

PENERAPAN TEKNIK SHAPING UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU ON-TASK ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

Rahmatika Septina Chairunnisa, Cut Nurul Kemala

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia
E-mail:rahmatikasch@gmail.com, cut.kemala@ui.ac.id

Abstract

The aim of this study was to examine the effectiveness of the application of shaping technique with positive reinforcement, prompting, and fading technique in increasing the duration of on task-behavior in children with attention problem. The participant was AR, a 6-year-1-month-old boy who showed some behavior criteria or description of attentional disorder in interactive disorder category (ICDL-DMIC, 2005). The design in this study was a single-subject design with A-B type. The observer used a continuous recording method to measure the duration of on-task and off-task behavior when the child was working on some grade-1-level academic tasks. The result showed longer on-task behavior duration at the end of the intervention program.

Key words: *shaping, positive reinforcement, on-task behavior, attention problem*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dari penerapan teknik *shaping* yang didukung dengan teknik *positive reinforcement*, *prompting*, dan *fading* dalam meningkatkan durasi perilaku *on-task* anak dengan masalah atensi saat menyelesaikan tugas. Subjek dalam penelitian ini adalah AR, seorang anak laki-laki berusia 6 tahun 1 bulan yang menampilkan beberapa perilaku yang sejalan dengan gambaran dari *attentional disorder* di bawah kategori *interactive disorder* (ICDL-DMIC, 2005). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *single-subject design* dengan tipe A-B. Pengukuran durasi perilaku *on-task* dan *off-task* dilakukan melalui observasi dengan metode *continuous recording* ketika anak mengerjakan tugas. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan durasi perilaku *on-task* saat intervensi diberikan.

Kata kunci: *shaping, positive reinforcement, perilaku on-task, masalah atensi*

PENDAHULUAN

Masalah belajar merupakan masalah yang umum atau sering dihadapi oleh anak-anak pada usia sekolah. Masalah belajar tersebut meliputi kurangnya motivasi, ketidakmampuan memproses informasi karena adanya hambatan intelektual, masalah inatensi, serta masalah

TEKNIK *SHAPING* UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

hiperaktivitas. Masalah inatensi merupakan salah satu hal yang paling sering terjadi di sekolah dan berkaitan dengan kegagalan signifikan yang dialami anak di sekolah (Zentall, 2005). Inatensi ialah mudah teralihnya perhatian anak ketika melakukan suatu kegiatan maupun kesulitan untuk mempertahankan konsentrasinya, yang dapat disebabkan oleh stimulus dari luar maupun dalam diri (Mash & Wolfe, 2013).

AR, berusia 6 tahun 1 bulan, saat ini telah memasuki jenjang pendidikan kelas 1 Sekolah Dasar (SD). AR seringkali menampilkan masalah inatensi ketika melakukan suatu kegiatan atau mengerjakan suatu tugas, sehingga seringkali membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan tugas atau tidak mampu menyelesaikannya. Beberapa perilaku AR juga ditemukan sejalan dengan gambaran dari *attentional disorder* di bawah kategori *interactive disorder* (ICDL-DMIC, 2005). Perilaku AR yang terlihat ialah perhatiannya mudah teralih dengan mulai mempertanyakan hal-hal yang ia lihat atau dengar pada pemeriksa atau orangtua, tidak dapat duduk diam dan tenang (maksimal hanya mampu duduk tenang selama 5 menit) ketika mengerjakan suatu tugas, seringkali beranjak dari kursinya, berjalan-jalan di sekitar ruangan, atau menggerak-gerakkan kursinya hingga menghasilkan suara. AR juga seringkali membicarakan apapun yang ada di pikirannya ataupun sibuk melakukan aktivitasnya sendiri, termasuk memainkan atau memegang benda-benda kecil di tangannya, serta seringkali menghentikan kegiatan yang sedang ia lakukan dan terlihat melamun. Dalam kegiatan bermain, AR juga seringkali beralih ke permainan lain kurang dari 5 menit, tanpa menyelesaikan mainan sebelumnya.

Sebelum diberikan intervensi, rentang atensi AR ketika melakukan suatu kegiatan atau menyelesaikan tugas ialah sekitar 2 menit. Rentang atensi ini diperoleh melalui pengukuran *baseline* yang dilakukan sebanyak 4 kali. Sementara itu, rentang atensi yang seharusnya dimiliki oleh anak pada usia 6 tahun ialah selama 15 hingga 18 menit (Siregar, 2018). Pada usia AR saat ini, yaitu 6 tahun, yang termasuk ke dalam masa *middle childhood* atau usia sekolah, ia juga seharusnya mulai dapat memfokuskan perhatian pada informasi yang dibutuhkan sambil mengabaikan informasi yang tidak relevan (Papalia, Feldman, & Martorell, 2012).

Anak dengan masalah inatensi menunjukkan lemahnya perilaku *on-task* saat sedang mengerjakan suatu tugas. Perilaku *on-task* merupakan kemampuan dalam memusatkan atensi pada tugas yang dikerjakan tanpa melakukan kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan tugas tersebut (Graham-Day, Gardner, & Hsin, 2010). Aziz dan Yasin (2018) menyatakan terdapat hasil penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa dampak positif dari perilaku *on-task* akan meningkatkan performa akademik dan memperlancar proses pembelajaran anak di sekolah. Sementara itu, perilaku *off-task* telah ditemukan memiliki dampak negatif terhadap performa dan pencapaian akademik atau skolastik anak (Godwin, dkk., 2013; Daley & Birchwood, 2010).

Melihat keterkaitan antara masalah inatensi dengan kesulitan yang dapat dialami anak dalam memenuhi tuntutan di sekolah, perlu adanya intervensi yang diberikan pada AR untuk meningkatkan kemampuannya mempertahankan atensi dalam mengerjakan suatu tugas tanpa melakukan kegiatan lain di luar tugas atau disebut dengan perilaku *on-task*. Untuk menyiapkan anak agar mampu bekerja secara mandiri dan dapat menampilkan perilaku *on-task*, orang dewasa tidak dapat hanya menunggu atau mengharapkan anak untuk melakukan dengan sendirinya, melainkan diperlukan intervensi untuk meningkatkan perilaku tersebut, khususnya pada anak dengan masalah atensi (Slattery, 2013).

Beberapa perilaku yang termasuk ke dalam perilaku *on-task* ialah memegang pensil di tangan, mata memandang ke arah lembar kerja, tetap duduk di tempatnya, menulis jawaban pada lembar soal, memperhatikan guru, merespon pertanyaan guru, menanyakan pertanyaan yang berkaitan dengan tugas, memandang ke arah selain tugas kurang dari 5 detik, serta mengikuti instruksi dari guru (Graham-Day, Gardner, Hsin, 2010; Abel, Gadowski, & Brodhead, 2016). Selain itu, membuat komentar tentang kesuksesan atau kegagalan anak pada tugas dan meminta bantuan guru dalam mengerjakan tugas juga termasuk ke dalam perilaku *on-task* (Beserra, Nussbaum, & Oteo, 2017).

Perilaku *off-task* dibagi ke dalam tiga kategori, yaitu perilaku *off-task* motorik, perilaku *off-task* verbal, dan perilaku *off-task* pasif. Perilaku *off-task* motorik diartikan sebagai gerakan motorik yang dilakukan oleh anak yang tidak berkaitan dengan target rutinitas atau tugas (misalnya beranjak dari tempat duduk ketika sedang belajar atau mengerjakan tugas). Perilaku *off-task* verbal diartikan sebagai verbalisasi yang tidak berkaitan dengan tugas yang sedang dikerjakan (misalnya berbicara dengan orang lain mengenai hal yang tidak berkaitan dengan tugas, berteriak, atau menangis). Kemudian, perilaku *off-task* pasif diartikan sebagai tidak terlibatnya anak terhadap suatu tugas atau rutinitas yang sedang dikerjakan dalam jangka waktu minimal 5 detik yang ditunjukkan dengan perilaku pasif (misalnya melamun, tidak melihat ke arah tugas) (Slattery, 2013).

Intervensi akan dilakukan dengan pendekatan modifikasi perilaku. Modifikasi perilaku merupakan metode yang dilakukan untuk membentuk, menghilangkan, atau mengubah perilaku tertentu yang spesifik pada anak (Miltenberger, 2012). Teknik modifikasi perilaku yang digunakan ialah *shaping*. *Shaping* merupakan teknik yang digunakan untuk mengembangkan perilaku baru dengan cara menguatkan perilaku yang mendekati target secara bertahap. Salah satu dimensi perilaku yang dapat ditingkatkan dengan teknik *shaping* ialah durasi, yaitu waktu yang digunakan selama perilaku berlangsung (Martin & Pear, 2015).

Untuk menunjang pembentukan perilaku *on-task*, anak akan menerima *positive reinforcement* setiap kali ia berhasil menguasai keterampilan atau perilaku pada tahap tertentu sesuai target yang telah ditentukan (Miltenberger, 2012). *Positive reinforcement*

TEKNIK *SHAPING* UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

dilakukan dengan memberikan penguat tingkah laku yang bersifat positif pada anak, yaitu berupa fisik, seperti *sticker*, dan berupa *social reinforcer*, seperti pujian, acungan jempol, tepuk tangan, dan yang semacamnya. Pemberian *positive reinforcement* berupa fisik ini akan dilakukan sesuai dengan prosedur *token economy*, dimana individu dapat memperoleh token atau poin setelah menampilkan perilaku yang diharapkan. Poin tersebut diakumulasikan dan ditukarkan dengan *backup reinforcers* atau hadiah yang lebih besar (Martin & Pear, 2015).

Menurut Skinner, *positive reinforcement* lebih efektif dalam proses mengubah dan mempertahankan perilaku yang diharapkan daripada menggunakan hukuman (Aziz & Yasin, 2018). Hasil penelitian juga mendukung pernyataan tersebut, diantaranya yaitu terdapat hubungan antara penggunaan *positive reinforcement*, yaitu *token economy*, dengan peningkatan konsentrasi anak dalam aktivitas membaca, efektivitas penggunaan *token economy* dalam meningkatkan konsentrasi anak dalam menyelesaikan tugas (perilaku *on-task*), serta efektivitas penggunaan *reward* dalam meningkatkan perilaku anak dengan ADHD berusia sekolah dasar untuk tetap bertahan mengerjakan tugas-tugasnya (Carnett, dkk., 2014; Aziz & Yasin, 2018; Iaboni, Douglas, & Baker, 1995).

Program intervensi ini dilakukan dalam bentuk kegiatan mengerjakan tugas. Menurut Sarafino (1996), kebiasaan belajar dengan melakukan kegiatan secara rutin, dimana subjek mempelajari suatu hal dalam kegiatan tersebut dan melibatkan penguatan di dalamnya, akan menghasilkan suatu perubahan perilaku, dalam hal ini yaitu meningkatnya durasi perilaku *on-task*. Teknik lain yang akan digunakan untuk menunjang pembentukan perilaku *on-task* ialah *prompting*. *Prompt* merupakan alat atau stimulus yang digunakan untuk membantu meningkatkan kemunculan perilaku yang diharapkan (Martin & Pear, 2015).

Prompt yang dapat digunakan ialah *response prompts*, yaitu perilaku yang ditunjukkan oleh orang lain yang akan memicu munculnya target perilaku anak, berbentuk verbal, gestur, demonstrasi target perilaku, dan fisik (Miltenberger, 2012). *Response prompts* juga merupakan *feedback* yang segera diberikan pada anak dengan masalah atensi yang bertujuan menyediakan stimulasi yang meningkat untuk membantu anak mempertahankan atensinya (Zentall, 2005). Penggunaan *prompt* akan dikurangi secara bertahap sehingga pada akhirnya anak dapat menampilkan perilaku yang diharapkan secara mandiri, disebut dengan teknik *fading* (Miltenberger, 2012).

METODE

Partisipan

Partisipan penelitian adalah seorang anak laki-laki berinisial AR yang berusia 6 tahun 1

bulan. Saat ini ia berada di bangku kelas 1 Sekolah Dasar (SD). Berdasarkan hasil pemeriksaan psikologis terhadap AR melalui wawancara, observasi, tes WPPSI, Frostig, dan beberapa tes lainnya, ditemukan bahwa AR mengalami kesulitan dalam melakukan *selective attention*, yaitu kemampuan untuk berkonsentrasi pada stimulus yang relevan dan tidak terganggu oleh stimulus dalam lingkungan yang tidak relevan dengan tugas, dan *sustained attention*, yaitu kemampuan untuk mempertahankan fokus secara persisten sepanjang waktu terhadap suatu tugas (Mash & Wolfe, 2013). Beberapa perilaku AR juga sesuai dengan kriteria dari *attentional disorder* di bawah kategori *interactive disorder* (ICDL-DMIC, 2005).

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *single subject design* dengan tipe A-B. Penelitian ini melibatkan satu partisipan dan pengukuran dilakukan pada sesi *baseline* (A) dan intervensi (B) (Miltenberger, 2012). Durasi program ini ialah selama 7 minggu, yaitu 2 minggu pertama dialokasikan untuk *baseline* (A), 3 minggu untuk intervensi (B), dan *follow-up* dilakukan 2 minggu setelah sesi intervensi (B) berakhir. Sesi *baseline* dilakukan sebanyak 4 sesi, yaitu 2 sesi dalam 1 minggu. Kemudian, sesi intervensi dilakukan sebanyak 6 sesi, yaitu 2 sesi dalam 1 minggu. Pada sesi intervensi, satu sesi terdiri dari 3 *trial* penyelesaian tugas. Mengacu pada intervensi yang telah dilakukan oleh Nasa, Pudjiati, dan Tjakrawiralaksana (2018) selama 5 sesi, peningkatan durasi perilaku *on-task* yang dilakukan secara bertahap dalam teknik *shaping* membutuhkan 2 atau 3 kali *trial* pada setiap sesinya. Sesi *follow-up* dilakukan sebanyak 1 sesi dengan 3 *trial* penyelesaian tugas. Penelitian sudah melalui proses kaji etik yang disetujui oleh Universitas Indonesia.

Assesmen

Pengukuran durasi perilaku *on-task* dilakukan dengan cara observasi ketika anak sedang mengerjakan tugas yang diberikan. Metode pengukuran yang digunakan adalah *continuous recording*, yaitu observer mengamati anak secara berkelanjutan pada seluruh periode observasi dan mencatat setiap perilaku yang muncul (Miltenberger, 2012). Hal yang dicatat adalah durasi perilaku *on-task* dan *off-task* AR saat menyelesaikan tugas. Hasil pengukuran dibuat dalam bentuk narasi untuk pencatatan observasi perilaku anak dan tabel untuk pencatatan durasi perilaku *on-task* juga *off-task* saat menyelesaikan tugas.

Pengukuran dilakukan pada *natural setting*, yaitu rumah anak. Pencatat atau *observer* dalam program ini ialah perancang program intervensi, yang kemudian disebut PI. Instrumen pencatatan yang digunakan adalah *paper and pencil* menggunakan Lembar Pencatatan Perilaku. Pencatatan hasil observasi dilakukan berdasarkan berapa lama AR melakukan perilaku *on-task* hingga AR menghentikan perilaku *on-task* tersebut atau

TEKNIK SHAPING UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

menampilkan perilaku *off-task* (durasi). Durasi perilaku *off-task* yang AR tampilkan sebelum ia kembali menampilkan perilaku *on-task* juga dihitung dan dicatat oleh PI. Jika pada menit ke-3 AR menghentikan perilaku *on-task*, maka selama 3 menit tersebut disebut dengan perilaku *on-task* 1. Jika AR kembali pada perilaku *on-task*, kemudian ia kembali menghentikan perilaku *on-task*nya pada menit ke-5, maka perilaku yang muncul selama 5 menit tersebut disebut dengan perilaku *on-task* 2, dan seterusnya (Insiyati, 2013) sampai AR menyelesaikan tugas yang diberikan padanya. Berdasarkan ilustrasi di atas, dalam 5 menit pertama AR telah menampilkan 2 periode perilaku *on-task*.

Pada penelitian ini, definisi operasional dari perilaku *on-task* AR yang ingin ditingkatkan yaitu perilaku memegang pensil di tangan, mata memandang ke arah lembar kerja, tetap duduk di tempatnya, menulis jawaban pada lembar kerja, memperhatikan PI ketika sedang menjelaskan tugas, merespon pertanyaan PI, menanyakan pertanyaan yang berkaitan dengan tugas, memandang ke arah selain tugas kurang dari 5 detik, mengikuti instruksi dari PI, membuat komentar tentang kesuksesan atau kegagalan pada tugas, dan meminta bantuan PI dalam mengerjakan tugas. Selain itu, melihat ke arah jam yang disediakan oleh PI untuk memantau waktu pengerjaan tugasnya masih termasuk ke dalam perilaku *on-task*. Seiring dengan meningkatnya perilaku *on-task*, maka perilaku *off-task* akan menurun. Definisi operasional dari perilaku *off-task* yang ingin dikurangi yaitu melihat ke arah lain selain tugas yang sedang dikerjakan atau melamun lebih dari 5 detik, memainkan objek lain, membicarakan hal lain yang tidak berkaitan dengan tugas, tidak memperhatikan PI ketika sedang menjelaskan tugas, mengabaikan pertanyaan atau instruksi PI, beranjak dari tempat duduknya untuk perilaku tidak bertujuan, dan tidak duduk tenang.

Prosedur



Gambar 1

Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa istilah yang digunakan yaitu sesi, *trial*, dan periode. Sesi ialah waktu pelaksanaan pengukuran tingkah laku yang dilakukan dalam 1 hari, baik pada tahap *baseline*, intervensi, maupun *follow-up*. *Trial* ialah percobaan yang dilakukan pada setiap sesi. Periode ialah waktu saat AR mulai menampilkan perilaku hingga menghentikan perilaku. Dengan demikian, periode perilaku *on-task* ialah waktu saat AR menampilkan perilaku *on-task* hingga ia menghentikan perilaku *on-task*. Penelitian ini dilaksanakan di rumah AR pada sore hari. Total durasi pelaksanaan setiap sesi ialah sekitar 120-150 menit. Penelitian ini diawali dengan pengambilan data *baseline* yang dilakukan untuk mengetahui durasi perilaku *on-task* dan *off-task* AR dalam menyelesaikan tugas, serta total durasi yang AR butuhkan untuk menyelesaikan tugas yang diberikan.

Sesi intervensi dilakukan sebanyak 6 sesi, yaitu 2 sesi pada minggu pertama (Kamis, Jumat), 3 sesi pada minggu kedua (Selasa, Kamis, Jumat), dan 1 sesi pada minggu ketiga (Selasa). Hal ini disesuaikan dengan kesediaan dan jadwal AR. Pada sesi intervensi, 1 sesi terdiri dari 3 *trial* penyelesaian tugas. Batas waktu pengerjaan atau penyelesaian tugas pada sesi intervensi ialah selama 37 menit 50 detik untuk 1 *trial*. Waktu jeda antar *trial* ialah sekitar 10 menit. Setiap *trial* terdiri dari serangkaian tugas yang sama untuk menjaga kesamaan tingkat kesulitan tugas. Sementara itu, serangkaian tugas yang akan diberikan pada setiap sesi dibuat serupa atau sejenis, namun konten, seperti gambar, bentuk, dan sebagainya tidak sama dengan sesi sebelumnya. Hal tersebut dilakukan untuk meniru tugas yang diberikan pada anak di sekolah. Tugas yang diberikan di sekolah bukan merupakan tugas yang monoton, melainkan terdapat hal baru atau berbeda setiap harinya.

Tugas yang diberikan terdiri dari 4 (empat) jenis yang berkaitan dengan 4 (empat) kemampuan, yaitu (1) pemahaman atau pengenalan huruf dan angka, (2) keterampilan aritmatik dasar, (3) keterampilan menulis atau menyalin, dan (4) pemahaman terhadap konsep-konsep dasar. Jenis tugas tersebut juga dipilih berdasarkan hasil observasi guru, orangtua, dan pemeriksa bahwa kemampuan-kemampuan AR tersebut perlu dilatih dan ditingkatkan. Tugas-tugas yang diberikan pada sesi intervensi dibuat dan diberikan pada AR dalam bentuk buku agar menyerupai buku tugas atau buku paket AR di sekolah.

Waktu mulai dihitung saat seluruh keperluan mengerjakan tugas sudah siap dan AR sudah duduk di belakang meja yang digunakan untuk mengerjakan tugas. Hal ini juga berlaku pada sesi *baseline* dan *follow-up*. PI akan membunyikan *alarm* sebagai tanda bahwa AR harus mulai untuk mengerjakan tugas yang diberikan dan *alarm* akan kembali berbunyi sebagai tanda bahwa waktu telah berakhir, yaitu setelah 37 menit 50 detik. Jam analog dengan fitur *stopwatch* akan diletakkan di hadapannya agar AR dapat mengetahui waktu yang sudah berjalan selama ia mengerjakan tugas.

Pada sesi intervensi, PI terlebih dahulu memberitahu AR mengenai target durasi perilaku *on-task* pada sesi tersebut dan ketentuan untuk memperoleh *sticker*. PI akan

TEKNIK *SHAPING* UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

menyalakan *stopwatch* ketika AR mulai menampilkan perilaku *on-task* dan mematikan *stopwatch* setiap AR menampilkan perilaku *off-task*. PI akan menyalakan *stopwatch* dan melanjutkan perhitungan waktu ketika AR kembali menampilkan perilaku *on-task*, dan seterusnya. Setiap *trial* tetap akan diberikan pada AR meskipun ia telah berhasil mencapai target durasi pada *trial* pertama. Target durasi akan ditingkatkan pada sesi selanjutnya jika AR berhasil mencapai target durasi pada 2 dari 3 *trial* yang diberikan di sesi sebelumnya. Target durasi dari sesi 1 hingga sesi 6 secara berturut-turut ialah 5 menit, 7 menit, 9 menit, 11 menit, 13 menit, dan 15 menit.

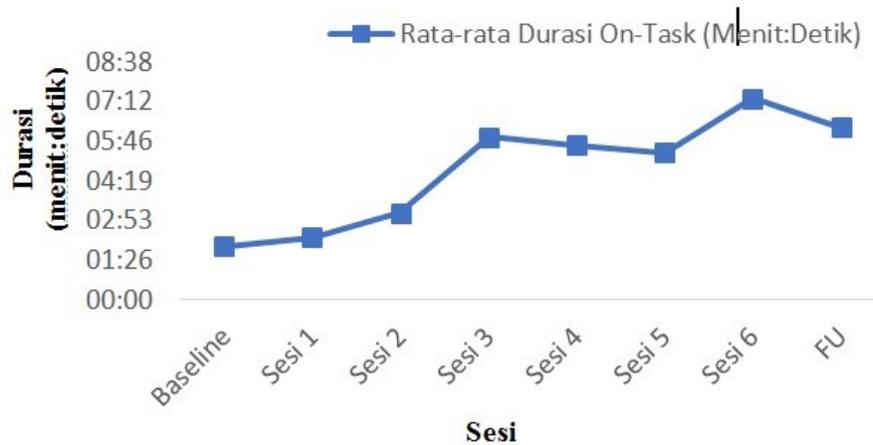
PI memberikan *prompt* dan *positive reinforcement* pada sesi intervensi. *Prompt* yang diberikan ialah *response prompt* dalam bentuk verbal, gestur, maupun fisik. *Prompt* verbal (PV) diberikan dalam bentuk instruksi dan pengingat agar AR mengerjakan kembali tugas yang diberikan padanya tanpa mengerjakan hal lain. *Prompt* gestur (PG) diberikan kepada AR jika ia mulai menampilkan perilaku *off-task* dengan cara menunjuk tugas yang sedang ia kerjakan. Selain itu, *prompt* fisik (PF) dapat diberikan dengan cara memegang pundak AR dan mendudukkannya kembali di kursi. PV merupakan jenis *prompt* yang paling ringan, sehingga PG dan PF tidak diberikan jika AR sudah kembali mengerjakan tugas setelah diberikan PV. *Positive reinforcement* berupa fisik, yaitu *sticker*, akan ditukar dengan *back-up reinforcer* pada akhir sesi 3 dan sesi 6. *Fading* dilakukan secara berkala dengan mengurangi *prompt* dan *positive reinforcement*.

Setelah itu, sesi *follow-up* dilakukan 2 minggu setelah sesi intervensi selesai diberikan. *Follow-up* terdiri dari 1 sesi dengan 3 *trial* penyelesaian tugas. Pada sesi *follow-up*, PI meminta AR untuk menyelesaikan tugas yang diberikan padanya tanpa memberitahu target durasi. Pada sesi ini, PI meminta orangtua untuk mengisi lembar *debriefing* dan memberikan *feedback* pada orangtua terkait hasil dari program modifikasi perilaku yang telah dijalankan. Orangtua juga diberikan kesempatan untuk berdiskusi atau bertanya mengenai hasil dari program intervensi. Selain itu, PI akan memberi saran pada orangtua untuk tetap menjalankan program intervensi ini.

HASIL

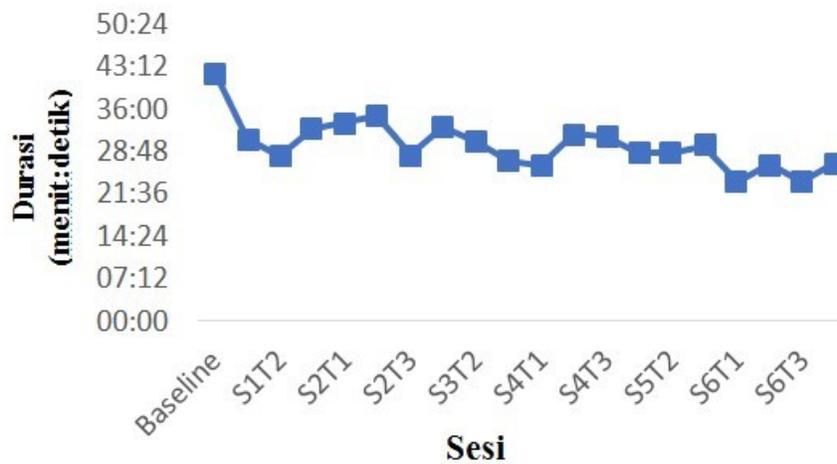
Hasil dari program intervensi yang diberikan pada AR menunjukkan adanya tren peningkatan rata-rata durasi perilaku *on-task* (gambar 2). Pada sesi *baseline*, rata-rata durasi perilaku *on-task* per periode yang AR tampilkan ialah 1 menit 57 detik, sedangkan pada akhir sesi intervensi ialah 7 menit 20 detik. Kemudian pada sesi *follow-up*, rata-rata durasi perilaku *on-task* per periode yang AR tampilkan ialah 6 menit 15 detik. Peningkatan durasi tersebut menunjukkan bahwa AR semakin mampu untuk mempertahankan perilaku *on-task*-nya selama menyelesaikan tugas. Seiring dengan meningkatnya rata-rata durasi

perilaku *on-task* yang AR tampilkan, maka total durasi yang AR butuhkan untuk menyelesaikan tugasnya juga semakin menurun (gambar 3). Dengan kata lain, AR menghabiskan waktu yang lebih singkat untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh PI hingga selesai.



Gambar 2

Grafik Rata-rata Durasi Perilaku On-Task per Periode



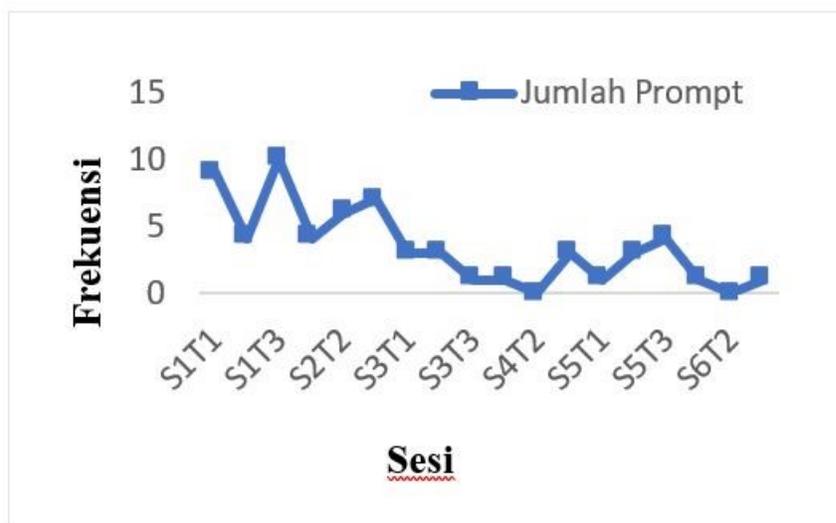
Gambar 3

Grafik Penurunan Durasi Pengerjaan Tugas

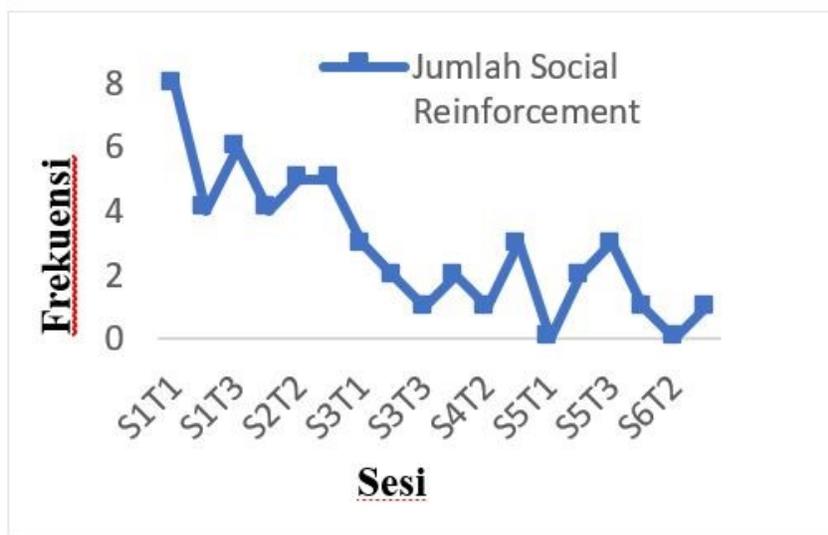
TEKNIK SHAPING UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

Gambar 2 juga menunjukkan bahwa pada sesi intervensi, rata-rata durasi perilaku *on-task* AR yang paling tinggi terlihat pada sesi 6, yaitu selama 7 menit 20 detik. Terdapat penurunan durasi dari sesi 3 menuju sesi 4 dan sesi 5, meskipun penurunan tersebut hanya sebesar 15 hingga 18 detik. Kemudian, terdapat pula penurunan durasi dari sesi 6 menuju sesi *follow-up*. Peningkatan dan penurunan rata-rata durasi perilaku *on-task* tersebut salah satunya dipengaruhi oleh *positive reinforcement* yang diperoleh AR. Sesi 3 dan sesi 6 merupakan waktu penukaran *reinforcement* dalam bentuk fisik, yaitu *sticker*, dengan *back-up reinforcer* yang telah ditentukan. Sebelum kedua sesi tersebut dimulai, PI mengingatkan AR bahwa setelah sesi berakhir, seluruh *sticker* yang telah diperoleh AR akan ditukar dengan *back-up reinforcer*. PI juga mengingatkan AR mengenai hal yang harus ia lakukan agar memperoleh *sticker* dalam jumlah yang lebih banyak.

Secara umum jumlah pemberian *prompt* oleh PI dari sesi intervensi 1 hingga 6 juga semakin berkurang (gambar 4). Terdapat peningkatan jumlah *prompt* dari sesi 4 menuju sesi 5 sebanyak 2 poin. Pada sesi 5, terutama dalam *trial* 2 dan 3, jumlah periode perilaku *on-task* AR kembali meningkat, yang berarti bahwa AR lebih banyak terdistraksi oleh hal lain di dalam ataupun luar dirinya (perilaku *off-task*). Jenis distraktor yang menghentikan perilaku *on-task* AR juga secara umum merupakan hal yang sama atau berulang, seperti memainkan pensil, mencoret bagian kertas lain, melamun, terdiam, dan yang semacamnya. Oleh karena itu, PI lebih banyak memberikan *prompt* pada AR untuk kembali mengerjakan tugas. Jenis *prompt* yang PI berikan pada AR ialah berupa *verbal prompt*. PI tidak memberikan *physical* maupun *gesture prompt*, karena dari sesi 1 AR mampu kembali mengerjakan tugas setiap kali diberikan *verbal prompt*.



Gambar 4
Grafik Penurunan Jumlah Prompt



Gambar 5

Grafik Penurunan Jumlah Social Reinforcement

Gambar 5 menunjukkan tren penurunan jumlah *social reinforcement* yang PI berikan pada AR seiring berjalannya sesi intervensi. Jenis *social reinforcement* yang PI berikan pada AR berupa pujian dan *thumbs-up*. PI memberikan *social reinforcement* setelah AR berhasil menampilkan kembali perilaku *on-task* dengan ataupun tanpa *prompt*. Akan tetapi, *social reinforcement* tersebut tidak PI berikan setiap kali AR berhasil menampilkan kembali perilaku *on-task* setelah ia terdistraksi oleh hal lain. Meski demikian, PI selalu memberikan *social reinforcement* berupa pujian di akhir setiap *trial*, yaitu ketika PI memberikan *sticker* pada AR untuk ditempelkan pada papan.

PEMBAHASAN

Program modifikasi perilaku menggunakan teknik *shaping* dan didukung dengan teknik *positive reinforcement*, *prompting*, serta *fading* ini dilakukan untuk meningkatkan durasi perilaku *on-task* AR saat sedang menyelesaikan tugas. Program intervensi yang dilakukan dalam 6 (enam) sesi dan terdiri dari 3 (tiga) *trial* pada setiap sesinya belum berhasil meningkatkan durasi perilaku *on-task* yang AR tampilkan saat menyelesaikan tugas hingga target yang telah ditentukan, yaitu selama 15 menit. Terdapat beberapa faktor internal maupun eksternal yang dapat memengaruhi atau menghambat keberhasilan dari program ini. Faktor internal yang berpengaruh ialah motivasi AR untuk mengerjakan tugas hingga

TEKNIK *SHAPING* UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

selesai tanpa teralih oleh hal lain. AR seringkali tiba-tiba terdiam, berhenti mengerjakan, atau melamun saat mengerjakan tugas, sehingga PI perlu memberikan *prompt* hingga AR kembali mengerjakan tugasnya. Jenis tugas juga berpengaruh terhadap motivasi AR dalam mengerjakannya. AR terlihat lebih lambat dan seperti bermalas-malasan ketika mengerjakan tugas menyalin kalimat. Sementara itu, AR terlihat lebih cepat dan bersemangat ketika mengerjakan tugas mengenai pemahaman terhadap konsep-konsep dasar.

Faktor eksternal yang berpengaruh ialah kebiasaan belajar AR atau waktu yang dihabiskan oleh AR untuk belajar. Sesi intervensi hanya dilakukan sebanyak 2 sampai 3 kali dalam 1 minggu. Di luar sesi tersebut, orangtua tidak melakukan kegiatan belajar dengan AR di rumah. Sementara itu menurut Sarafino (1996), kebiasaan belajar yang dibentuk dengan melakukan kegiatan belajar secara rutin, dimana subjek mempelajari suatu hal dalam kegiatan tersebut dan melibatkan penguatan di dalamnya, akan menghasilkan suatu perubahan perilaku, dalam hal ini yaitu meningkatnya durasi perilaku *on-task*.

Faktor tersebut juga merupakan salah satu hal yang memengaruhi penurunan durasi perilaku *on-task* AR pada sesi *follow-up*, yaitu 7 menit 20 detik menjadi 6 menit 15 detik. Orangtua AR tidak menjalankan program intervensi setelah sesi intervensi berakhir, karena ibu khawatir AR terlalu lelah dan bosan jika terdapat jadwal mengerjakan tugas bersama ibu di rumah setelah pulang sekolah. Ibu juga seringkali mengerjakan urusan pekerjaannya di rumah setelah menjemput AR dari sekolah. Oleh karena itu, tidak ada kegiatan terstruktur dengan pendampingan orangtua di rumah setelah sesi intervensi berakhir. AR lebih sering menonton *youtube* di televisi atau *gadget* dan terkadang bermain bersama adiknya di luar rumah.

Meskipun AR tidak berhasil menampilkan perilaku *on-task* sesuai dengan target durasi yang telah ditentukan sebelumnya, hal yang berhasil AR capai atau terlihat setelah ia menjalankan program intervensi ini ialah peningkatan rata-rata durasi perilaku *on-task*, lebih sedikit terdistraksi atau teralih oleh hal lain, dan membutuhkan *prompt* yang lebih sedikit ketika ia menyelesaikan tugas. Oleh karena itu, total durasi yang AR butuhkan untuk mengerjakan tugas yang diberikan hingga selesai juga semakin berkurang. Sebelum intervensi diberikan, hasil *baseline* menunjukkan bahwa rata-rata durasi perilaku *on-task* AR adalah 1 menit 57 detik. Setelah intervensi, terdapat peningkatan rata-rata durasi perilaku *on-task* AR menjadi 6 menit 15 detik. AR mampu mencapai rata-rata durasi perilaku *on-task* paling tinggi atau paling lama di sesi 6 atau sesi terakhir intervensi, yaitu selama 7 menit 20 detik. Faktor yang diduga berpengaruh terhadap pencapaian AR pada sesi terakhir ialah AR sudah terbiasa dan terlatih untuk mempertahankan perilakunya. Sebagaimana penjelasan dari Sarafino (1996) bahwa kebiasaan belajar yang terus dilakukan dan diperkuat akan menghasilkan suatu perubahan perilaku.

Peningkatan rata-rata durasi perilaku *on-task* AR sekaligus penurunan total durasi pengerjaan tugas yang diamati di rumah juga dilaporkan oleh guru berdampak positif pada pengerjaan tugas di sekolah. Hal ini sejalan dengan pernyataan Clare, dkk. (dalam Aziz & Yasin, 2018), bahwa peningkatan durasi perilaku *on-task* pada anak dapat meningkatkan performa akademik dan memperlancar proses pembelajarannya di sekolah. Wali kelas AR mengatakan bahwa AR mulai mampu mengerjakan setiap soal yang diberikan hingga selesai tanpa banyak jeda atau terhenti terlebih dahulu. AR juga tidak terlalu sering terlihat melamun atau terdiam di tengah-tengah pengerjaan tugas atau ulangan.

Peningkatan performa dan kelancaran proses pembelajaran AR yang mulai terlihat di sekolah juga terjadi karena adanya *transfer of learning*. *Transfer of learning* terjadi ketika proses pembelajaran yang dilakukan individu dalam satu konteks berdampak pada performa individu dalam konteks lainnya. Salah satu mekanisme dari *transfer of learning* disebut dengan *low road transfer*, yaitu terjadi ketika kondisi stimulus pada konteks lain cukup serupa dengan kondisi stimulus pada konteks pembelajaran sebelumnya, sehingga dapat memicu respon semi-otomatis dari individu (Perkins & Salomon, 1992). Pada AR, salah satu kondisi stimulus yang cukup serupa ialah adanya *prompt* yang diberikan ketika intervensi dan pengingat yang diberikan oleh guru di kelas ketika mengerjakan suatu tugas. Oleh karena itu, keterampilan perilaku *on-task* AR tampil pula dalam kegiatan di sekolah. Wali kelas mengatakan bahwa frekuensi wali kelas untuk mengingatkan AR agar tetap mengerjakan tugas yang diberikan menjadi berkurang. Saat ulangan harian atau ujian, AR bahkan mampu mengerjakan soal ulangan secara langsung, tanpa perlu diingatkan secara berulang.

Sejalan dengan hal tersebut, hasil intervensi juga menunjukkan bahwa *prompt* yang diberikan pada AR ketika ia menampilkan perilaku *off-task* semakin berkurang. Begitu pula dengan pemberian *positive reinforcement* berupa sosial ketika ia menampilkan kembali perilaku *on-task*. Pemberian *prompt* dan *social reinforcement* yang semakin berkurang seiring berjalannya sesi intervensi juga menunjukkan bahwa proses *fading* dalam program modifikasi perilaku ini berhasil dilakukan.

Positive reinforcement dalam bentuk fisik, yaitu pemberian stiker dengan prosedur *token economy*, juga ditemukan berpengaruh terhadap peningkatan dan penurunan rata-rata durasi perilaku *on-task* per periode yang AR tampilkan. Selain pada sesi terakhir (sesi 6), sesi 3 juga merupakan sesi dimana AR menampilkan perilaku *on-task* dalam waktu yang lama, sebelum mengalami penurunan pada sesi 4 dan sesi 5. Sesi 3 dan sesi 6 merupakan sesi intervensi yang bersamaan dengan penukaran token dan *back-up reinforcer*. Pada kedua sesi tersebut, sebelum sesi intervensi dimulai, A diingatkan kembali bahwa setelah sesi selesai ia dapat menukarkan token yang sudah terkumpul dengan *back-up reinforcer* yang sudah ia pilih dan sudah PI sediakan. Sejalan dengan hasil penelitian yang telah

TEKNIK *SHAPING* UNTUK MENINGKATKAN DURASI PERILAKU *ON-TASK* ANAK DENGAN MASALAH ATENSI

dilakukan oleh Iaboni, Douglas, dan Baker (1995), *reward* atau hadiah ditemukan efektif dalam meningkatkan perilaku tetap mengerjakan tugas-tugas pada anak dengan ADHD berusia sekolah dasar.

Berdasarkan hasil yang telah dijelaskan di atas, teknik *shaping* yang didukung dengan teknik *positive reinforcement* menghasilkan perubahan berupa peningkatan rata-rata durasi perilaku *on-task* AR ketika menyelesaikan tugas. Hal ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan *positive reinforcement*, seperti *token economy*, dengan peningkatan konsentrasi anak saat berkegiatan maupun menyelesaikan tugas-tugas (Carnett, dkk., 2014; Aziz & Yasin, 2018; Iaboni, Douglas, & Baker, 1995).

Hasil yang sudah terlihat atau pencapaian yang sudah AR peroleh tersebut merupakan suatu tanda baik untuk ditindaklanjuti agar durasi perilaku *on-task* AR dalam menyelesaikan tugas dapat semakin meningkat dan ia dapat menampilkan perilaku *on-task* sesuai dengan durasi atau rentang atensi anak seusianya. Hal yang dapat dilakukan untuk menindaklanjuti peningkatan durasi perilaku *on-task* AR diantaranya ialah dengan tetap memberikan *prompt* ketika AR sedang mengerjakan suatu tugas atau kegiatan. Orangtua dapat menggunakan *response prompts*, yaitu perilaku yang ditunjukkan oleh orang lain yang akan memicu munculnya target perilaku anak, berbentuk verbal, gestur, demonstrasi target perilaku, dan fisik (Miltenberger, 2012). *Response prompts* tersebut juga merupakan *feedback* yang segera diberikan pada anak dengan masalah atensi yang bertujuan menyediakan stimulasi yang meningkat untuk membantu anak mempertahankan atensinya (Zentall, 2005). Selain itu, orang dewasa yang ada di rumah AR, terutama orangtua, sebaiknya tetap menerapkan program intervensi yang telah dijelaskan oleh PI, sehingga proses belajar atau pembiasaan yang telah AR lakukan tidak mudah menghilang. Program ini selanjutnya juga dapat dilakukan di *setting* sekolah agar kemampuan AR dapat digeneralisasikan dalam berbagai *setting*.

Kekuatan atau kelebihan dari program intervensi ini ialah mengukur dan mencatat jumlah dan rata-rata durasi perilaku *on-task* serta perilaku *off-task* AR sampai pada hitungan detik, sehingga perubahannya dapat dilihat atau diukur secara lebih akurat. Kemudian, program ini dilakukan di rumah AR sendiri, dimana tempat tersebut merupakan *setting* yang paling natural untuk AR melakukan kegiatan belajar. Selain itu, jenis-jenis tugas yang diberikan pada AR juga sudah disesuaikan dengan tugas-tugas yang biasa AR temui di sekolahnya. Bentuk buku tugas juga menyerupai buku tugas di sekolahnya.

Sementara itu, keterbatasan dari program ini ialah desain intervensi yang digunakan, yaitu tipe desain A-B (Miltenberger, 2012). Tipe desain ini tidak dapat menunjukkan hubungan fungsional antara program modifikasi perilaku dan perubahan perilaku yang terjadi karena sesi intervensi (B) tidak direplikasi atau diimplementasikan sebanyak dua

kali. Tipe desain ini juga tidak mengeliminasi kemungkinan bahwa terdapat variabel lain yang memengaruhi perubahan perilaku (Miltenberger, 2012). Misalnya, apakah perubahan perilaku yang AR tampilkan memang disebabkan oleh program intervensi yang dilakukan oleh PI atau terdapat faktor lain, seperti maturasi. Meskipun demikian, perubahan yang ditunjukkan oleh AR dapat diatribusikan sebagian pada intervensi yang dilakukan oleh PI, karena tidak terdapat perubahan atau modifikasi apapun dari lingkungan AR selain dari intervensi ini. Orangtua tidak membiasakan AR untuk melakukan kegiatan belajar atau mengerjakan tugas bersama secara rutin. Orangtua juga masih membiarkan ketika perhatian AR mulai teralih dan ia berpindah ke kegiatan lain. Akan tetapi, pernyataan di atas perlu diuji kembali dengan tipe desain A-B-A-B pada program intervensi selanjutnya untuk memastikan efektivitas program atau hubungan fungsional antara program intervensi dan perubahan perilaku yang terjadi (Miltenberger, 2012).

Keterbatasan lainnya ialah PI tidak menggunakan *videotapes* untuk merekam jalannya sesi intervensi karena AR seringkali teralih dengan melihat ke arah *videotapes* sehingga ibu meminta PI untuk tidak menggunakannya. Hal ini membuat PI cukup kesulitan dalam melakukan pencatatan durasi perilaku *on-task* dan *off-task* saat AR mengerjakan tugas. *Videotapes* sebaiknya digunakan agar pencatatan durasi perilaku *on-task* dan *off-task* dapat dilakukan secara lebih akurat dan PI dapat lebih fokus mengamati AR saat mengerjakan tugas. Kemudian, program intervensi ini tidak melibatkan ibu sebagai *significant other* AR dalam pelaksanaannya, sehingga ibu merasa kesulitan dan tidak berkomitmen ketika diminta untuk menjalankan program setelah sesi bersama PI selesai. Ibu sebaiknya dilibatkan dalam program intervensi, yaitu terdapat sesi dimana ibu yang melakukan program, sehingga ibu merasa mampu dan termotivasi untuk tetap menjalankan program.

Kesulitan lain yang PI alami ialah cara untuk mengurangi perilaku *off-task* AR yang sering muncul secara berulang, yaitu berhenti mengerjakan, terdiam, atau melamun. Perilaku *off-task* ini disebut dengan perilaku *off-task* pasif yaitu tidak terlibatnya anak terhadap suatu tugas yang sedang dikerjakan dalam jangka waktu minimal 5 detik yang ditunjukkan dengan perilaku pasif (Slattery, 2013). Sementara itu, perilaku *off-task* lainnya dapat dikurangi dengan cara mengontrol distraksi yang ada di lingkungan AR ketika mengerjakan tugas. Sebagaimana pernyataan dari Fisher, Godwin, dan Seltman (2014) bahwa stimulus visual yang ada di lingkungan belajar anak dapat memengaruhinya dalam menampilkan perilaku *off-task*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, E.A., Gadowski, M., & Brodhead, M.T. (2016). *A Brief Report of Time-on-Task Behavior In A Child With Autism: Comparing Material And Social Reinforcement In The Home Environment*. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 21(3), 176-182
- Aziz, N. A. A. & Yasin, M. H. M. (2018). *Token Economy to Improve Concentration Among Students with Learning Disabilities in Primary School*. *Journal of ICSAR*, 2(1), 32-36
- Beserra, V., Nussbaum, M., & Oteo, M. (2017). *On-Task and Off-Task Behavior in The Classroom: A Study on Mathematics Learning With Educational Video Games*. *Journal of Educational Computing Research*, 56(8), 1361-1383
- Carnett, A., Dkk. (2014). *Effects of A Perseverative Interest-Based Token Economy on Challenging and On-Task Behavior in A Child With Autism*. *Journal Of Behavioral Education*, 23(1), 368-377
- Daley, D., & Birchwood, J. (2010). *ADHD and Academic Performance: Why Does ADHD Impact on Academic Performance And What Can Be Done To Support ADHD Children in The Classroom?*. *Child: Care, Health and Development*, 36, 455-464
- Fisher, A. V., Godwin, K. E., & Seltman, H. (2014). *Visual Environment, Attention Allocation, and Learning in Young Children*. *Psychological Science*, 25(7), 1362-1370
- Godwin, K. E., Almeda, M. V., Petroccia, M., Baker, R.S., & Fisher, A. V. (2013). *Classroom Activities and Off-Task Behavior in Elementary School Children*. *Proceedings of the 35th Annual Meeting of the Cognitive Science Society*, 2428-2433
- Graham-Day, K. J., Gardner, R., & Hsin, Y.W. (2010). *Increasing On-Task Behaviors of High School Students With Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Is It Enough*. *Education and Treatment of Children* , 33(2), 205-221
- Iaboni, F., Douglas, V. I., & Baker, A. G. (1995). *Effects of Reward and Response Costs On Inhibition In ADHD Children*. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(1), 232-240
- Insiyati, N. A. E. (2013). *Meningkatkan Perilaku On-Task Pada Anak ADHD Usia Sekolah Dengan Pendekatan Modifikasi Perilaku (Positive Reinforcement Dengan Token Economy Dan Social Reinforcement Serta Prompts)* (Tesis, Universitas Indonesia, 2013). Retrieved 6th July, 2019 from [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2015-3/20350217-T35510-Nur Amri El Insiyati.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2015-3/20350217-T35510-Nur%20Amri%20El%20Insiyati.pdf)

- Interdisciplinary Council on Developmental and Learning Disorders (ICDL) Diagnostic manual for infancy and early childhood – ICDL-DMIC. (2005). Bethesda, MD: Interdisciplinary Council on Developmental and Learning Disorders.
- Martin, G., & Pear, J. (2015). *Behavior Modification, What It Is And How To Do It*. Boston: Pearson.
- Mash, E.J. & Wolfe, D.A. (2013). *Abnormal Child Psychology, Fifth Edition*. Belmont, CA: Cengage Learning.
- Miltenberger, R. G. (2012). *Behavior Modification, Principles & Procedures*. Wadsworth: Cengage Learning.
- Nasa, A. F., Pudjiati, S. R. R., & Tjakrawiralaksana, M. A. (2018). *Application of A Shaping Technique to Increase On-Task Behavior Duration in Children With ADHD*. *Advances in Social Science, Education, and Humanities Research*, 135, 149-165
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). *Experience Human Development*. NY: McGraw Hill.
- Perkins, D. N., & Salomon, G. (1992). *Transfer of learning*. *International Encyclopedia of Education (2nd ed.)*. Oxford, UK: Pergamon Press.
- Sarafino, E. P., (1996). *Principles of Behavior Change, Understanding Behavior Modification Techniques*. Canada : John Wiley & Sons, Inc.
- Siregar, J. R. (2018). *Teori, Penelitian, dan Praktik Attention-Deficit Hyperactivity Disorder pada Anak*. Bandung: P.T. Alumni.
- Slattery, L. C. (2013). *An Evaluation of Self Management To Increase On Task Behavior With Individuals Diagnosed With Attention-Deficit/Hyperactive Disorder (Graduate Theses and Dissertations)*. Retrieved 3rd July, 2019 from <http://scholarcommons.usf.edu/etd/4946>.
- Zentall, S.S. (2005). *Theory- and Evidence-Based Strategies for Children With Attentional Problems*. *Psychology in the Schools*, 42(8), 821-836