Akibatnya mereka sulit untuk menjadi stabil dan sulit untuk kembali menjalani fungsi sosialnya sebagai manusia normal pada umumnya. Hal ini dapat menciptakan ketegangan emosional dan frustrasi, yang pada gilirannya dapat menghasilkan perilaku agresif sebagai bentuk respons terhadap perlakuan yang tidak adil.

Selain faktor internal yang memengaruhi munculnya perilaku agresif pada penyandang disabilitas mental, interaksi sosial yang buruk di lingkungan tempat tinggal juga turut memperburuk keadaan. Individu dengan gangguan mental sangat rentan terhadap penolakan sosial, yang dapat menurunkan harga diri dan memperkuat mekanisme defensif dalam bentuk agresivitas. Lingkungan yang tidak suportif juga berkontribusi terhadap ketidakstabilan emosi, sebagaimana diungkapkan oleh Stuart & Laraia bahwa salah satu pendorong perilaku maladaptif pada klien psikiatri adalah minimnya dukungan sosial yang diterima dari lingkungan sekitar.<sup>3</sup> Selain itu, keterbatasan tenaga profesional dalam penanganan psikososial di panti rehabilitasi juga menjadi kendala tersendiri. Beberapa lembaga sosial masih mengandalkan pendekatan represif ketimbang intervensi terapeutik, padahal perilaku agresif memerlukan pendekatan yang sistematis dan empatik. Pendekatan konseling yang dirancang dengan mempertimbangkan karakteristik klien mampu menghasilkan perubahan perilaku yang bermakna.<sup>4</sup>

Dengan mempertimbangkan kompleksitas tersebut, dibutuhkan suatu strategi intervensi yang tidak hanya terstruktur, tetapi juga adaptif terhadap kondisi individu. Salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif dalam memodifikasi perilaku adalah teknik *behavioral contract*, yang berakar pada teori pembelajaran perilaku Skinner dan Bandura. Teknik ini bekerja berdasarkan prinsip penguatan

---

<sup>3</sup> Stuart, Gail Wiscarz, dan Michele T. Laraia, *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*, 8th ed. (St. Louis: Mosby Elsevier, 2005), hlm. 56.

<sup>4</sup> Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, 9th ed. (Belmont, CA: Brooks/Cole, 2013), hlm. 8–9.

(reinforcement), yang diyakini mampu mengubah perilaku melalui kontrak atau kesepakatan bersama.<sup>5</sup>

Perilaku agresif merupakan perbuatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan untuk menyakiti juga merugikan orang lain,<sup>6</sup> yaitu segala bentuk perbuatan yang dilakukan individu kepada individu lain yang sifatnya merugikan. Perilaku agresif adalah tindakan yang sengaja merugikan orang lain, menunjukkan perilaku negatif di mana individu tersebut memiliki niat untuk menyerang dan melukai, baik secara fisik (non-verbal) maupun dengan kata-kata (verbal).<sup>7</sup> Perilaku agresif adalah perilaku yang sengaja dilakukan dengan tujuan merugikan orang lain. Ini mencerminkan perilaku negatif di mana individu tersebut memiliki niat yang jelas untuk menyerang dan melukai, baik melalui tindakan fisik yang tidak melibatkan kata-kata (non-verbal) maupun melalui penggunaan kata-kata yang menyakiti atau merendahkan (verbal). Dalam konteks ini, perilaku agresif dapat melibatkan ekspresi emosional yang destruktif, manifestasi fisik agresi, atau penggunaan bahasa kasar dan mengancam. Tujuan utama dari perilaku ini adalah untuk menciptakan dampak negatif pada individu lain, baik secara fisik maupun psikologis, dan seringkali melibatkan ketidakpedulian terhadap kesejahteraan orang lain. Perilaku agresif merupakan suatu cara untuk melawan dengan dorongan yang begitu kuat, dengan cara; upaya melukai, menyerang, perkelahian, membunuh, ataupun menghukum orang lain. Secara sederhananya agresi merupakan tindakan yang ditujukan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain.<sup>8</sup> Dari berbagai definisi agresi yang telah disajikan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku agresif merupakan ekspresi dari perasaan frustrasi yang diarahkan untuk mengatasi hambatan atau menghukum individu lain, dengan tujuan melukai mereka baik secara fisik maupun psikologis, yang dapat termanifestasi dalam bentuk tindakan fisik maupun verbal.

---

<sup>5</sup> Miltenberger, R. G. (2012). *Behavior Modification: Principles and Procedures* (5th ed.). Wadsworth

<sup>6</sup> Hidayat Ma'ruf, *Perilaku Agresi Relasi Siswa di Sekolah (Mengenal dan Menyelesaikannya melalui Mediasi Sebaya)*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015), h. 19.

<sup>7</sup> Yuspend, *Praktik Psikologis Klinis Anak dan Remaja*, (Yogyakarta: Zahir, 2023), h.68.

<sup>8</sup> Badrun Susantyo, "Memahami Perilaku Agresif", *Jurnal Quantum*, Vol. XVI No. 03 (2011) Kementerian Sosial Republik Indonesia, h. 190.

Dalam pandangan agama islam, tindakan menyakiti orang lain baik secara verbal maupun nonverbal merupakan hal buruk yang sepatutnya seseorang hindari. Menjaga hubungan baik dengan orang lain merupakan perihal penting yang harus dilakukan oleh diri pribadi seseorang khususnya kepada sesama kaum muslim, oleh karenanya seseorang harus menjaga lisan dan perbuatannya untuk tetap menjaga hubungan yang baik dengan orang lain.

Hadits riwayat Bukhari dan Muslim:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "الْمُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ"

Artinya: "*Dari Abu Hurairah, ia berkata bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Seorang Muslim adalah orang kaum muslimin yang selamat dari lisan dan tangannya."* (HR. Bukhari no. 10 dan Muslim no. 40).<sup>9</sup>

Hadits ini mengajarkan kepada kita tentang pentingnya menjaga lisan dan tangan agar tidak menyakiti orang lain. Lisan dan tangan adalah dua anggota tubuh yang paling sering digunakan untuk menyakiti orang lain. Dengan lisan, kita bisa menyakiti orang lain dengan perkataan yang menyakitkan, fitnah, atau bahkan ujaran kebencian. Dengan tangan, kita bisa menyakiti orang lain dengan kekerasan fisik, seperti memukul, melukai, atau bahkan membunuh.

Dalam penerapannya, tindakan agresif bisa jadi termasuk ke dalam dosa besar, tergantung seberapa besar akibat yang ditimbulkan dari tindakan agresif itu sendiri. Dalam Al-Qur'an, Allah menjelaskan kepada kita umat manusia bahwasannya kita harus menjauhi dosa-dosa besar dan perbuatan keji. Selain itu kita juga diminta untuk dapat mengendalikan amarah, serta mampu untuk memaafkan orang lain.

وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ

---

<sup>9</sup> Saleh, Akh Muwafik, "*Islam Hadir Di Bumi Manusia*", (Depok: Gema Insani, 2020), h. 8.

Artinya: "*Dan (bagi) orang-orang yang menjauhi dosa-dosa besar dan perbuatan keji, dan apabila mereka marah mereka memberi maaf.*" (QS. Ash-Shura [42:37])

Dalam ayat ini, Allah menekankan pentingnya mengendalikan emosi dan menghindari perilaku destruktif seperti melampiaskan amarah dengan cara yang salah. Salah satu tantangan terbesar manusia adalah mengelola emosi, terutama amarah. Ayat ini memberikan dorongan agar seseorang tidak menjadi budak emosinya, tetapi sebaliknya, mampu mengontrol amarah dan tidak temperamental.

Untuk menghindari perbuatan-perbuatan yang menyakiti orang lain, kita harus selalu menjaga lisan dan tangan kita. Kita harus selalu berkata-kata yang baik dan santun, serta menghindari perkataan yang menyakitkan. Kita juga harus selalu menjaga diri dari perbuatan kekerasan fisik, baik itu terhadap orang lain maupun terhadap diri sendiri. Dengan menjaga lisan dan tangan kita, kita dapat menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi orang lain. Kita juga dapat menjadi pribadi Muslim yang sejati, dengan selalu menjaga diri dari perbuatan yang menyakiti orang lain.

Contoh perilaku agresif tersebut yang kemudian peneliti temukan dilakukan oleh penyandang disabilitas mental yaitu pada saat observasi atau pengamatan awal yang peneliti lakukan di salah satu tempat rehabilitasi sosial berbasis masyarakat, yang bernama Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Assifa Amalindo Pratama. LKS Assifa Amalindo Pratama merupakan sebuah lembaga yang berada di bawah naungan Yayasan Assifa Amalindo Pratama. Yayasan Assifa Amalindo Pratama didirikan pada tanggal 25 Juni 2015, terletak di sebelah barat Kabupaten Serang berbatasan dengan Kota Cilegon tepatnya di Jalan Nyi Mascarik Kampung Nangor Rt/Rw.04/02. Desa Sukabares Kecamatan Waringinkurung, Kabupaten Serang, Provinsi Banten.

Yayasan Assifa Amalindo Pratama didirikan oleh sekelompok individu yang peduli terhadap isu sosial di Provinsi Banten. Hal ini didorong oleh masih kurangnya perhatian masyarakat terhadap masalah sosial dan kesehatan jiwa.

Banyak Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di wilayah tersebut yang terdiskriminasi, dikucilkan, tersisih, termarjinalkan, hingga sampai tindakan pemasungan, akibat rendahnya tingkat kepedulian dan kurangnya harmonisasi sosial di tengah masyarakat. Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, para pendiri dan pengurus yayasan telah melakukan advokasi kepada berbagai pihak., khususnya kepada pemerintah dan dinas terkait, untuk mendorong pelaksanaan program layanan kesehatan jiwa di masyarakat. Hal ini dilakukan karena masih banyak masyarakat yang belum memahami atau memiliki akses informasi yang memadai terkait kesehatan jiwa. Oleh sebab itu, pendiri yayasan terdorong untuk berkontribusi dalam mendukung program pemerintah, sehingga masyarakat dapat memperoleh hak atas layanan kesehatan jiwa yang layak.

Hasil wawancara awal yang peneliti lakukan bersama pengurus panti yaitu terdapat adanya permasalahan perilaku agresif dari beberapa klien. Menurut pengurus panti setidaknya ada dua faktor yang menyebabkan klien mengalami perilaku agresif, yaitu faktor internal (dalam diri) seperti frustrasi, perasaan kecewa, dan perasaan marah, yang kedua yaitu faktor eksternal (dari luar) seperti pola kehidupan baru yang cenderung terasa menjenuhkan. Terdapat seorang pasien yang akan menjadi subjek penelitian yang akan diteliti, yaitu RA, laki-laki berumur 36 tahun teridentifikasi masih sering mengamuk dengan cara memaki pasien lain, dan juga mengacak-acak barang.<sup>10</sup>

Dari berbagai macam permasalahan yang telah disebutkan, individu penyandang disabilitas mental yang berperilaku agresif sepatutnya diberi pemahaman, dukungan, dan bantuan agar dapat mengelola dan memahami permasalahan yang dialami. Demi kelangsungan hidup yang baik, dan juga agar dapat bisa menjalankan fungsi sosialnya sebagai manusia. Melalui konseling, individu penyandang disabilitas mental yang masih berperilaku agresif diharapkan dapat untuk mampu memahami permasalahan serta kesadaran mengenai dirinya, juga dapat memahami cara untuk mengelola gejala-gejala perilaku agresif.

---

<sup>10</sup> Wahyu Adiputra, Pengurus panti diwawancara oleh peneliti, 20 Desember 2023 pukul 10.50

Konseling adalah proses memberikan informasi, arahan, serta nasehat kepada individu yang membutuhkan. Menurut Baruth dan Robinson dalam bukunya yang berjudul "An Introduction to the Counseling Profession", konseling didefinisikan sebagai sebuah kegiatan yang melibatkan beberapa individu yang berkumpul untuk mencapai pemahaman dalam menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi. Secara etimologis, istilah konseling berasal dari kata "*consellium*", yang berarti berdiskusi atau berbicara bersama untuk menemukan solusi.<sup>11</sup> Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam konteks hubungan antara seorang individu yang menghadapi masalah yang sulit diatasi dan seorang profesional berpengalaman yang telah menjalani pelatihan khusus. Tujuan dari proses ini adalah membantu klien untuk mengatasi kesulitannya.<sup>12</sup>

Dengan demikian, konseling adalah proses pemberian informasi, arahan, dan nasehat yang berlangsung dalam hubungan profesional antar seorang individu yang mengalami kesulitan dalam menghadapi masalah dan seorang konselor yang memiliki keahlian khusus. Dalam proses ini, beberapa individu dapat berkumpul untuk mencapai pemahaman bersama dalam menyelesaikan permasalahan. Tujuan utama konseling adalah membantu klien dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya melalui dialog yang konstruktif serta bimbingan yang diberikan oleh konselor.

Dalam memberikan layanan konseling, peneliti akan menerapkan intervensi berupa teknik *behavioral contract* untuk mendukung kelancaran proses konseling. Teknik *behavioral contract*, atau kontrak perilaku, merujuk pada persetujuan tertulis antara dua individu atau lebih di mana satu atau kedua pihak menyetujui untuk melibatkan diri dalam perilaku tertentu. Kontrak perilaku merinci semua aspek dari perilaku yang menjadi target, termasuk tempat terjadinya perilaku, cara pelaksanaannya, dan tenggat waktu penyelesaiannya.<sup>13</sup>

---

<sup>11</sup> Erwan Syah Muhammad, *Pengantar Psikologi Konseling* (Sulawesi Tengah: Feniks Muda Sejahtera, 2024), h. 2.

<sup>12</sup> Willis S. Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: CV Alfabeta, 2007) hal :18

<sup>13</sup> Bradley T.Eford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), h. 405.

Menurut definisi dalam kamus istilah konseling dan terapi, *Behavioral Contract* adalah sebuah perjanjian, baik yang tertulis maupun tidak, antara dua pihak. Dalam konteks filsafat sosial yang diperkenalkan oleh Thomas Hobbes, teknik ini digunakan dalam konseling sebagai alat untuk mencapai komitmen dan memfasilitasi pencapaian tujuan penyembuhan antara konselor dan konseli. Ini merupakan suatu metode yang menyediakan struktur, motivasi, insentif untuk komitmen, dan penugasan yang dijalankan oleh konseli di antara sesi-sesi konseling.<sup>14</sup>

Menurut Downing yang disampaikan dalam 40 teknik karya Bradley T.Eford Behavior contract dapat digunakan untuk mengajarkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diharapkan.<sup>15</sup> Hal seperti itulah yang menjadi alasan bagi peneliti memilih teknik behavioral contract atau kontrak perilaku ini.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebutlah peneliti tertarik untuk mengambil judul ***“Konseling Individual Dengan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Penyandang Disabilitas Mental . (Studi Kasus Yayasan Assifa Amalindo Pratama Kecamatan Waringinkurung Kabupaten Serang-Banten)”***

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut maka, dapat dirumuskan rumusan masalahnya sebagai berikut :

1. Bagaimanakan gambaran perilaku agresif pada pasien penyandang disabilitas mental di Yayasan Assifa Amalindo Pratama?
2. Bagaimana penerapan konseling *behavioral contract* dalam mengatasi perilaku agresif pada penyandang disabilitas mental di Yayasan Assifa Amalindo Pratama?

---

<sup>14</sup> Mapiare A.T Andi, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi* (Jakarta: Grafindo Persada Raja, 2006), h. 64-65.

<sup>15</sup> Bradley T.Eford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), h. 415.

3. Bagaimana hasil penerapan konseling *behavioral contract* dalam mengatasi perilaku agresif pada penyandang disabilitas mental di Yayasan Assifa Amalindo Pratama?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka, dapat dirumuskan tujuan masalahnya, yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran perilaku agresif pada pasien penyandang disabilitas mental di Yayasan Assifa Amalindo Pratama?
2. Untuk mengetahui gambaran penerapan konseling *behavioral contract* dalam mengatasi perilaku agresif pada penyandang disabilitas mental di Yayasan Assifa Amalindo Pratama?
3. Untuk mengetahui hasil dari penerapan konseling *behavioral contract* dalam mengatasi perilaku agresif pada penyandang disabilitas mental di Yayasan Assifa Amalindo Pratama?

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam pendekatan behavioristik yang menggunakan teknik *behavioral contract*. Dengan menghadirkan studi kasus pada penyandang disabilitas mental yang menunjukkan perilaku agresif, penelitian ini memberikan data empiris baru yang memperkaya khazanah literatur ilmiah dalam bidang bimbingan konseling Islam dan psikologi perilaku.

Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi rujukan bagi akademisi dan peneliti lain yang tertarik mengkaji efektivitas pendekatan behavioral dalam menangani perilaku maladaptif pada populasi khusus, seperti penyandang disabilitas mental.

## 2. Manfaat Praktis.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi beberapa pihak, antara lain:

- a. **Bagi pihak Yayasan Assifa Amalindo Pratama**, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang program intervensi perilaku yang lebih terstruktur, terutama bagi klien dengan kecenderungan perilaku agresif.
- b. **Bagi konselor atau pendamping sosial**, teknik *behavioral contract* yang dijelaskan dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif pendekatan dalam sesi konseling individual, untuk membantu klien memahami dan mengubah perilaku negatifnya secara bertahap.
- c. **Bagi masyarakat umum**, penelitian ini memberi wawasan mengenai pentingnya pendekatan psikososial yang empatik dan berbasis kerja sama dalam menangani perilaku agresif pada individu dengan gangguan mental.

## E. Penelitian terdahulu yang relevan

Sebagai bahan pertimbangan dalam penelitian ini, penulis mencantumkan beberapa hasil penelusuran pustaka penelitian terdahulu yang memiliki kriteria penelitian yang sejenis sebagai acuan penulisan penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilaksanakan oleh Susanti Dyastuti mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang tahun 2012 yang berjudul “Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku *Bullying* Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya dan keberhasilan dari pengimplementasian Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong dalam mengatasi perilaku agresif siswa pelaku *bullying*. Jenis penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan (*Action Research*). Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perubahan dari perilaku agresif pada kedua subjek tersebut yaitu dengan berkurangnya tingkat perilaku agresifnya. Pembahasan tentang perilaku agresif adalah kesamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan penulis lakukan, sementara perbedaannya adalah

dalam tekniknya. Jika penelitian yang dilakukan oleh Susanti menggunakan teknik kursi kosong, sementara penelitian ini menggunakan teknik *behavioral contract*.<sup>16</sup>

2. Penelitian yang dilaksanakan oleh Cindy Marisa, Wildha Banu Yekti, Yeni Karneli dari Universitas Indraprasta PGRI, SMK Taruna Bhakti, Universitas Negeri Padang, tahun 2020 yang berjudul “Konseling *Behavioral Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah Di Tingkat Menengah Kejuruan”. Penelitian ini bertujuan untuk merubah perilaku maladaptif individu yaitu membolos sekolah. Jenis penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan (*Action Research*). Konseling dengan teknik *behavioral contract* menjadi solusi atas permasalahan responden, dengan melakukan konseling dengan teknik *behavioral contract* para responden mendapatkan kesadaran akan perilaku maladaptif yang dilakukannya, para responden dapat dengan segera memulihkan kehidupan belajarnya melalui dukungan positif dari konseling selama kontrak berlangsung. Pembahasan tentang *behavioral contract* merupakan kesamaan dari penelitian yang akan dilakukan oleh penulis dengan penelitian yang dilakukan oleh Cindy Marisa, Wildha Banu Yekti, dan Yeni Karneli. Sementara perbedaannya penelitian yang dilakukan oleh Cindy Marisa, Wildha Banyu Yekti dan Yeni Karneli berfokus pada permasalahan ‘Perilaku Membolos’ sementara penelitian ini berfokus pada permasalahan ‘Perilaku agresif’.<sup>17</sup>

3. Penelitian yang dilaksanakan oleh Indah Puspita Wijayanti mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tahun 2022 yang berjudul “Implementasi Layanan Bimbingan dan Konseling Individu dengan Teknik *Behavioral Contract* dalam Mengatasi Perilaku agresif Peserta Didik di

---

<sup>16</sup> Susanti Dyastuti, “Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku *Bullying* Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong”, *Indonesia Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*, Vol. 1, No. 1 (September 2012), Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, h.32.

<sup>17</sup> Cindy Marisa, Wildha Banu Yekti, Yeni Karneli, “Konseling *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah di Tingkat Menengah Kejuruan”, dalam *TERAPUTIK : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 2, (September 2020), Universitas Indraprasta PGRI, SMK Taruna Bhakti, Universitas Negeri Padang, h.331.

SMP Negeri 35 Bandar Lampung”.<sup>18</sup> Tujuan dari penelitian ini kurang lebih hampir sama dengan tujuan yang akan peneliti lakukan yaitu, untuk mengidentifikasi gambaran perilaku agresif dan juga untuk mengetahui pengimplementasian dari konseling individu dengan teknik *behavioral contract*. Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi perilaku agresif siswa SMPN 35 Bandar langsung dapat diatasi dengan layanan konseling individual yang berbasis bimbingan konseling islam dengan pendekatan behavioralistik. Kesamaan dari penelitian ini adalah penggunaan teknik konseling yang dipilih dan juga permasalahan yang akan diatasi, perbedaannya terletak pada subjek atau subjek yang diteliti. Penelitian yang dilakukan oleh Indah Puspita Wijayanti memilih subjek atau responden “Siswa” sementara penelitian ini memilih subjek atau responden “Penyandang Disabilitas Mental”.

## F. Definisi Operasional

### 1. *Behavioral Contract*

*Behavioral contract* (kontrak perilaku) dalam penelitian ini merujuk pada suatu kesepakatan tertulis antara konselor dan klien yang bertujuan untuk mengarahkan perilaku klien ke arah yang lebih positif. Kontrak ini memuat deskripsi perilaku yang ingin diubah atau ditingkatkan, lokasi pelaksanaan, waktu pelaksanaan, serta jenis penguatan (*reinforcement*) yang diberikan apabila target perilaku tercapai. Dalam konteks ini, *behavioral contract* digunakan sebagai teknik dalam konseling individual untuk membantu klien menyadari konsekuensi dari perilakunya dan meningkatkan komitmen terhadap perubahan perilaku.

### 2. Perilaku agresif

---

<sup>18</sup> Indah Puspita Wijayanti, Skripsi: *Implementasi Layanan Bimbingan dan Konseling Individu Teknik Behavior Contract Dalam Mengatasi Perilaku agresif Peserta Didik di SMPN 35 Bandar Lampung*, (Lampung: UIN Lampung, 2022), h. 4.

Perilaku agresif dalam penelitian ini didefinisikan sebagai tindakan verbal maupun non-verbal yang dilakukan secara sengaja dengan tujuan menyakiti, merugikan, atau mengintimidasi individu lain. Perilaku ini dapat berupa tindakan fisik (misalnya: memukul, mendorong, merusak barang) maupun verbal (memaki, mengancam, mencaci). Dalam penelitian ini, fokus pengamatan diarahkan pada perilaku agresif yang ditunjukkan oleh klien dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan panti rehabilitasi.

### 3. Penyandang Disabilitas

Penyandang disabilitas mental dalam konteks penelitian ini adalah individu yang mengalami gangguan perkembangan fungsi pikir, emosi, dan perilaku, sehingga menyebabkan hambatan dalam menjalankan fungsi sosial sehari-hari. Subjek penelitian merupakan klien di yayasan rehabilitasi yang secara medis telah didiagnosis atau menunjukkan gejala gangguan mental, namun dalam kondisi relatif stabil dan dapat berpartisipasi dalam sesi konseling.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti akan membahas sejumlah permasalahan yang akan diangkat. Sistematika pembahasan skripsi ini akan terdiri dari lima bab, yang masing-masing membahas hal-hal sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, yang didalamnya meliputi, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan penelitian terdahulu yang relevan.

BAB II Kajian Pustaka, dalam bab ini berisi tentang teori-teori yang akan dikemukakan untuk mendukung penelitian ini meliputi teori teknik *behavioral contract*, perilaku agresif, dan penyandang disabilitas mental.

BAB III Metodologi Penelitian, yang di dalamnya meliputi jenis penelitian, setting penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

BAB IV Hasil dan Pembahasan, pada bab ini akan berisikan hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti.

BAB V Penutup, yang meliputi pembahasan kesimpulan dan saran serta lampiran-lampiran.