

PENGARUH MODIFIKASI PERILAKU PENGHAPUSAN (*EXTINCTION*) PADA PERILAKU MEMBANTING PINTU & MELEMPAR BARANG SAAT MARAH PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN

Isna Umroatul Farihah¹ Ari Purnomo Endah Aflahani²

¹KB Jendela Ilmu Ngabul, Kecamatan Tahunan, Kabupaten Jepara, Indonesia

e-mail: ¹isnafarihah17@gmail.com, ²ape.aflahani@gmail.com

Abstrak. Anak usia dini merupakan anak yang baru belajar mengenal dirinya sendiri, termasuk sosial emosionalnya. Pada masa ini pula mereka baru mengenal perasaan senang, sedih, marah, kecewa dan sebagainya. Kebanyakan anak usia dini masih belum mampu mengelola dan mengekspresikan emosinya secara wajar. Kondisi ini disebabkan oleh banyak faktor seperti komunikasi anak, pola asuh orang tua maupun lingkungan anak. Untuk itu, modifikasi perilaku digunakan sebagai strategi untuk mengatasi perilaku menyimpang pada anak. Terdapat banyak metode, pendekatan, konsep maupun teknik yang dapat digunakan dalam modifikasi perilaku. Penghapusan (*extinction*) juga merupakan suatu strategi menghentikan penguatan terhadap perilaku yang tidak tepat atau tidak pantas. Hal ini dikarenakan banyaknya perilaku yang tidak tepat dipertahankan akibat adanya penguatan positif terhadap perilaku tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program modifikasi perilaku untuk mengurangi perilaku membanting pintu dan melempar barang saat marah dengan metode penghapusan (*extinction*). Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan subjek tunggal, sehingga efek dari modifikasi yang telah diberikan dapat dievaluasi dengan baik. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara disertai observasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah satu orang, berusia 5 tahun 5 bulan, dan mengalami perilaku non adaptif yakni membanting pintu dan melempar barang saat marah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program modifikasi perilaku dengan metode penghapusan (*extinction*) untuk mengurangi perilaku subjek tersebut dapat dikatakan berhasil. Perubahan frekuensi perilaku membanting pintu dan melempar barang mengalami penurunan yang cukup berarti. Meskipun hingga saat ini subjek terkadang masih hendak melempar barang saat marah meskipun pada akhirnya barang tersebut ia letakkan kembali. Hal ini dikarenakan orang tua kurang tegas dalam penerapan aturan di rumah. Perubahan perilaku mengompol subjek yang cukup baik ini tidak terlepas dari peran orang tua yang bersedia untuk membantu peneliti dalam menerapkan aturan-aturan pelaksanaan modifikasi perilaku ini di rumah.

Keywords: Anak usia dini, modifikasi perilaku, *extinction*

Abstract. Early childhood is a child who is just learning to know himself, including his emotional social. At this time they are also new to feeling happy, sad, angry, disappointed and so on. Most young children are still not able to manage and express their emotions properly. This condition is caused by many factors such as children's communication, parenting patterns and children's environment. For this reason, behavior modification is used as a strategy to overcome deviant behavior in children. There are many methods, approaches, concepts and techniques that can be used in behavior modification. Extinction is also a strategy to stop reinforcement of inappropriate or inappropriate behavior. This is because many inappropriate behaviors are maintained due to positive reinforcement for these behaviors. This study aims to determine the effect of a behavior modification program to reduce the behavior of slamming doors and throwing things when angry with the elimination method (*extinction*). This study uses a case study method

with a single subject, so that the effects of the modifications that have been given can be evaluated properly. The data collection method used in this study was interviews accompanied by observation. The subjects in this study amounted to one person, aged 5 years 5 months, and experienced non-adaptive behavior, namely slamming doors and throwing things when angry. The results of this study indicate that the behavior modification program with the elimination method to reduce the subject's behavior can be said to be successful. Changes in the frequency of behavior slamming doors and throwing things decreased significantly. Even though until now the subject sometimes still wants to throw things when angry even though in the end he puts the things back. This is because parents are less strict in applying the rules at home. This change in the subject's bedwetting behavior which is quite good is inseparable from the role of parents who are willing to assist researchers in implementing the rules for implementing this behavior modification at home.

Keywords: *Early childhood, behavior modification, extinction*

PENDAHULUAN

Pada anak usia dini, anak mulai mampu merasakan dan mengekspresikan apa yang mereka rasakan. Mereka mulai mengenal rasa senang, sedih, marah, kecewa dan sebagainya. Saat anak mengekspresikan emosinya, terkadang orang tua atau pendidik kurang memperhatikan dan membimbing anak untuk dapat menerima apa yang anak rasakan sehingga anak mampu mengekspresikan dan menyalurkan emosinya secara positif. Orang tua atau pendidik lebih sering untuk meredam emosi anak yang berakibat emosi anak tidak tersalurkan. Apabila hal ini terjadi secara terus-menerus, maka akan terbentuk tumpukan emosi negatif pada anak yang nantinya dapat meledak tidak terkendali.

Hurlock dalam (Fatimah dkk., 2020) berpendapat bahwa anak yang dapat melumpuhkan emosi kemarahannya dengan wajar, maka anak akan menampilkan gambaran emosi yang tenang. Dalam konteks ini, emosi yang dimaksud adalah bagaimana cara anak untuk dapat mengendalikan emosinya yang umumnya saat marah, anak mengekspresikan emosinya dengan raut wajah, gaya tubuh, dan perkataan anak. Anak yang berhasil mengelola emosinya pada kondisi tertentu, maka anak tersebut dinilai sudah mampu mengendalikan emosinya sendiri (emotional control). Namun, masih terdapat anak yang memiliki kegagalan dalam mengelola emosinya yang diakibatkan oleh banyak faktor. Mayoritas anak yang gagal dalam mengelola emosinya, seringkali menangis, merengek, menjerit, membanting atau merusak barang, menghentakkan kakinya maupun berguling-guling. Perilaku pada anak tersebut merupakan bentuk perilaku negatif dan emosi yang berlebihan atau disebut dengan temper tantrum.

Teknik modifikasi perilaku penghapusan (extinction) merupakan suatu strategi menghentikan penguatan terhadap perilaku yang tidak tepat atau tidak pantas. Extinction merupakan penghentian penguatan. Jika dalam suatu kasus dimana pada perilaku sebelumnya individu mendapat penguatan, maka kemudian tidak lagi dikuatkan sehingga akan ada kecenderungan penurunan perilaku, hal inilah yang dinamakan munculnya suatu pelenyapan atau pemusnahan (extinction). Extinction adalah sebuah prinsip dasar perilaku. Definisi Behavioral terkait dengan Extinction ini adalah Extinction terjadi ketika:

- a. Sebuah perilaku yang telah dikuatkan sebelumnya.

- b. Tidak ada hasil dalam waktu yang lama dalam konsekuensi penguatan.
- c. Dan bagaimanapun, perilaku berhenti terjadi di masa yang akan datang.

Teknik penghapusan (*extinction*) juga merupakan suatu strategi menghentikan penguatan terhadap perilaku yang tidak tepat atau tidak pantas. Hal ini dikarenakan banyaknya perilaku yang tidak tepat dipertahankan akibat adanya penguatan positif terhadap perilaku tersebut. Sebagai contoh, orangtua yang kurang peka terkadang cenderung lebih memperhatikan perilaku yang tidak baik dari anaknya, seperti menegur, memarahi, membentak, dan sebagainya tanpa sedikitpun memperhatikan hal-hal baik yang dilakukan oleh anaknya, seperti memuji prestasi-prestasi dan kelakuan baik anaknya. Dalam hal ini, sangat diperlukan adanya suatu pelenyapan terhadap penguatan pada hal-hal negatif yang dilakukan anaknya dan lebih memperhatikan dan memunculkan penguatan pada hal-hal positif yang dilakukan si anak.

Teknik penghapusan atau Ekstingsi fokus untuk menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan. Ada dua kategori dalam *extinction*, yaitu :

- a. *Extinction Burst* (ledakan ekstensi)

Yaitu peningkatan frekuensi, durasi atau intensitas dari tingkah laku yang tidak diperkuat secara kuat selama proses *extinction*. Dampak yang terjadi apabila tidak adanya penguatan saat *extinction* dapat menyebabkan peningkatan frekuensi, durasi / intensitas tingkah laku, terjadinya tingkah laku baru serta adanya respon yang emosional (tingkah laku agresif). Meningkatnya frekuensi, durasi, ataupun intensitas perilaku yang tidak mendapat penguatan selama proses ekstingsi akan membuat “*extinction burst*”. Ketika ekstingsi dilakukan maka ada dua hal yang terjadi: 1. ketika perilaku tidak mendapat penguatan maka perilaku yang muncul menjadi lebih tinggi frekuensi, durasi dan intensitasnya sebelum akhirnya berhenti (Lerman & Iwata, 1995). 2. Munculnya perilaku yang biasanya tidak muncul dikejadian lainnya, akan terjadi pada waktu yang singkat setelah proses ekstingsi dilakukan dan hal tersebut adalah hal yang alami sebelum akhirnya perilaku tersebut berhenti.

The *extinction burst* ini bertujuan untuk “siapa tau” mendapat penguatan. Contoh: anak menangis, mungkin orang tuanya akan memberi perhatian. Dan biasanya bukan merupakan hal yang dilakukan secara sadar akan tetapi

merupakan hal yang natural/alamiah dalam situasi ekstingsi. Kesimpulan dari Extinction Burst adalah ketika perilaku tidak lagi diberi penguatan ada 3 hal yang bisa terjadi: 1. Peningkatan intensitas, durasi, dan frekuensi dari perilaku 2. Perilaku yang tidak biasanya dilakukan 3. Respon emosional ataupun perilaku agresif Penelitian pada Extinction burst. Uniknya, extinction burst lebih besar terjadi setelah ekstingsi (penghapusan) penguatan negatif pada perilaku dibandingkan penguatan positif. Extinction burst lebih mungkin terjadi ketika dilakukan sendiri dibandingkan kalau digabungkan dengan teknik lainnya.

b. Spontaneous recovery

Yaitu munculnya kembali tingkah laku tertentu setelah beberapa waktu tidak muncul. Spontaneous recovery cenderung mengalami perilaku terjadi lagi di dalam situasi yang serupa dengan situasi dimana extinction belum terjadi. Karakteristik ekstingsi adalah perilaku mungkin terjadi lagi setelah tidak terjadi selama beberapa waktu dan disebut spontaneous recovery. spontaneous recovery mungkin terjadi lagi dalam situasi yang hampir mirip/sama dan mendapat penguatan sebelum ekstingsi.

Ekstingsi sama artinya dengan mengabaikan perilaku. Hal ini kurang tepat karena ekstingsi adalah menghilangkan penguatan atau “*reinforcement*” pada perilaku tertentu. Tidak semua “teknik ekstingsi” cocok untuk semua kasus. Sikap “mengabaikan” sebagai bentuk ekstingsi bisa dilakukan jika mengabaikan tersebut memiliki “efek penguatan”. Contoh: anak selalu marah ketika diminta untuk mengembalikan gadgetnya, lalu orang tua mengambil tindakan mengabaikan, maka perilaku tersebut tidak akan hilang (karena perilaku anak tersebut diperkuat atau di reinforce) sehingga mengabaikan sebagai ekstingsi bukan teknik yang tepat.

Faktor yang mempengaruhi ekstingsi

1. Skedule pemberian jadwal sebelum ekstingsi. Intermittent reinforcement sebelum ekstingsi membuat ekstingsi resisten, karena tidak tahu apakah itu ekstingsi atau intermittent reinforcement. Contoh: klien tidak tahu apakah perlakuan itu pemberian reinforcement yang berselang atukah

ekstingsi. Sementara continuous reinforcement sebelum ekstingsi tidak begitu resisten.

2. *Reinforcement* yang terjadi setelah ekstingsi. Kalau *reinforcement* terjadi ketika proses ekstingsi, maka pengurangan perilaku membutuhkan waktu yang lebih lama. Jika reinforcement terjadi di fase spontaneous recovery maka intensitas untuk perilaku yang tidak diinginkan meningkat ke level yang lebih lagi.

Sifat-sifat *Extinction* (Penghapusan)

Pola berkurangnya perilaku setelah dihentikannya pemberian penguatan tergantung pada beberapa faktor, antara lain :

- a. Jadwal pemberian penguatan

berkurangnya perilaku setelah dihentikannya penguatan tergantung pada jadwal pemberian penguatan sebelum prosedur penghapusan ini. Jadwal penguatan terus-menerus lebih cepat proses hapusnya daripada jadwal berselang. Jadwal bervariasi lebih resisten daripada jadwal berjangka sama.

- b. Banyaknya penguatan

Semakin banyak berulang pemberian penguatan pada masa lampau, makin resisten perilaku terhadap penghapusan. Demikian juga semakin besar kuantitas penguatan yang telah dinikmati, makin resisten perilaku.

- c. Deprivasi

Semakin besar deprivasi subjek terhadap penguatan dan makin vital penguatan yang dideprivasikan, makin sulit perilaku dihapus.

- d. Usaha

Semakin besar usaha yang dibutuhkan untuk melaksanakan perilaku yang mendapat penguatan, semakin cepat penghapusan tercapai. Seperti dalam kasus anak meminjam gadget ke orangtuanya. Orangtuanya tidak mau meminjami lagi karena ternyata setelah dipinjami, ananda enggan mengembalikannya lagi saat diminta oleh orangtuanya. Sering tidaknya dia meminjam lagi juga dipengaruhi aktivitas penggunaan gadget oleh orangtua didepan anaknya, makin jauh perilaku makin cepat hilang, dan sebaliknya.

Keunggulan dan Kelemahan Extinction

a. Keunggulan

- 1) Prosedur ini dikombinasikan dengan prosedur lain telah terbukti efektif diterapkan dalam berbagai macam situasi. Berlangsung cepat apabila dikombinasikan dengan penguatan perilaku yang diinginkan. Seperti halnya mengajari anak yang rewel jika minta sesuatu. Bila ia masih meminta dengan cara rewel, ia tidak akan mendapat yang diminta, tetapi jika ia meminta dengan cara yang diajarkan, baru diberikan apa yang ia minta.
- 2) Prosedur penghapusan menimbulkan efek yang tahan lama. Seperti pada perilaku rewel diatas tidak akan kambuh bila tidak mendapat penguatan.
- 3) Prosedur penghapusan tidak menimbulkan efek samping yang negatif daripada prosedur-prosedur yang menggunakan stimuli aversif atau hukuman.

b. Kelemahan

- 1) Efek tidak terjadi dengan segera.

Efek penghapusan biasanya tidak seketika terjadi. Setelah konsekuensi yang mengukuhkan dihilangkan, perilaku-sasaran tetap berlangsung sampai waktu tertentu. Ini dapat menimbulkan masalah dalam penerapannya. Seperti pada perilaku yang membahayakan diri sendiri (anak membanting pintu dalam keadaan marah dapat beresiko tangan anak terjepit pintu dsb) maupun yang membahayakan orang lain (anak melempar barang ke arah orang lain) harus dihentikan segera.

- 2) Frekuensi dan intensitas sementara meningkat.

Pada saat-saat permulaan penguatan tidak diberikan, frekuensi dan intensitas perilaku sasaran cenderung bertambah. Oleh karena itu, memilih saat yang tepat menghentikan pemberian penguatan sangat penting.

- 3) Perilaku-perilaku lain, termasuk perilaku agresif, sering timbul.

Kenaikan dan frekuensi dan intensitas sementara diikuti oleh perilaku-perilaku lain sebagai usaha mendapat penguatan, termasuk

perilaku agresif. Perilaku agresif disebabkan oleh kekecewaan tidak diperolehnya penguatan yang biasa diperoleh.

4) Imitasi perilaku oleh orang lain.

Pada permulaan penghapusan, perilaku yang berulang-ulang timbul dan tidak mendapat perhatian yang berwenang, oleh orang lain yang melihatnya disangka mendapat persetujuan, akibatnya perilakunya cenderung ditiru. Anak-anak mencari perhatian guru dengan mengusili teman. Guru melakukan ekstinsi. Ia hanya memperhatikan siswa yang tenang. Karena guru tidak mengambil tindakan yang menyolok, pada anak-anak tersebut, maka mereka mengira guru tidak keberatan. Mereka mulai meniru perilaku tersebut. Kesukaran menemukan penguatan yang mengontrol. Kadang-kadang terlihat jelas penguatan apa yang menimbulkan perilaku yang berulang. Kadang-kadang sulit sekali untuk menemukan, terutama bila penguatan terjadi pada jadwal yang sangat jarang. Begitu jarangya konsekuensi penguatan ditemukan, sampai seorang pengamat gagal mengendalikannya.

5) Kesukaran menghentikan penguatan

Kadang-kadang ditemukan penguatan yang tidak mungkin dipisahkan dari perilaku sasaran, karena sudah terpadu atau alamiah merupakan konsekuensi perilaku tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat dibuat rumusan masalahnya adalah sebagai berikut: a. Bagaimana kondisi dan perilaku anak sebelum mendapatkan modifikasi perilaku penghapusan? b. Bagaimana kondisi dan perilaku temper tantrum anak setelah mendapatkan modifikasi perilaku penghapusan? c. Adakah pengaruh modifikasi perilaku penghapusan dalam mengatasi perilaku temper tantrum anak?.

Tujuan dalam penelitian ini adalah modifikasi perilaku penghapusan dapat menurunkan dan mengatasi gejala membanting pintu dan melempar barang saat marah pada anak usia dini. Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu manfaat secara teoritis dan praktis. Adapun manfaat tersebut adalah sebagai berikut: Manfaat teoritis: a. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya berkaitan dengan

layanan modifikasi perilaku teknik penghapusan. b. Hasil penelitian dapat memberikan kajian dan informasi tentang pengaruh modifikasi perilaku teknik penghapusan dalam mengatasi sifat tantrum anak. Dan Manfaat praktisnya: a. Bagi guru kelas atau orang tua, teknik penghapusan dapat diterapkan guna memberikan pemahaman bahwa modifikasi perilaku teknik penghapusan bisa mengatasi sifat tantrum anak. b. Bagi sekolah, dapat dijadikan sebagai alternatif penyelesaian masalah tingginya sifat dan perilaku tantrum pada peserta didik.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus. Studi kasus adalah salah satu metode penelitian dalam ilmu sosial. Dalam riset yang menggunakan metode ini, dilakukan pemeriksaan longitudinal yang mendalam terhadap suatu keadaan atau kejadian yang disebut sebagai kasus dengan menggunakan cara-cara yang sistematis dalam melakukan pengamatan, pengumpulan data, analisis informasi, dan pelaporan hasilnya. Sebagai hasilnya, akan diperoleh pemahaman yang mendalam tentang mengapa sesuatu terjadi dan dapat menjadi dasar bagi riset selanjutnya. Studi kasus dapat digunakan untuk menghasilkan dan menguji hipotesis. (Bent Flyvbjerg, 2006).

Peneliti akan mengukur dan melihat gejala-gejala pada subjek dan kemudian subjek diberikan perlakuan modifikasi perilaku penghapusan. Pengukuran menggunakan observasi dan wawancara terhadap subjek, ibu, dan ayah subjek. Desain Penelitian ini menggunakan single subject design, yaitu penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan (intervensi) dengan subjek tunggal. Variabel Penelitian dalam penelitian ini adalah gejala-gejala membanting pintu dan melempar barang yang diamati dan dianalisa berdasarkan hasil observasi dan wawancara. Variabel Bebas dalam penelitian ini adalah teknik modifikasi perilaku penghapusan (extinction).

Penelitian ini mengambil subjek anak berusia lima tahun lima bulan yang memiliki kebiasaan melempar pintu serta melempar barang saat ia sedang marah maupun saat keinginannya tidak dipenuhi oleh orang disekitarnya. Sifat tersebut meledak lebih sering ketika ia berada dirumah dan bersama orang-orang yang akrab dengannya seperti orang tuanya, neneknya maupun tantenya.

SUBJEK PENELITIAN

- a. Identitas anak yang diberi perlakuan modifikasi perilaku dengan teknik penghapusan (*extinction*)

Nama Anak : Adiba Khaira Syafa (Khaira)

Tanggal lahir : 27 April 2016

Usia : 5 tahun 5 bulan

Nama Ayah : Moh. Syaichuddin

Nama Ibu : Faizah Nurul Ismiyah

Alamat: Ngabul RT 03 RW 05 Kecamatan Tahunan Kabupaten Jepara

- b. Permasalahan Anak

Perilaku non adaptif : membanting pintu & melempar barang saat marah

Pihak yang diikutsertakan dalam modifikasi perilaku anak : Ibu

- c. Faktor-faktor penyumbang terjadinya perilaku

- Penyebab perilaku non adaptif

Ananda Khaira cenderung membanting pintu saat ia marah karena tidak mendapatkan apa yang ia inginkan seperti yang paling sering terjadi yaitu ketika ananda tidak diizinkan bermain gadget ataupun saat gadget tersebut diminta kembali oleh orang tuanya karena waktu bermain gadgetnya sudah habis sesuai kesepakatan sebelumnya.

- Faktor-faktor yang “memelihara” perilaku

Ibu responden sesekali memberikan kembali gadget pada anak karena anak sudah marah diluar kontrol.

- d. Tuntutan lingkungan terhadap klien

Lingkungan menuntut klien bersikap tenang dan tidak merusak barang disekitar saat ia marah.

Teknik apa yang akan digunakan : teknik modifikasi perilaku penghapusan (*extinction*).

Prosedur Pelaksanaan Teknik Modifikasi Perilaku Penghapusan (*Exinction*)

1. Menentukan penguatan yang memelihara perilaku

Peneliti perlu menemukan penguatan yang mengontrol perilaku sasaran dan kemudian mencegah terjadinya penguatan. Agar prosedur

penghapusan efektif, semua sumber penguatan harus ditemukan dan dikendalikan. Semakin sering penguatan inkonsisten terjadi, semakin sulit dihapus perilakunya. Dalam kasus ananda Khaira, diperlukan menemukan sumber mana saja yang dapat memperkuat perilaku non adaptif anak.

2. Komunikasi

Mengkomunikasikan kegiatan modifikasi perilaku penghapusan (*extinction*) pada subjek penelitian beserta pihak yang diikutsertakan dalam modifikasi perilaku. Dalam hal ini, peneliti menetapkan ananda Khaira sebagai subjek modifikasi perilaku penghapusan (*extinction*) beserta ibunya yang menjadi pihak pendukung dalam modifikasi perilaku ini.

3. Konsistensi

Pada pelaksanaannya, ananda Khaira akan dibiarkan merengek dan marah saat tidak dipenuhi keinginannya sampai kurun waktu 2 jam. Ibu dari ananda juga akan membiarkan dan tidak kembali memenuhi keinginan ananda tersebut sampai batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Apabila setelah batas waktu yang ditentukan ananda sudah kembali tenang, maka Ibu akan kembali kepada ananda untuk memberi pengertian dan mengajaknya melakukan kegiatan lain. Namun apabila setelah batas waktu yang ditentukan ananda masih bersikap tantrum dan semakin merusak barang disekitarnya, maka Ibu akan mengambil tindakan pemberian hukuman berupa dikunci didalam rumah, dengan catatan ruangan yang digunakan untuk mengunci ananda tidak terdapat barang-barang yang tajam, mudah pecah maupun barang-barang yang dapat membahayakan ananda. Proses penguncian didalam ruangan tersebut dilakukan sampai ananda mau mengucapkan maaf dan berjanji tidak mengulangi perilakunya tersebut. Proses modifikasi perilaku ini akan dilakukan dalam kurun waktu 2 minggu.

4. Pemberian reward

Jika pelaksanaan pemberian Exinction berlangsung dengan baik dan berhasil anak akan diberi reward berupa permen kesukannya setiap ia berhasil tidak membanting pintu dan melempar barang saat belum dipenuhi keinginannya oleh orangtua ananda.

5. Jika pelaksanaan pemberian Exinction sudah berjalan sesuai target, maka orangtua ananda perlahan akan mengubah pemberian reward berupa pujian dan pemberian motivasi pada anak.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara yang bertujuan memonitoring perilaku subjek membanting pintu dan melempar barang saat marah, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Wawancara

Stimulus Anak	Respon Anak	Comment Orang Tua
Menolak mengembalikan Gadget saat waktu bermain gadget sudah habis/ketika tidak waktunya bermain gadget.	Berteriak dan memegang erat gadgetnya. Apabila diambil paksa oleh orang tuanya, ananda akan pergi ke luar ruangan sambil membanting pintu dengan sangat keras.	Memberi pengertian pada anak secara halus dan diberikan solusi berkegiatan lain. Apabila anak tetap menolak dan semakin berteriak, orang tua akan tetap mengambil paksa gadget tersebut.
Iri melihat barang temannya, ingin dibelikan barang serupa saat itu juga	Merajuk dan melempari barang disekitarnya apabila tidak segera dituruti.	Membiarkan dan tidak merespon anak terlebih dahulu dan mengunci anak didalam ruangan kosong apabila perilakunya melempar barang semakin tidak terkontrol.
Tidak sabar ketika minta sesuatu (beli jajan, mainan dsb)	Merajuk dan masuk ke dalam kamar sambil membanting pintu dengan sangat keras. Terkadang disertai	Membiarkan dan tidak merespon anak terlebih dahulu dan mengunci anak didalam ruangan kosong apabila

	melempari barang disekitarnya apabila tidak segera dituruti.	perilakunya melempar barang semakin tidak terkontrol.
--	--	---

Berikut ini adalah penjelasan perilaku membanting pintu dan melempar barang saat marah subjek pada setiap harinya (empat belas hari) :

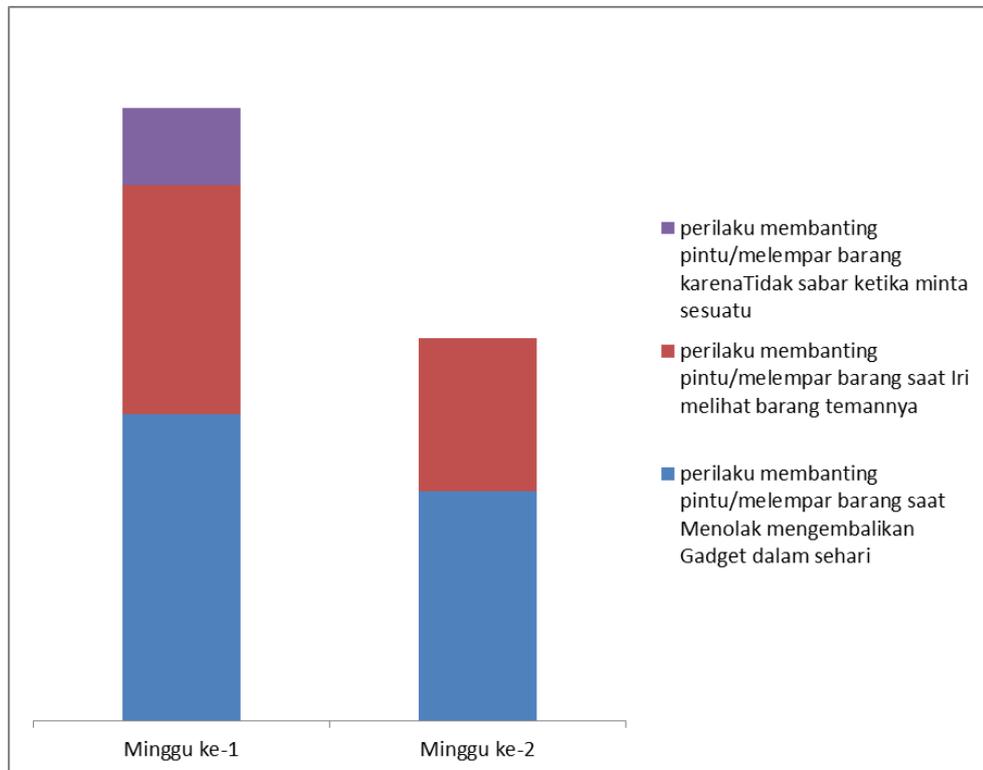
Tabel 2. Hasil Observasi Perilaku Membanting Pintu Dan Melempar Barang

No	Perilaku	Membanting pintu atau melempar barang						
		2/1/22	3/1/22	4/1/22	5/1/22	6/1/22	7/1/22	8/1/22
1	Menolak mengembalikan Gadget saat waktu bermain gadget sudah habis/ketika tidak waktunya bermain gadget	-	v	v	-	v	-	v
2	Iri melihat barang temannya, ingin dibelikan barang serupa saat itu juga	V	-	v	-	-	v	-
3	Tidak sabar ketika minta sesuatu (beli jajan, mainan dsb)	V	v	-	v	v	-	v
No	Perilaku	Membanting pintu atau melempar barang						
		9/1/22	10/1/22	11/1/22	12/1/22	13/1/22	14/1/22	15/1/22
1	Menolak mengembalikan Gadget saat waktu bermain gadget sudah habis/ketika tidak waktunya bermain gadget	-	v	-	-	v	-	v
2	Iri melihat barang temannya, ingin	-	-	v	v	-	-	-

	dibelikan barang serupa saat itu juga							
3	Tidak sabar ketika minta sesuatu (beli jajan, mainan dsb)	-	-	v	-	-	-	-

Grafik Hasil Perbandingan dari Hasil Observasi dan Program Modifikasi Perilaku

Gambar 1. Grafik Perilaku Membanting pintu dan melempar barang selama program intervensi



Tahapan yang dilakukan pada subjek ialah dengan memberi pengertian pada anak bahwa perilakunya tersebut tidak baik dan dapat menimbulkan kerugian baik untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain. Seperti perilaku membanting pintu dan melempar barang yang ia lakukan dapat menyebabkan ia terluka dan sebagainya, barang ia lempar pun bisa rusak dan tidak dapat digunakan lagi selanjutnya, Melatih anak bersikap tanggung jawab dan mematuhi aturan, seperti ketika ia ingin meminjam gadget dari orang tuanya maka ia harus

mematuhi perjanjian dan aturan yang sudah ditetapkan sebelumnya dan diberitahu konsekuensinya jika ia melanggar aturan tersebut serta mengajak anak mengenal dan mengelola emosi negatifnya dengan menyalurkannya pada hal-hal yang ia sukai. Apabila anak sudah menunjukkan perilaku menolak atau tidak mematuhi aturan dari orang tuanya, orang tua perlu menawarkan kegiatan yang lebih seru kepada anak yang dapat mengalihkan perhatian anak dari gadget ke kegiatan yang lain seperti menggambar, bermain puzzle dan sebagainya. Kondisi perilaku anak tersebut setelah mendapatkan modifikasi perilaku penghapusan menunjukkan hasil yang sesuai harapan. Anak cenderung jera dengan penerapan konsekuensi dari orangtuanya. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh modifikasi perilaku penghapusan dalam mengatasi perilaku temper tantrum anak.

DISKUSI

Program modifikasi perilaku dengan menggunakan metode penghapusan (extinction) dirasakan cukup baik untuk mengurangi perilaku membanting pintu dan melempar barang saat marah pada anak. Metode Penghapusan (Extinction) merupakan strategi untuk mengubah atau menurunkan perilaku yang tidak diharapkan dengan menghilangkan hubungan sebab akibat dari suatu stimulus dengan respon, dimana respon yang muncul merupakan bentuk perilaku yang tidak diharapkan terhadap suatu stimulus tertentu. (Evi Syafrida Nasution, 2016).

Aturan yang diterapkan dalam pelaksanaan terapi modifikasi perilaku ini dipaparkan secara jelas sehingga memudahkan bagi anak atau orang tua dalam pelaksanaannya. Selama pelaksanaan peneliti dibantu oleh orang tua dan neneknya agar hasil yang diperoleh lebih optimal. Dalam mempelajari berbagai keterampilan yang dianggap penting terutama keterampilan bantu diri, orang tua dan keluarga dianggap sebagai orang yang pertama kali mengajarkan keterampilan-keterampilan tersebut (Westling & Fox, 2000).

Jika dikaitkan dengan permasalahan di atas dapat simpulkan bahwa hasil yang diperoleh yaitu telah terjadi penurunan frekuensi membanting pintu dan melempar barang saat marah pada subjek namun belum benar-benar hilang secara konsisten pada setiap harinya. Hal ini dipengaruhi karena orang tua tidak dapat

secara tegas menerapkan aturan di dalam rumah. Selain itu, orang tua merasa kurang mampu untuk bersikap tegas pada faktor dari lingkungan yaitu teman-teman sebaya subjek yang dibiarkan orang tua mereka bermain gadget disekitar subjek, dimana subjek sering melihat teman di sekolahnya bermain hp sesudah pulang sekolah sembari menunggu bunda-bunda mereka selesai menyelesaikan administrasi di sekolah. Ananda pun mudah sekali iri dengan barang baru teman-temannya yang mengakibatkan ananda memiliki keinginan kuat untuk memiliki barang seperti yang temannya punya tersebut. Dampak yang terjadi karena kurang tegasnya sikap orang tua menyebabkan terkadang subjek masih hendak melempar barang meskipun pada akhirnya barang tersebut ia letakkan kembali. Braumrind (dalam Yusuf, S., 2004) mengemukakan dampak “parenting styles” yaitu orangtua yang bersikap “authoritarian” mengakibatkan anak cenderung bersikap bermusuhan dan memberontak; orang tua yang “permissif” cenderung berperilaku bebas dan orang tua yang “authoritative” cenderung terhindar dari kegelisahan, kekacauan atau perilaku nakal. Dalam hal ini, orang tua subjek bersikap permisif dimana orang tua merasa kurang mampu membatasi waktu bermain gadget dan mengalihkan keinginan subjek yang menggebu-gebu ketika menginginkan sesuatu. Orang tua subjek merasa kesulitan untuk menghindari pengaruh lingkungan (teman bermain) yang sering menjadi objek tiruan ananda.

KESIMPULAN

Teknik modifikasi perilaku pelenyapan (extinction) merupakan suatu strategi menghentikan penguatan terhadap perilaku yang tidak tepat atau tidak pantas. Penelitian ini menggunakan subjek anak berusia lima tahun lima bulan yang memiliki kebiasaan melempar pintu serta melempar barang saat ia sedang marah maupun saat keinginannya tidak dipenuhi oleh orang disekitarnya. Program modifikasi perilaku untuk mengurangi perilaku membanting pintu dan melempar barang pada subjek saat marah dengan metode penghapusan (*extinction*) dapat dikatakan berhasil. Perubahan frekuensi perilaku membanting pintu dan melempar barang mengalami penurunan yang cukup berarti. Meskipun hingga saat ini subjek terkadang masih hendak melempar barang ketika marah meski pada akhirnya barang tersebut ia letakkan kembali. Hal ini dikarenakan orang tua sulit

kurang tegas dalam penerapan aturan di rumah. Perubahan perilaku membanting pintu dan melempar barang saat marah pada subjek yang cukup baik ini tidak terlepas dari peran orang tua yang bersedia untuk membantu peneliti dalam menerapkan aturan-aturan pelaksanaan modifikasi perilaku ini di rumah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis memanjatkan puji dan syukur kepada Yang Maha Kuasa Karena berkat rahmat dan karunia-Nyalah penulis dapat menyelesaikan artikel ilmiah ini sesuai waktu yang telah di tentukan. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada pihak yang telah mengizinkan dan membantu saya dalam penyusunan artikel ini, khususnya kepada Ananda Adiba Khaira Syafa beserta Bundanya Faizah Nurul Ismiyah, yang karena kerja sama yang baik kami dapat melakukan kegiatan penelitian ini dengan lancar. Saya selaku penulis sadar akan ketidaksempurnaan dan kekurangan dalam artikel ini baik dalam hal sistem penyusunan maupun hasil penelitiannya. Oleh sebab itu saya sangat berharap atas kritik dan saran yang membangun guna mengembangkan pengetahuan kita bersama dan penunjang lebih baik lagi untuk artikel selanjutnya. Akhir kata, semoga artikel ini bisa memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Azka, Faradila dan Mita Aswanti Tjakrawiralaksana. 2021. *Penerapan Positive Routine dan Graduated Extinction untuk Menurunkan Perilaku Co-Sleeping pada Anak Usia Dini*. Jurnal Humanitas Vol. 5 No. 1, April 2021, hal. 43 – 60. p-ISSN 2407-2532, e-ISSN 549-4325.
<https://journal.maranatha.edu/index.php/humanitas/article/view/3201/1874>
- Falaah , Miftakhul & Imtikhani Nurfadilah. 2021. *Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini untuk Mengatasi Temper Tantrum pada Anak*. Jurnal Pendidikan Anak, Volume 10 (1), 2021, 69-76. ISSN 2302-6804 (print), ISSN 2579-4531 (online) <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa>
- Nasution, Evi Syafrida. 2016. Efektifitas Modifikasi Perilaku untuk Mengatasi Enuresis pada Anak. Universitas Borobudur. JP3SDM, Vol. 4, No. 1 <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/download/368/365>

Kurniawan, Ridwan. 2018. *Modifikasi Perilaku "Extinction"*. Jurnal PKS. Volume 15 nomor 4.

Pengaruh Teknik Token Economy Terhadap Perilaku Disruptif Pada Anak Di Tk Ganesha Denpasar

<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPAUD/article/download/7558/5165>

Mayanti, Desi. 2019. *Pengaruh Teknik Extinction Terhadap Penggunaan Online Game Yang Berlebihan Pada Peserta Didik Kelas X Mia 1 Di Sma Negeri 1 Sungai Are Sumatra Selatan Tahun Ajaran 2018/2019*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

<http://repository.radenintan.ac.id/8517/1/SKRIPSI%20DESI%20MAYANTI.pdf>