



MODIFIKASI PERILAKU

(Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus)

Oleh

Edi Purwanta

Staf Pengajar PLB FIP UNY

Pengertian Modifikasi Perilaku

- Eysenk dalam Soetarlinah Soekadji (1983) menyatakan bahwa modifikasi perilaku adalah usaha mengubah perilaku dan emosi manusia dengan cara yang menguntungkan berdasarkan hukum-hukum teori modern proses belajar.
- Wolpe (1973) memberi batasan tentang modifikasi perilaku adalah penerapan prinsip-prinsip belajar yang telah teruji secara eksperimental untuk mengubah perilaku yang tidak adaptif, kebiasaan-kebiasaan yang tidak adaptif dilemahkan dan dihilangkan, perilaku adaptif ditimbulkan dan dikukuhkan

Analisis Fungsi Langkah Awal Modifikasi Perilaku

Formula ABC

- **A (Antecedent)** ialah segala hal yang mencetuskan atau menyebabkan perilaku yang dipermasalahkan. Antecedent ini berkaitan dengan situasi tertentu (bila sendiri, bila bersama teman, saat tertentu, tempat tertentu, selagi melakukan aktivitas tertentu, dan sebagainya).
- **B (Behavior)** ialah segala hal mengenai perilaku yang dipermasalahkan. Behavior ini dilihat dari sisi frekuensinya, intensitasnya, dan lamanya.
- **C (Consequence)** ialah akibat-akibat yang diperoleh setelah perilaku itu terjadi. Konsekuensi inilah yang biasanya "memelihara" perilaku yang menjadi masalah. Misalnya: mendapat pujian atau perhatian, perasaan lebih tenang, bebas dari tugas, dan sebagainya.

Pertanyaan Pokok setelah Analisis Fungsi dilakukan:

- Siapa yang perlu dikenai perlakuan, dan siapakah yang perlu diikutsertakan dalam pemberian perlakuan.
- Perilaku mana yang merupakan sasaran perubahan lebih dahulu.
- Teknik apa yang akan digunakan.

Perubahan dalam Modifikasi Perilaku

- Peningkatan
- Pemeliharaan
- Pengurangan atau penghilangan
- Perkembangan atau perluasan

Peningkatan Perilaku:

- Peningkatan perilaku dapat dilihat dari sisi frekuensi, intensitas, dan lamanya perilaku dijalankan oleh seseorang.
- Peningkatan perilaku dapat dilakukan dengan menerapkan prosedur pengukuhan (reinforcement).
- Prosedur pengukuhan dapat berupa hadiah (reward) baik berupa material (benda) maupun non material (pujian, sanjungan), atau kegiatan lain yang lebih menyenangkan bagi seseorang.
- Prosedur penguatan diberikan setelah perilaku yang diharapkan muncul atau terjadi.
- Prosedur penguatan ini paling banyak terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dan sering diterapkan dalam modifikasi perilaku.

Pemeliharaan Perilaku

- Pemeliharaan perilaku selalu berkaitan dengan perilaku yang diharapkan telah terbentuk.
- Pemeliharaan perilaku bertujuan agar perilaku yang sudah terbentuk tidak hilang atau berkurang frekuensi, intensitas dan lamanya.
- Pemeliharaan perilaku dilakukan dengan mengatur jadwal dan kualitas pemberian penguatan (reinforcement).
- Ketepatan waktu dalam memberikan penguatan akan mampu memelihara perilaku.
- Kualitas penguatan yang diberikan kepada klien akan mampu memelihara perilaku.

Pengurangan dan Penghilangan Perilaku

- Pengurangan atau penghilangan perilaku dilakukan dengan prosedur penghapusan (extinction) dan pemberian berbagai bentuk hukuman (punishment).
- Pengurangan dengan prosedur penghapusan dilakukan dengan cara tidak menghadirkan penguatan (reinforcer) dalam waktu yang lama atau kualitas reinforcer yang sangat rendah.
- Hukuman sebagai upaya untuk mengurangi atau menghilangkan perilaku dapat berupa fisik maupun non fisik.
- Hukuman fisik selalu berkaitan langsung dengan konsekuensi fisik yang diterima individu sebagai akibat dari perilaku yang tidak diharapkan muncul.
- Hukuman non fisik sering berkaitan dengan efek psikologis yang diterima bila perilaku yang tidak diharapkan muncul.
- Pemilihan hukuman fisik atau non fisik sangat bergantung pada konteksnya.

Perkembangan atau Perluasan Perilaku

- Perkembangan perilaku bertujuan untuk membentuk perilaku yang lebih spesifik yang merupakan sasaran pembentukan perilaku.
- Ada dua cara untuk perkembangan perilaku, yaitu prosedur pembentukan (*shaping*) dan perangkaian (*chaining*).
- Perluasan perilaku bertujuan agar variasi perilaku yang berhasil dikukuhkan bertambah luas penggunaan dan macamnya.
- Prosedur yang digunakan dalam perluasan perilaku dilakukan dengan generalisasi.

Kelebihan Modifikasi Perilaku

- Langkah-langkah dalam modifikasi perilaku dapat direncanakan terlebih dahulu. Rencana tersebut dapat dimintakan persetujuan individu yang akan diubah perilakunya, sehingga ia akan lebih kooperatif.
- Perincian pelaksanaan dapat diubah selama perlakuan/terapi berlangsung. Perubahan disesuaikan dengan kebutuhan.
- Bila dari hasil monitoring ternyata suatu teknik gagal atau kurang berhasil untuk menimbulkan perubahan, dapat segera dideteksi dan diusahakan teknik penggantinya.
- Teknik-teknik yang dipakai dalam modifikasi perilaku dapat diterangkan dan diatur secara rasional. Hasil perlakuan dapat diramalkan dan dievaluasi secara objektif.
- Waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan perubahan lebih singkat daripada menggantungkan perubahan yang terjadi secara insight yang diperoleh subjek.

Kelemahan Modifikasi Perilaku

- Percobaan-percobaan awal yang dilakukan dalam modifikasi perilaku menggunakan media binatang, sementara perilaku binatang tidak sekompleks perilaku manusia sehingga bila diterapkan pada manusia memerlukan penanganan secara lebih teliti.
- Tidak semua perilaku manusia dapat diamati secara langsung, sehingga modifikasi perilaku mengalami kesulitan untuk mengubah perilaku-perilaku yang pengamatannya tidak langsung. Bahkan banyak perilaku yang melalui media penghayatan terhadap perilaku itu sendiri.
- Perilaku manusia itu kompleks, sehingga untuk melakukan analisis perilaku yang tepat memerlukan latihan dan kecermatan dari terapis.
- Tidak semua teknik dalam modifikasi perilaku dapat diterapkan pada setiap perilaku yang akan diubah, sehingga masing-masing teknik memiliki kelemahan.