

Pengelolaan Perilaku

Bagian 1

Dr. Jayanthi Narayan
Consultan, Special Education,
(Learning and Intellectual
Disabilities)

Perilaku (Behavior)

Berperilaku adalah untuk (To behave is to)...

- Bertindak atau bereaksi dengan cara yang spesifik.
'to act or react in a specified way'- (The Little Oxford Dictionary)
- Bertindak atau bermaksud dengan cara tertentu.
'to act or function in a aprticular way'- (Webster'sNew Ideal Dictionary)
- Perilaku dapat merupakan reflek yang tidak terkondisi (kedipan mata), bertujuan (menyapa orang lain), gerakan tubuh sederhana (seperti ketika duduk) sampai pada yang kompleks (seperti menari/drama).
'Behaviors can be unconditioned reflexes (eye blink), purposeful (greeting others), simple body movements (as in sitting) to complex ones (as in dancing/drama)

Perilaku Adaptif (Adaptive Behavior)

- Keterampilan yang diperlukan untuk kemandirian hidup dalam area seperti:
Skills needed to live independently with competencies in domains such as:
- Bantu diri (*self help*)
- Sosial (*social*)
- Komunikasi (*communication*)
- Mobilitas/gerak (*mobility*)
- Bekerja (*work*)
- Waktu luang/bersenang-senang (*leisure*)
- Keikutsertaan dalam masyarakat (*community participation*)

Modifikasi Perilaku (Behavior modification)

- Menggunakan teori belajar, khususnya prinsip operant conditioning untuk mengubah perilaku.

Use of learning theory, particularly, operant conditioning principles to change behavior.

- Operant conditioning (Dr. B.F. Skinner, 1974) mengacu pada hubungan antara kejadian di lingkungan yang menghasilkan perubahan yang spesifik dalam sasaran perilaku.

Operant conditioning: (Dr. B.F. Skinner, 1974) refers to the relationship between events in the environment resulting in specific changes in the target behavior.

Asumsi dalam perilaku (Assumptions on behavior)

- Sebagian besar perilaku dipelajari

Most behaviors are learnt.

- Sebagian perilaku dapat diajarkan, dirubah, atau dimodifikasi.

Most behaviors can be taught, changed or modified.

- Sebagian perilaku adalah spesifik sampai berupa rangsangan tertentu.

Most behaviors are specific to certain stimulus.

- Program pengelolaan perilaku seharusnya spesifik untuk setiap perilaku yang akan dimodifikasi.

Behavior management programs should be specific to each behavior to be modified.

- Program pengelolaan perilaku seharusnya fokus pada lingkungan anak.

- *Behavior management program should focus on the environment of the child.*

Perilaku yang lemah (Behavior deficits)

- Gagal dalam menunjukkan suatu perilaku yang mempertimbangkan kesesuaian pada usia, waktu dan tempat.

Failure to exhibit a behavior considered desirable at a specific age, time and place.

- Untuk rangsangan yang diberikan, anak gagal merespon kejadian yang diukur dalam:

For the given stimuli, failure of a class of responses to occur:

- Frekuensi yang diinginkan (*with desired frequency*)
- Intensitas mencukupi (*with adequate intensity*)
- Cara yang tidak wajar (*in appropriate form*)
- Dibawah kondisi sosial yang dapat diterima (*under socially accepted conditions*)

(Kanfer&Saslow)

Perilaku berlebihan (Behavioral excesses)

- Perilaku muncul pada waktu dan tempat yang tidak tepat.

Behaviors exhibited at inappropriate time and place.

- Tingkatan dari perilaku berlebihan terlihat dalam hal:

The class of behaviors excessive in terms of:

- Frekuensi: keseringannya (*frequently*)
- Intensitas: kedalaman/keseriusannya (*intensity*)
- Durasi: jangka waktunya (*duration*)

Asesmen perilaku fungsional (Functional behavior assessment)

Metode dalam pengumpulan informasi meliputi:

Method of gathering information on:

- a – antecedents - apa yang terjadi sebelum perilaku muncul.
What happens prior to the behavior exhibited.
- b - behaviors - perilaku apa yang terlihat.
What is the behavior seen.
- c – consequences - apa yang terjadi setelah perilaku.
What happens after the behavior is exhibited.
- Menemukan tujuan atau penyebab untuk sasaran perilaku.
In order to find out the purpose or cause for the selected/targeted behavior.
- Informasi ini akan digunakan untuk mengurangi masalah perilaku dan atau meningkatkan perilaku yang positif.
This information will be used to reduce problem behavior and/or to increase positive behaviors.

Suatu perilaku membutuhkan penanganan ketika...

A behavior needs intervention when...

- Secara konsisten berpengaruh pada pembelajaran anak.
It consistent effect on children's learning.
- Mempengaruhi pembelajaran siswa lain.
It interferes with other student's learning.
- Mengganggu kelas serta menyulitkan proses pembelajaran.
Disrupts the class making it difficult to carry on with teaching.
- Mengganggu kelancaran kegiatan sehari-hari baik yang dilakukan oleh anak, anggota keluarga ataupun tetangga, seperti dikeluhkan orangtua.
Disrupts smooth conduct of daily activities by the child and the members of the family and neighborhood, as noted by the parents.

Mengapa anak menunjukkan perilaku yang tidak diinginkan?

Why do children exhibit undesirable behavior?

- Mencari perhatian (*seeking attention*)
- Ketidakmampuan untuk memperoleh apa yang diinginkan (*inability to get what they want*)
- Menghindari atau melarikan diri dari kegiatan/orang tertentu (*avoid or escape specific activity/person*)
- Kebutuhan akan rangsangan internal atau dari dalam (*need for internal stimulation*)
- Ketidakmampuan untuk dipahami, khususnya pada anak-anak yang menggunakan komunikasi non-verbal (*inability to be understood, especially children who are non-verbal*)

Penerapan analisa perilaku (applied behavior analysis)

- Penerapan prinsip-prinsip perubahan perilaku dalam situasi sehari-hari untuk menghasilkan perilaku sosial yang dapat diterima dalam kehidupan manusia.

Behavior change principles in every day situations to produce socially acceptable behaviors in human beings.

Tahapan dalam menggunakan pendekatan perilaku

Steps in using behavioral approach

- Mengenalinya perilaku bermasalah (*identify the problem behaviors*)
- Mengamati lingkungan kejadian-kapan, dimana, dengan siapa, mengapa, dan apa yang terjadi (*observe the circumstances-when, where, with whom, why and what follows as a consequence*)
- Prioritaskan sasaran perilaku yang akan dimodifikasi (*prioritize the target behaviors to be modified*)
- Buat tujuan (*set goals*)
- Rencanakan strategi dan terapkan (*plan strategies and implement*)
- Evaluasi perkembangannya (*evaluate progress*)

Strategi dalam modifikasi perilaku

strategies to modify behaviors

Istilah kunci (key terms):

- **Rangsangan/Stimulus:** kejadian pada lingkungan yang memunculkan perilaku tertentu pada anak.
Event in the environment of the child that elicits a certain behavior in the child.
- **Respon/Response:** suatu perilaku yang terlihat, dapat diamati-biasanya terjadi dalam merespon rangsangan internal/eksternal.
A behavior that is visible, observable-usually in response to internal or external stimulus.
- **Penguatan/Reinforcement:** suatu akibat dari respon. Ini mempertahankan atau memperkuat perilaku ketika dimunculkan/dialihkan sebagai konsekuensi atas perilaku.
Consequence for a response. It maintains or strengthens a behavior when presented/removed as a consequence to the behavior.

Penguatan (Reinforcements)

- Penguatan positif (positive reinforcement):
- mempertahankan/meningkatkan respon tertentu sebagai hasil dari menambah rangsangan (*particular response maintains/increases as a result of adding a stimulus*).
- Penguatan negatif (negative reinforcement):
Memindahkan sebuah stimulus dari lingkungan akan menyebabkan pemeliharaan/peningkatan perilaku target. Biasanya, stimulus yang dipindahkan merupakan sebuah stimulus aversif (*moving stimulus from the environment will lead to the maintenance/improvement of the target behavior. Generally, a displaced stimulus aversive stimulus*)

- Sebagai gambaran (*to illustrate*)...

Penguatan
reinforcement

Rangsangan
stimulus

Perilaku sasaran
target behavior

Positif
Positive

Nampak
presented

Meningkatkan
increases

Negatif
Negative

Dihilangkan
removed

Meningkat
increases

Penguatan... reinforcements...

- Penguatan berkelanjutan: suatu penjadwalan untuk penguatan dimana setiap kejadian/kemunculan dari perilaku sasaran akan dikuatkan (*continuous reinforcement: A schedule of reinforcement in which every occurrence of a target behavior is reinforced*).
- Penguatan berkala: suatu penjadwalan dimana muncul beberapa perilaku sasaran yang kemudian dikuatkan (*A schedule of reinforcement in which occurrence of some of the target behavior are reinforced*).

Media/bentuk penguatan/reinforcer

reinforcers

- Suatu rangsangan yang mengikuti perilaku ketika muncul untuk memelihara/meningkatkan perilaku, disebut sebagai reinforcer (*A stimulus that follows a behavior when it demonstrates to maintain/increase the behavior is called as reinforcer*).
- **Reinforcer primer:** rangsangan yang memperkuat atau memberikan dukungan alami dan tidak memerlukan riwayat dari pengkondisian (makanan, air, kehangatan) *Primary reinforces: stimuli that are naturally reinforcing and do not require a history of conditioning (food, water, warmth)*.

- **Reinforcer sekunder:** rangsangan yang bersifat individual yang berharga dalam hidupnya. Setiap orang dapat berbeda-beda (musik, alat musik, buku, makanan tertentu, hoobi, pengakuan sosial) *Secondary reinforcers: stimuli that individuals have learned to value in life. They vary among different people. (music, musicions, books, specific food items, hobbies, social recognition)*
- **Reinforcer terkondisi:** pemberian yang telah diketahui oleh anak sebagai penguatan (hadiah bersamaan dengan makanan tertentu atau mainan yang dipilih oleh anak sendiri – hadiah adalah reinforcer yang terkondisi ketika rangsangan lain telah diketahui sebagai reinforcer) *Conditioned reinforcers: pairing with already known reinforcers (praise along with food item or a game of his choice to a child – praise is a conditioned reinforcer while the other stimuli are the known reinforcers)*

Ketika menggunakan reinforcer (while using reinforcers)...

- Berikan segera setelah respon (*present immediately after the response*).
- Amati dan kenali keragaman reinforcer untuk setiap anak (*observe and identify the reinforcers for each child as it varies from person to person*).
- Jika reinforcer berupa pujian verbal, 'sebutkan' untuk apa dia mendapatkan pujian (*if the reinforcer is a verbal praise, 'mention' what for he is being reinforced*).
- *Hindari reinforcer yang dapat merusak rutinitas* (*avoid reinforcers that would disturb the routine*).

- Konsisten spesifik dan jelas dalam pernyataan anda (*be consistent, specific and clear in your sistements*).
- Sebagai penguatan, pemberian janji hanya yang memungkinkan dan penuhi janji ketika perilaku yang diinginkan ditunjukkan oleh anak (*as a reinforcement, promise only what is possible and keep up the promise if the desired behavior is exhibited by the child*).
- Jika seluruh keluarga terlibat dalam program latihan, kekonsistenan dan kekompakan semua anggota keluarga yang terlibat sangat penting untuk mencapai hal yang diinginkan (*if whole family in involved in the training program, uniformity and consistency among all involved members is essential for achieving the expected results*).

Strategi perilaku positif

positive behavioral strategies

- **Pembentukan** (*shaping*)
- **Rangkaian** (*chaining*)
- **Contoh** (*modeling*)
- **Bantuan dan mengurangi bantuan** (*prompting and fading*)
- **Kontrak pada keadaan yang tak terduga** (*contingency contracting*)
- **Tanda penghargaan** (*token economy*)

Membentuk (shaping)

- Shaping mengacu pada penguatan setiap urutan perilaku baru yang berhasil dicapai dari perkiraan keberhasilan yang mendekati tujuan utama (*refers to reinforcement of successive approximations to the objective to be achieved*).
- Shaping digunakan untuk mengajarkan keterampilan baru, seperti: makan sendiri, mandi, menulis, menyelesaikan tugas (*is used for teaching new skills, eg., self feeding, bathing, writing, attending to a task*).
- Pilih langkah sederhana dan mudah untuk diajarkan (*take small, easy steps to each*).
- Jika ada kemunduran, kembali pada langkah semua/awal dan tetapkan pencapaian (*if there is backsliding, return to previous/preceding step and restabilize the performance*).
- Berikan penghargaan pada perilaku yang diharapkan dengan segera (*reward the behavior that are expected to soon*).
- Prosedur shaping seringkali melibatkan penggunaan reinforcer yang terkondisi (*shaping procedures often involve use of conditioned reinforcers*).

Rangkaian (chaining)

- Kemunculan serangkaian/urutan perilaku, seperti: keterampilan makan sendiri; dapat berupa mampu mencuci tangan, mengatur makanan di meja makan, menyajikan, makan, dan membersihkan meja. Setiap keterampilan ini diajarkan secara terpisah atau bersamaan sebagai satu rangkaian perilaku (*performance of a series/sequence of behaviors, e.g.. self feeding skills can have washing hands, organizing the food items on the table, serving, eating, and clearing table. Each of these can be taught separately or together as one behavior chain*).
- Pengembangan dari rangkaian perilaku disebut sebagai “analisa tugas” *development of behavior chain is called ‘task analysis’*.

- Rangkaian perilaku dapat diajarkan melalui
(behavior chains can be taught by)...
 - Rangkaian maju – mengajarkan keterampilan dari urutan performa mengarah ke urutan selanjutnya/”ke bawah”. Contoh: menulis *(forward chaining – teaching from the first link of the chain moving ‘down’ e.g..writing)*
 - Rangkaian mundur – mengajarkan dari rangkaian terakhir bergerak “naik”. Misalkan memakai kaos kaki *(backward chaining – teaching – teaching from the last link of the chain moving ‘up’. e.g..wearing socks)*

Contoh (modelling)

- Mempelajari keterampilan baru dengan cara meniru contoh *learning a new skill by copying a model.*
- Memperagakan “bagaimana melakukan” oleh guru dan ditiru oleh siswa *demonstration of ‘how to do’ by teacher and imitation by the learner.*

Untuk hasil terbaik, pastikan: *for best results, ensure:*

- Perhatian *(attention)*
- Retensi *(retention)*
- Mengulang gerakan *(motoric reproduction)*
- Latihan terarah *(guided practice)*
- Umpan balik perbaikan *(corrective feedback)*

Bantuan dan Mengurangi bantuan

Prompting and Fading

- Penekanan merupakan rangsangan permulaan untuk membantu menghasilkan perilaku sasaran. Seperti: memegang pensil dengan benar. Bantu anak dengan memegang tangannya atau secara verbal mengajarkan bagaimana cara memegang pensil yang benar *prompts are antecedent stimuli that help in producing the target behavior. e.g. to hold the pencil correctly, assisting the child by holding his hand or verbally telling him how to hold.*
 - Pentunjuk alami (*natural prompts*)
 - Petunjuk fisik (*physical prompts*)
 - Petunjuk verbal (*verbal prompts*)
 - Petunjuk melalui gesture (*gestural prompts*)
 - Tanda-tanda (*clues*)

- Pelepasan (fading)

Petunjuk yang diberikan perlahan-lahan dihentikan ketika rangsangan utama mulai efektif dalam membentuk perilaku sasaran *the prompts is gradually stopped as the main stimulus is effective in eliciting the target behavior.*

Perjanjian/Kontrak Kontingensi

contingency contracting

- Perjanjian antara guru-murid tentang perilaku sasaran harus tertulis secara spesifik dan dilengkapi dengan konsekuensi yang spesifik
juga *written behavioral contract between the student and the teacher regarding the performance of a specific target behavior and specific consequences.*
- Terapkan pada perseorangan atau kelompok *used with individual or a group of students.*
- Cara yang mudah untuk mengembangkan dorongan perilaku positif di kelas *easy way to develop positive behavioral support within class rooms.*

Kontrak (contoh)

contract (sample)

- Saya (nama anak)..., akan menunjukkan perilaku berikut ini selama di sekolah.

I (student name)..., will demonstrate the following behaviors while in school.

1. Sudah berada di sekolah pada pukul 08.00 pagi (*be in school at 08.00 a.m.*).
2. Menyelesaikan semua tugas tepat waktu (*complete all assignments on time*).
3. Tidak akan berbicara terus di dalam kelas, akan mengangkat tangan untuk mendapatkan perhatian guru (*will not talk out of turn in class, and will raise hand to get teacher's attention*).

- Saya (nama guru)..., akan menyediakan hal-hal berikut ini:

I (teacher name)..., will provide the following:

1. Satu token untuk setiap penyelesaian tugas di tasa, yang dapat ditukarkan dengan kegiatan yang ada dalam daftar setiap akhir sekolah pada siang hari (*one token for competition of each task above, which can be exchanged for listed activities at the end of the day*).
2. program ini berlaku selama.....hari (*this program is valid for the days.....*)

Tanda tangan siswa
Signature (student)

Tanda tangan guru
signature (teacher)

Tanggal:
date:

Tanda penghargaan token economy

- Token digunakan sebagai reinforcers sekunder, dapat ditukar dengan hadiah yang beraneka ragam *tokens are used as secondary reinforcers, exchangeable for a variety of rewards.*
- Tokens dapat berupa: *can be:*
 - Tanda bintang (*stars*)
 - Disk plastik (*plastic disk*)
 - Gambar wajah tersenyum (*smiley faces*)
 - Pin/cip logam (*metal chips*)
- Pastikan bahwa token tersebut tidak terlupakan. Jaga catatan yang akurat *make sure that they are not forget. Maintain accurate records.*
- Dapat digunakan dalam kelompok *can be used for groups.*
- Penggunaan reinforcer tidak mengganggu kelas *does not interrupt the classes for using the reinforcer.*
- Sediakan pilihan pada siswa untuk memilih reinforcernya *offers variety of reinforcers to choose for the student.*

Generalisasi (generalization)

- Pastikan bahwa perilaku yang baru saja dipelajari digunakan dalam situasi yang alami *ensuring that newly learnt behaviors are used in natural settings.*
- Sedapat mungkin, ajarkan dalam situasi yang alami *as for as possible, teach in natural setting.*
- Gunakan reinforcer yang alami. Lambat laun pastikan untuk mengurangi reinforcer ketika perilaku sasaran telah dipelajari/kuasai *use natural reinforcers. Make sure gradually fade the reinforcer as the target behavior is learnt.*
- Berikan kesempatan untuk menggunakan keterampilan yang diajarkan dalam lingkungan yang sesuai dan beragam *provide opportunities to use the learnt skill in a variety of suitable environments.*