

MODIFIKASI PERILAKU PADA ANAK USIA DINI
(Studi Kasus Implementasi Teknik Modeling dan Token economy dalam proses perubahan tingkah laku pada anak usia dini)

BEHAVIOR MODIFICATION IN EARLY CHILDHOOD
(Case Study Implementation Techniques Modeling and Token Economy in the process of change in behavior of early childhood)

Oleh:
Yuki Widiyanti*)
Desti Pujiati)**

ABSTRAK

Modifikasi perilaku merupakan salah satu teknik perubahan perilaku yang paling populer di kalangan para pendidik maupun psikolog. Dalam modifikasi perilaku analisis terhadap perilaku yang akan diubah harus dilakukan menjadi perilaku yang tunggal (rinci), sehingga berbeda dengan perilaku yang lain. Prosedur dan hasil modifikasi perilaku ada kemungkinan dapat diterapkan ke perilaku lain sepanjang ada kemiripan karakteristik perilaku yang akan diubah dengan perilaku yang berhasil diubah. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah mengetahui efektivitas teknik modifikasi perilaku pada perubahan perilaku anak usia dini. Penelitian ini bertujuan mengukur efektivitas teknik modifikasi perilaku terhadap perubahan perilaku anak usia dini, yaitu dari perilaku yang mal adaptif menuju perilaku yang adaptif. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif tipe studi kasus. Pemilihan subjek menggunakan purposive sampling. Subjek merupakan anak usia dini yang memiliki perilaku mal adaptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modifikasi perilaku pada anak usia dini dapat digunakan untuk mengubah perilaku, baik menambahkan kebiasaan positif maupun mengurangi kebiasaan negatif.

Kata kunci: modifikasi, perilaku mal adaptif, anak usia dini

ABSTRACT

Behavior modification is a popular technique to change human behavior, commonly used by pedagogist and psychologist. In behavior modification, the analyze from behavior must be singular behavior and will be different to other behavior. Procedure and result from modification behavior can be applied to other behavior if there are similarity character between both of them. Formulation of the problem in this research is want to know effectivity of behavior modification techniques to change early childhood's behavior. This research use qualitative methods especially case study. Subject chosen by purposive

*) Alumni Fakultas Psikologi – Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**) Dosen Fakultas Psikologi – Universitas Muhammadiyah Purwokerto

sampling, they are early childhood with mal adaptive behavior. The result showed behavior modification at early childhood can be used to change behavior, especially to embed positive habits and minimalized negative habits.

Keywords : *modification, mal adaptive behavior, eraly childhood*

PENDAHULUAN

Anak Usia Dini memiliki tugas-tugas perkembangan. Tugas perkembangan adalah sesuatu yang bisa diduga timbul dan konsisten pada atau sekitar periode tertentu dalam kehidupan individu (Havighurst, dalam Danim, 2010). Anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-6 tahun (Undang-undang Sisdiknas tahun 2003) dan 0-8 tahun menurut para pakar pendidikan anak. Anak usia dini adalah kelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik. Mereka memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya.

Konsep tugas perkembangan didasari asumsi bahwa perkembangan manusia dalam masyarakat modern ditandai oleh serangkaian tugas di mana individu harus belajar sepanjang hidupnya. Beberapa tugas perkembangan ini memiliki kesamaan di masa kanak-kanak dan remaja, sedangkan yang lain timbul pada saat manusia memasuki usia dewasa dan usia tua.

Keberhasilan pencapaian tugas perkembangan tertentu diharapkan dapat melahirkan kebahagiaan dan kesuksesan bagi individu untuk menyelesaikan tugas-tugas berikutnya. Sebaliknya, kegagalan dalam mencapai tugas-tugas perkembangan itu dapat mengakibatkan ketidakbahagiaan bagi individu, penolakan oleh masyarakat, dan kesulitan dengan tugas-tugas berikutnya. Salah satu bentuk kegagalan pencapaian tugas-tugas perkembangan adalah munculnya perilaku mal adaptif. Martin dan Pear (2015) mengemukakan bahwa perilaku adalah apapun yang dikatakan atau dilakukan seseorang. Secara teknis, perilaku adalah apapun aktivitas otot, kelenjar, atau aktivitas di sebuah organisme.

Karakteristik perilaku yang dapat diukur dinamakan dimensi perilaku. Ada tiga dimensi perilaku yakni: durasi perilaku, frekuensi perilaku, dan intensitas atau kekuatan perilaku (Soekadji, 1983). Durasi sebuah perilaku merujuk panjangnya waktu yang dibutuhkan perilaku melakukan aksinya. Frekuensi sebuah perilaku merujuk pada jumlah tindakan yang muncul di periode waktu tertentu. Intensitas atau kekuatan perilaku merujuk pada upaya fisik atau energi yang dilibatkan untuk melakukan perilaku. Perilaku adaptif adalah perilaku yang diterima oleh lingkungan baik lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat dan bermanfaat untuk perkembangan anak. Perilaku mal adaptif adalah perilaku yang cenderung tidak diterima oleh lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan cenderung merugikan perkembangan anak. (Purwanta, 2012).

Perilaku mal adaptif menurut Purwanta (2012) adalah perilaku yang cenderung tidak diterima oleh lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan cenderung merugikan perkembangan anak.

Salah satu alternatif penanganan perilaku mal adaptif pada anak usia dini adalah melakukan modifikasi perilaku. Modifikasi perilaku merupakan salah satu teknik perubahan perilaku yang paling populer di kalangan para pendidik maupun psikolog. Modifikasi perilaku secara umum dapat diartikan sebagai hampir segala tindakan yang bertujuan mengubah perilaku (Purwanta, 2012). Bootzin (1975) mendefinisikan modifikasi perilaku adalah usaha untuk menerapkan prinsip-prinsip proses belajar maupun prinsip-prinsip psikologis hasil eksperimen lain pada perilaku manusia. Powers & Osborn (1976) memberi batasan modifikasi perilaku sebagai penggunaan secara sistematis teknik kondisioning pada manusia untuk menghasilkan perubahan frekuensi perilaku sosial tertentu atau tindakan mengontrol lingkungan perilaku tersebut. 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.

Dapat disimpulkan, definisi dari beberapa ahli menekankan pada penerapan teori dan hukum belajar pada modifikasi perilaku. Mereka berpendapat bahwa mengubah perilaku baru disebut modifikasi perilaku bila teknik kondisioning diterapkan secara ketat: tanggapan (response), konsekuensi (akibat), dan stimulus (perangsang) didefinisikan secara objektif dan dicatat secara cermat.

Dari pendapat beberapa ahli di atas juga nampak dua hal pokok dalam modifikasi perilaku yaitu: (1) adanya penerapan prinsip-prinsip belajar, dan (2) adanya suatu teknik mengubah perilaku berdasar prinsip-prinsip belajar. Dalam modifikasi perilaku analisis terhadap perilaku yang akan diubah harus dilakukan menjadi perilaku yang tunggal (rinci), sehingga berbeda dengan perilaku yang lain. Prosedur dan hasil modifikasi perilaku ada kemungkinan dapat diterapkan ke perilaku lain sepanjang ada kemiripan karakteristik perilaku yang akan diubah dengan perilaku yang berhasil diubah.

Modifikasi perilaku sebagai salah satu teknik mengubah perilaku memiliki keunggulan dan kelemahan (Purwanta, 2012). Beberapa keunggulan modifikasi perilaku antara lain : 1) Langkah-langkah dalam modifikasi perilaku dapat direncanakan terlebih dahulu. Rencana dapat dimintakan persetujuan individu yang akan diubah perilakunya, sehingga akan lebih kooperatif, 2) Perincian pelaksanaan dapat diubah selama perlakuan/ terapi berlangsung. Perubahan yang dilakukan disesuaikan dengan kebutuhan klien, 3) Bila dari hasil monitoring ternyata suatu teknik gagal atau kurang berhasil untuk menimbulkan perubahan, segera dapat dideteksi dan diusahakan untuk digunakan teknik penggantinya.4) Teknik-teknik yang dipakai dalam modifikasi perilaku dapat diterangkan dan diatur secara rasional. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diramalkan dan dievaluasi secara objektif. 5) Waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan

perubahan lebih singkat daripada menggantungkan perubahan yang terjadi secara insight yang diperoleh subjek

Pemilihan teknik modifikasi perilaku sangat bergantung pada jenis perilaku yang akan diubah dan tujuan yang akan dicapai dalam perubahan serta kemampuan modifikator dalam melaksanakan modifikasi perilaku. Teknik modifikasi perilaku yang dipilih dalam penelitian ini adalah : 1) **Prosedur Peneladanan (Teknik Modelling)**, Banyak perilaku manusia dibentuk melalui model yaitu dengan mengamati dan meniru perilaku orang lain untuk membentuk perilaku baru dalam dirinya (Bandura, 1977). Prosedur meneladani adalah prosedur yang memanfaatkan proses belajar melalui pengamatan, di mana perilaku seseorang atau beberapa orang teladan, berperan sebagai perangsang terhadap pikiran, sikap, atau perilaku subjek pengamat tindakan untuk ditiru atau diteladani (Soekadji, 1983). Blackham dan Silberman (1971) memberikan rambu-rambu langkah dasar yang perlu diperhatikan dalam menggunakan prosedur meneladani, 2) **Tabungan Kepingan (Token Economic)**, Tabungan kepingan adalah suatu cara atau teknik untuk pengukuhan tingkah laku yang ditujukan seseorang anak yang sesuai dengan target yang telah disepakati, dengan menggunakan hadiah untuk penguatan secara simbolik. Beberapa jenis kepingan sebagai simbol pengukuhan yang sering digunakan antara lain bintang, sticker, kancing, dll. Walker, Clement & Hedberg (1981) mengungkapkan bahwa ada enam elemen pokok sebagai prinsip dalam tabungan kepingan.

Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana proses perubahan tingkah laku yang dilakukan dengan teknik modifikasi perilaku.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang menggunakan metode deskripsi dalam memahami sebuah perubahan perilaku pada anak usia dini. Di dalam pembentukan perilaku ada hal-hal yang mempengaruhi baik itu yang berasal dari dalam individu maupun dari luar individu. Modifikasi perilaku merupakan teknik yang memanfaatkan pengkondisian lingkungan atau faktor eksternal untuk mengubah perilaku individu khususnya pada anak usia dini.

Subjek diperoleh melalui observasi dan wawancara mendalam dengan Subjek penelitian dipilih secara purposive yaitu anak usia dini di dukuhwaluh kecamatan kembaran yang membutuhkan tindakan modifikasi perilaku untuk mengubah perilaku anak, informasi tersebut didapat dari hasil wawancara dengan orang tua atau kerabat dekatnya. Berikut ini adalah identitas anak dan perilaku yang akan dimodifikasi :

Tabel 1. Daftar Subjek Penelitian

No.	NAMA		USIA	L/P	PERILAKU
1.	Alfino	Jauzza	3 Thn	L	Membiasakan tidak ngompol
	Sovian				
2.	Aqila	Syafiqa	2,5	P	Membiasakan pipis di kamar
	Zayyan		Thn		mandi/membiasakan suka makan sayur
3.	Atma	Hanan	2 Thn	L	Membiasakan bilang sebelum BAK
	Fadhil	Al			dan BAB/ membiasakan suka makan sayur
4.	Shafa	Attaqi	8 Thn	P	Membiasakan suka makan sayur
	Anfisyah				
5.	Baharizky		7 Thn	L	Menghilangkan sikap tidak menang sendiri
	Fardiyansah				
6.	Khayatun	Nisa	5 Thn	P	Membiasakan makan buah-buahan
7.	M. Fatih		7 Thn	L	Menghilangkan kebiasaan bohong
8.	Aderisky	Citra A	4 Thn	P	Membiasakan makan teratur
9.	Anita	Marsya N F	8 Thn	P	Pembiasaan mandiri dalam aktivitas sehari-hari.
10.	Nahdya	Khoirun	8 Thn	P	Membiasakan berbicara sopan
	Nisa				
11.	Naufal		2 Thn	L	Membiasakan berdoa sebelum makan
	Shendyanthoro				
12.	Muhammad	Raffi R	3 Thn	L	Menghilangkan kebiasaan nonton TV dengan jarak dekat.

Observasi diperlukan untuk melihat realitas sosial yang tidak dapat ditangkap melalui teknik kuesioner. Observasi dilakukan dengan memandang, melihat, dan mengamati lingkungan sehingga diperoleh data mengenai aspek tingkah laku manusia, gejala alam, maupun mengenai proses perubahan sesuatu yang menampak (Surakhmad, 1985). Selain observasi juga dilakukan pengumpulan data melalui wawancara mendalam digunakan untuk meminimalisasi kemungkinan terjadinya bias.

Penelitian ini menggunakan sistem pengolahan yang dilakukan bersamaan dengan pengumpulan data. Peneliti dapat mengembangkan sendiri namun tetap memperhatikan kriteria standar. Serangkaian data yang terkumpul dalam penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif melalui data primer yang diperoleh dari subjek penelitian ditambah dengan referensi data sekunder.

Proses analisis diperoleh dengan menelaah seluruh data dari berbagai sumber yaitu pustaka, pengamatan, dan wawancara. Selanjutnya mereduksi data

yaitu merangkum dan memilih data pokok, dilakukan dengan membuat abstraksi, kemudian menyusunnya dalam satuan-satuan. Satuan-satuan tersebut dapat berwujud kalimat-faktual sederhana dan paragraf penuh, yang ditemukan dalam catatan pengamatan, catatan wawancara, catatan lapangan atau dokumentasi lain. Kemudian satuan-satuan tersebut dikategorisasikan dengan memberi kode-kode tertentu.

Tahap selanjutnya adalah penafsiran data. Pada deskriptif analisis, rancangan organisasional dikembangkan dari kategori-kategori yang ditemukan dalam hubungan-hubungan yang disarankan atau muncul dari data. Dengan demikian deskripsi baru yang perlu diperhatikan dapat dicapai. Tujuan penafsiran data ini adalah untuk mencapai teori substantif melalui proses analisis (Moleong, 1994). Analisis data sudah dilakukan sejak dari lapangan, yang dilakukan dengan penghalusan data, menyusun kategori dengan kawasannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini pemaparan dinamika perubahan perilaku subjek selama tindakan modifikasi dilakukan :

1. Subjek 1 (Alfino Jauza Sovian)

Jauza sangat aktif dan sehat. Orangtuanya ingin mengajarkan untuk tidak pipis di celana. Peneliti bekerjasama dengan orangtua untuk melakukan tindakan modifikasi. Pada minggu pertama tidak ada perubahan apapun dalam kebiasaan mengompol Jauza. Pada minggu kedua barulah sedikit berkurang kebiasaan mengompolnya. Pada minggu ketiga kebiasaan pipis di kamar mandi meningkat dan orangtua masih konsisten memberikan *reward* berupa pujian kepada Jauza setelah selesai pipis di kamar mandi. Bahkan di minggu keempat Jauza sudah mampu pipis di kamar mandi tanpa bantuan lagi. Jauza merasakan nyaman dengan kemandiriannya tidak lagi tergantung orangtua seperti saat masih mengompol, selalu harus mencari orangtuanya untuk membantunya berganti celana. Saat ini kebiasaannya untuk pipis di kamar mandi dengan mandiri membuat Jauza yang aktif lebih nyaman.

2. Subjek 2 (Aqila Syafiq Zayyan)

Pembiasaan tidak mengompol meski tanpa popok dilakukan selama lima minggu. Di minggu pertama pengasuh dan semua orang yang tinggal serumah dengan anak mulai memberi pengertian kepada anak kalau mau buang air kecil harus bilang terlebih dahulu kemudian pergi ke kamar mandi. Hal ini dilakukan terus menerus saat pengasuh mengganti celana atau popok saat Aqila mengompol. Minggu kedua saat pertama kalinya Aqila tidak mengompol pengasuh memberikan pujian. Perkembangan bahasa Aqila termasuk bagus, sehingga dalam waktu singkat kalimat arahan untuk tidak mengompol sudah dengan mudah dihafalkan. Ini sangat membantu dalam menguatkan perilaku yang diharapkan menjadi kebiasaan Aqila, yaitu tidak lagi mengompol. Hal ini terlihat sangat berbeda pada minggu keempat dan kelima, Aqila tidak hanya menghilangkan kebiasaan mengompol tetapi sudah mau belajar melepas celana sendiri sebelum

buang air kecil. Hambatan yang terjadi adalah saat Aqila sedang asyik bermain dengan teman-temannya, dia cenderung emnahan keinginannya buang ari kecil sehingga memilih mengompol supaya tidak perlu berhenti bermain.

3. Subjek 3 (Atma Hanan Al Fadhil)

Pada minggu pertama ada beberapa hal yang dilakukan, yaitu mengkomunikasikan maksud dan tujuan modifikasi kepada keluarga Atma; pemberian contoh dan komunikasi yang baik tentang bagaimana buang air besar maupun ketika buang air besar. Pertama yang diharapkan adalah Atma mampu bicara ketika merasa ingin buang air besar. Kebiasaan ini muncul di minggu kedua. Pada minggu ketiga, Atma diberi pemahaman dan contoh bagaimana posisi buang air besar yang benar. Sebelumnya Atma buang air besar dalam posisi berdiri, sehingga diharapkan untuk selanjutnya bisa melakukan dengan jongkok. Dengan kebiasaan bicara sebelum buang air besar maka pengasuh atau orangtuanya dapat memberi arahan agar Atma melakukannya dengan jongkok sekaligus mengajaknya segera ke kamar mandi. Pembiasaan dilakukan pada minggu ketiga dan keempat memang belum terlihat berhasil, namun terus dilakukan karena menunjukkan kesediaan Atma untuk mengikuti arahan.

4. Subjek 4 (Shafa Attaqi Anfisyah)

Pada awal pelaksanaan modifikasi peneliti membuat kesepakatan dengan orangtua agar Shafa mau makan nasi, lauk, dan sayur. Setiap minggu dilakukan pemantauan dan di akhir minggu *reward* akan diberikan jika Shafa bersedia makan sayur dan lauk. Pada minggu pertama masih sedikit demi sedikit untuk mencoba makan sayur. Pada minggu kedua Shafa sudah mencoba makan sayur meski harus ditunggu karena apabila tidak ditemani sayur akan dimuntahkan. Pemberian motivasi dan pengertian pentingnya sayuran dan keyakinan bahwa rasa sayur itu enak secara perlahan terus dilakukan. Pada minggu ketiga sudah makan dengan sayur karena ibu Shafa memasak sayuran dengan menarik yaitu mengkombinasikan dengan makanan kesukaan Shafa. Pada minggu keempat udah terbiasa makan dengan sayur.

5. Subjek 5 (Baharizky Fardiyansah)

Baharizky mengompol setiap malam saat tidur. Kebiasaan ini berlanjut sampai usianya sekarang sudah 7 tahun. Pelaksanaan modifikasi pada minggu pertama tidak memberi dampak penurunan kebiasaan mengompol. Tahap demi tahap diulangi pada minggu kedua, yaitu membiasakan Baharizky pipis sebelum tidur. Orangtua juga secara teratur berpesan kepada Baharizky menjelang tidur, apabila nanti malam terbangun karena ingin pipis boleh membangunkan bapak atau ibu untuk menemani ke kamar mandi. Hal ini dilakukan terus menerus. Barulah pada minggu kedua frekuensi mengompol mulai berkurang.

6. Subjek 6 (Khayatun Nisa)

Nisa menghindari buah dan sayur, memilih nasi dan lauknya saja saat makan. Modifikasi dilakukan selama lima minggu. Setiap hari, aneka sayuran

dimasak menjadi berbagai macam sayur olahan yang menarik. Setiap Nisa bersedia untuk makan sayuran dan buah-buahan maka token berupa bintang akan diberikan. Nisa menyukai bintang-bintang yang diperolehnya. Tiga minggu pertama tindakan modifikasi yang dilakukan memberi perubahan pada kebiasaan makanan yang dipilih oleh Nisa. Namun pada minggu keempat Nisa sakit flu, sehingga nafsu makannya menurun. Pada minggu kelima kondisi Nisa sudah sehat sehingga frekuensi makan dengan menu sayur meningkat kembali. Sampai saat ini Nisa masih harus diberi bintang agar mau makan sayur dan buah, hal ini menunjukkan bahwa orangtua Nisa masih konsisten dengan modifikasi yang sedang dilakukan.

7. Subjek 7 (M. Fatih)

Fatih merupakan anak laki-laki yang mempunyai kebiasaan berbohong. Kebohongan yang dilakukan adalah upaya Fatih untuk menghindari hukuman dari kedua orangtuanya saat Fatih melanggar aturan di rumah. Oleh karena itu sebelum melakukan tindakan modifikasi peneliti mengajak orangtua Fatih untuk mendiskusikan penyebab kebiasaan berbohong sampai orangtuanya menyadari hukuman yang selama ini diterapkan berdampak negatif. Kesadaran orangtua Fatih untuk menghentikan hukuman berupa kekerasan verbal dan fisik merupakan titik awal yang baik untuk melakukan tindakan modifikasi. Meskipun sampai minggu keempat pelaksanaan tindakan modifikasi, Fatih masih kerap berbohong, namun sudah berkurang frekuensinya.

8. Subjek 8(Aderisky Citra A)

Citra tidak mau makan hidangan yang disediakan oleh ibunya, bahkan di minggu pertama modifikasi, perilakunya tidak berubah sama sekali. Tindakan modifikasi dilanjutkan ke minggu berikutnya, meski sulit namun ada penurunan kebiasaan jajan sehingga Citra mulai mau mencicipi hidangan ibunya. Hal ini menjadi awal yang baik, maka modifikasi dilanjutkan pada minggu ketiga dan keempat. Pada minggu terakhir observasi, Citra sudah membiasakan diri dengan makan hidangan yang disediakan ibunya dengan teratur. Peneliti masih menjalin komunikasi dengan ibu subjek untuk membantu apabila kebiasaan jajan muncul kembali dan menyebabkan hilangnya kebiasaan makan di rumah.

9. Subjek 9(Anita Marsya N F)

Subjek akrab dipanggil Caca, sangat manja dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari yaitu makan, mandi, memakai baju, memakai sepatu, membereskan mainan, dan sebagainya. Penerapan token ekonomi dengan simbol bintang membutuhkan waktu dua minggu untuk membuat Caca tertarik dengan *reward*. Selama empat minggu perilaku manja Caca jauh lebih berkurang. Hal ini karena Caca sangat senang dengan pengumpulan bintang yang akan ditukar *reward* berupa donat jika sudah terkumpul sejumlah sepuluh. Bintang akan diberikan pada setiap perilaku mandiri. Di minggu keempat, Caca sudah terbiasa makan, mandi, berpakaian, memakai sepatu, dan membereskan mainan sendiri.

10. Subjek 10(Nahdya Khoirun Nisa)

Hasil observasi pada Nahdya menunjukkan kebutuhan untuk mengurangi kebiasaan berkata kasar. Peneliti mengkomunikasikan dengan baik kebiasaan Nahdya dan meminta izin untuk melakukan modifikasi kepada orangtuanya. Ternyata orangtua Nahdya menyambut dengan sangat antusias modifikasi ini karena bingung bagaimana cara menangani kebiasaan mal adaptif putrinya. Selama empat minggu dilakukan modifikasi, kata-kata kasar tidak hanya berkurang tetapi sudah muncul kebiasaan berkata sopan. Hal ini terlihat dari kebiasaan membentak-bentak saat membutuhkan sesuatu menjadi permintaan tolong dan permisi.

11. Subjek 11(Naufal Shendyanthoro)

Pembiasaan berdoa sebelum makan dilakukan selama empat minggu menggunakan teknik modelling. Role model dalam pelaksanaan modifikasi ini adalah kakak sepupu Naufal yang tinggal satu rumah dan berusia lebih tua dari Naufal. Pada minggu pertama belum ada perubahan perilaku pada Naufal. Baru kemudian Naufal tertarik meniru kebiasaan kakak sepupunya yang selalu berdoa saat akan makan pada minggu- minggu berikutnya.

12. Subjek 12(Muhammad Raffi R)

Minggu pertama, peneliti melakukan komunikasi dengan orangtua Raffi terkait pelaksanaan modifikasi perilaku yang akan dilakukan untuk mengurangi kebiasaan menonton televisi dari jarak yang terlalu dekat. Persetujuan orangtua Raffi sangat membantu untuk menerapkan peraturan dalam modifikasi yang akan dilakukan. Keluarga akan mengingatkan Raffi saat menonton televisi terlalu dekat, apabila kemudian Raffi menuruti maka akan diberikan *reward* yaitu dibelikan makanan kesukaan Raffi. Pada minggu pertama belum tampak perubahan perilaku pada Raffi. Minggu kedua, modifikasi tetap dilakukan dengan mengubah *reward*, semula makanan menjadi mengajak bermain bersama. Ternyata *reward* berupa ajakan bermain bersama lebih menarik bagi Raffi sehingga terjadi penurunan perilaku menonton televisi dari jarak yang terlalu dekat. Pada minggu ketiga dan keempat, bentuk *reward* ajakan bermain masih diterapkan dan memberikan dampak perubahan perilaku yang semakin baik. Yaitu penurunan perilaku menonton televisi dengan jarak yang terlalu dekat. Modifikasi perilaku ini tidak akan berhenti meski peneliti sudah selesai melaksanakannya karena orangtua Raffi dapat meneruskan pembiasaan perilaku.

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. Dapat disimpulkan, definisi dari beberapa ahli menekankan pada penerapan teori dan hukum belajar pada modifikasi perilaku. Mereka berpendapat bahwa mengubah perilaku baru disebut modifikasi perilaku bila teknik kondisioning diterapkan secara ketat: tanggapan (*response*), konsekuensi (*akibat*), dan stimulus (*perangsang*) didefinisikan secara objektif dan dicatat secara cermat. Dalam

penelitian ini perubahan perilaku pada beberapa subjek menggunakan teknik token ekonomi yaitu: Raffi, Nahdya, Anita, Aderisky, fatih, Risa, Bahariski, Shafa, Aqila dan Alfino. Selain itu beberapa subjek dilakukan modifikasi dengan menggunakan teknik modelling yaitu: Naufal dan Atma. Masing-masing subjek diberi tindakan modifikasi selama satu bulan, dicatat perubahan perilaku di setiap harinya dan dilakukan evaluasi pada tiap akhir pekan.

Tabungan kepingan adalah suatu cara atau teknik untuk penguatan tingkah laku yang ditujukan seseorang anak yang sesuai dengan target yang telah disepakati, dengan menggunakan hadiah untuk penguatan secara simbolik. Berdasarkan teori tersebut peneliti melakukan komunikasi terlebih dahulu di setiap modifikasi yang akan dilakukan. Komunikasi ini diantaranya adalah melakukan kesepakatan mengenai target dan reward. Beberapa reward yang digunakan dan telah disepakati bersama subjek adalah coklat, es krim, jalan-jalan, mainan boneka, dan mainan mobil-mobilan.

Prosedur meneladani adalah prosedur yang memanfaatkan proses belajar melalui pengamatan, di mana perilaku seseorang atau beberapa orang teladan, berperan sebagai perangsang terhadap pikiran, sikap, atau perilaku subjek pengamat tindakan untuk ditiru atau diteladani (Soekadji, 1983). Model yang dipilih untuk mengubah perilaku subjek antara lain saudara atau kakak dan orangtua. Keduanya lebih sering berinteraksi dengan subjek sehingga akan memberi pengaruh yang lebih besar dibanding orang lain. Alasan lain adalah anggota keluarga tersebut juga lebih mudah untuk bekerjasama dalam perubahan tingkah laku yang dilakukan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya perubahan tingkah laku dari perilaku mal adaptif ke perilaku adaptif dengan teknik modifikasi. Modifikasi perilaku pada anak usia dini cukup efektif untuk mengubah perilaku baik menambahkan kebiasaan positif maupun mengurangi kebiasaan negatif. Dalam pelaksanaan modifikasi harus memperhatikan prosedur yang benar, kerjasama yang baik antar anggota keluarga dalam pelaksanaan teknik, pemberian pengertian, dan peneladanan ataupun puian yang dilakukan secara konsisten dan terus menerus terbukti dapat mengubah perilaku anak usia dini. Langkah atau prosedur yang dilakukan cukup mudah diterapkan pada anak usia dini dan tidak menyulitkan orangtua untuk melakukannya sehingga tidak tergantung kepada peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A (1977), *Social Learning Theory*, Englewoods Cliffs, New Jersey, Prentice-Hall, Inc.
- Bootzin, R R (1975), *Behavior Modification and Therapy: An Introduction*. Cambridge, Mass, Winthrop Pub.
- Danim, S (2010), *Perkembangan Peserta Didik*, Bandung, Alfabeta.

- Martin, G & Pear, J (2015), *Modifikasi Perilaku, Makna dan Penerapannya*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Powers, R, B & Osborn, J, G (1976), *Fundamental of Behavior*, New York, West Publishing Company.
- Purwanta, E (2012), *Modifikasi Perilaku: Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Soekadji, S (1983), *Modifikasi Perilaku: Penerapan sehari-hari dan Penerapan Profesional*, Yogyakarta, Liberty.
- Surakhmad, W (1985), *Pengantar Penelitian Ilmiah*, Bandung, Tarsito
- Wolpe, J. (1973), *The Practice Of Behavior Therapy*, New York, Pergamon Pres.
- Walker, C, E, Clement, P,W, Hedberg, A, G & Wright, L (1981), *Clinical Procedures for Behavior Therapy*, New York, Prentice Hall, Inc.