

DAFTAR ISI

Daftar isi	i
Studi Deskriptif Mengenai <i>Learning Approach</i> Pada Mahasiswa Program Pendidikan Profesi Dokter (P3d) yang Sedang Praktek di Rumah Sakit Pendidikan "X" Bandung	1
<i>Maria Yuni Megarini Cahyono</i>	
Studi Deskriptif mengenai <i>Self Regulation</i> dalam Bidang Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2003 yang memiliki IPK < 2,75 pada Universitas "X" di Bandung	11
<i>Lidwina, Missiliana Riasnugrahani, Irene Prameswari E</i>	
Melatih Keterampilan Berpakaian Anak Keterbelakangan Mental Ringan dengan Menggunakan Teknik <i>Total Task Presentation Chaining</i>	19
<i>Vida Handayani</i>	
Studi Deskriptif Mengenai Derajat <i>Resiliency</i> Pada Pasien Gagal Ginjal Usia Dewasa Tengah yang Menjalani Terapi Hemodialisa	29
<i>Meilani Rohinsa dan Juwita O Sianturi</i>	
Book Review : <i>The Practical Researcher - A Student Guide to Conducting Psychological Research</i>	39
<i>Gouw Aij Lien</i>	

Melatih Keterampilan Berpakaian Anak Keterbelakangan Mental Ringan dengan Menggunakan Teknik *Total Task Presentation Chaining*

Vida Handayani

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung

Abstract

Learning self-help skills like dressing is considered to be important for child with mental retardation, especially if the child have not acquired the skills to a degree that correspond to his chronological age (Lent, 1975; Westling & Murden, 1977 in Westling & Fox, 2000). With limitations in cognitive functioning, special procedures must be applied so that his dressing skills can be enhance, and reducing the amount of assistance from others.

For the last four decades, many studies showed the success of applying behavioral techniques to teach child with metal retardation, specifically, the used of total task presentation chaining in behavior modification. With this technique, child attempts all the steps from the beginning to the end of the chain on each trial until all steps are mastered.

The purpose of using total task presentation chaining in this case is enhancing dressing skills in a boy with mild mental retardation age 4 years 11 months. This program showed improvement in child's dressing skills. The child can wear t-shirt and pants using verbal prompt only.

Key words: *mild mental retardation, dressing skills, total task presentation chaining*

Abstrak

Mempelajari keterampilan dalam area bantu diri seperti keterampilan berpakaian merupakan hal yang penting bagi anak yang mengalami keterbelakangan mental, terutama jika keterampilan yang dimiliki tidak sesuai dengan usia kronologisnya (Lent, 1975; Westling & Murden, 1977 dalam Westling & Fox, 2000). Dengan keterbatasan fungsi inteligensi yang dimiliki maka dibutuhkan suatu cara untuk meningkatkan keterampilan berpakaian yang dimiliki agar anak dapat semakin mandiri dan mengurangi ketergantungan akan bantuan dari orang lain pada area bantu diri yang dimiliki.

Selama empat dekade terakhir, banyak penelitian yang menunjukkan kesuksesan pengaplikasian *behavioral techniques* untuk melatih individu yang mengalami keterbelakangan mental, secara spesifik, yaitu penggunaan teknik *total task presentation chaining* dalam modifikasi perilaku. Melalui teknik *total task presentation chaining* anak mencoba keseluruhan rangkaian mulai dari awal sampai akhir rangkaian pada setiap percobaan yang dilakukan dan terus melakukannya sampai setiap langkah yang ada dikuasai.

Penggunaan teknik *total task presentation chaining* dalam kasus ini bertujuan meningkatkan keterampilan berpakaian anak laki-laki usia 4 tahun 11 bulan yang mengalami keterbelakangan mental ringan. Hasil dari program modifikasi perilaku ini menunjukkan bahwa ada peningkatan dalam keterampilan berpakaian yang dimiliki anak. Anak mampu untuk berpakaian, yaitu mengenakan *t-shirt* dan celana berelastis hanya menggunakan *verbal prompt* saja.

Kata kunci: *keterbelakangan mental ringan, keterampilan berpakaian, total task presentation chaining*

I. Pendahuluan

Keterbelakangan mental merupakan gangguan yang dikarakteristikan oleh fungsi inteligensi yang secara signifikan berada di bawah rata-rata (IQ 70 atau kurang) disertai keterbatasan yang signifikan setidaknya pada dua atau lebih perilaku adaptif yang mencakup: keterampilan komunikasi, perawatan diri, kegiatan rumah tangga, sosial dan interpersonal, menggunakan sumber-sumber dalam komunitas, pengarahan diri, fungsi akademis, pekerjaan, hobi, kesehatan dan keamanan. Selain itu gangguan ini muncul sebelum usia 18 tahun (American Psychiatric Association, 2000). Dari karakteristik yang ada mengenai keterbelakangan mental nampak bahwa selain fungsi inteligensi yang secara signifikan berada di bawah rata-rata, fungsi adaptif yang dimiliki juga menjadi pertimbangan penting untuk menentukan apakah seseorang dapat dikatakan mengalami keterbelakangan mental atau tidak. Fungsi adaptif merujuk pada sejauh mana efektivitas individu dalam mengatasi berbagai tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dan sampai sejauh mana kemampuan mereka untuk hidup mandiri sesuai dengan standar masyarakat (Mash & Wolfe, 2005).

Keterbatasan dalam perilaku adaptif yang dapat terjadi pada anak dengan keterbelakangan mental salah satunya adalah keterbatasan dalam area keterampilan bantu diri yang ia miliki. Keterampilan-keterampilan tersebut berupa keterampilan dalam berpakaian, makan, *toileting*, kesehatan pribadi, dan perawatan diri (Mash & Wolfe, 2005). Mempelajari berbagai keterampilan dalam area bantu diri seperti keterampilan berpakaian merupakan hal yang penting bagi anak yang mengalami keterbelakangan mental, terutama jika keterampilan yang dimiliki tidak sesuai dengan usia kronologisnya (Lent, 1975; Westling & Murden, 1977 dalam Westling & Fox, 2000). Menurut standar yang berlaku dalam masyarakat berbagai keterampilan yang ada mulai berkembang dan diharapkan sudah dapat dikuasai oleh anak saat menginjak usia tertentu.

Keterampilan berpakaian umumnya mulai berkembang ketika anak memasuki usia 12 bulan. Menurut Orelove dan Sobsey (1991), keterampilan berpakaian dimulai pada usia 12 bulan melalui perilaku kooperatif seperti menjulurkan tangan pada saat hendak dipakaikan kemeja, atau menjulurkan kaki ketika hendak dipakaikan kaos kaki, pada usia tersebut keterampilan anak akan terus berkembang (Westling & Fox, 2000). Pada usia 48 bulan seorang anak diharapkan dapat berpakaian dengan lengkap dengan bantuan orang lain, selanjutnya pada usia 60 bulan seorang anak diharapkan dapat melepas dan berpakaian dengan lengkap tanpa bantuan dari orang lain (*"Learning Accomplishment Profile"*, 2001).

Perbedaan fungsi inteligensi yang dimiliki dalam penggolongan keterbelakangan mental menunjukkan perbedaan yang dimiliki dalam berbagai kemampuan atau kualitas interpersonal yang dimiliki. Pada anak yang memiliki keterbelakangan mental ringan, meski mereka memiliki keterbatasan namun mereka masih mampu untuk berada dalam kelas umum sampai pada tingkatan tertentu. Meski membutuhkan waktu yang lebih lama dan usaha yang lebih, mereka masih mampu untuk menyesuaikan diri terhadap tuntutan fisik dan tantangan intelektual yang ada. Mereka juga meski memiliki keterbatasan dalam berbagai area perilaku adaptif yang dimiliki tidak berarti bahwa mereka tidak dapat dilatih untuk menguasai keterampilan-keterampilan baru yang bisa membuat mereka lebih mandiri dan mengurangi ketergantungan mereka akan bantuan dari orang lain. Menguasai berbagai keterampilan baru dapat meningkatkan perasaan harga diri dan pandangan orang lain bahwa mereka telah menjadi semakin kompeten.

Pada penelitian ini akan dibahas mengenai pelatihan keterampilan berpakaian pada anak yang mengalami keterbelakangan mental ringan. Pelatihan ini diberikan dengan tujuan meningkatkan keterampilan berpakaian yang dimiliki sehingga anak dapat semakin mandiri, mengurangi ketergantungan akan bantuan dari orang lain pada area bantu diri yang dimiliki.

Pelatihan ini diberikan kepada G, seorang anak laki-laki yang mengalami keterbelakangan ringan (IQ= 58 menurut skala Stanford Binet), *Cerebral Palsy* (CP) *Diplegia* (masalah pada motorik kasar dan halus) serta *Nistagmus ODS* (masalah pada fokus mata, untuk membantu penglihatannya, G menggunakan kaca mata dengan ukuran minus 2 dan 2,5 dan juga silinder). Berdasarkan Tes *Vineland Adaptive Behavior Scale*, secara umum, fungsi adaptif dalam ranah komunikasi, ranah keterampilan dalam kehidupan sehari-hari, ranah sosialisasi, dan keterampilan motorik setara dengan kemampuan anak sekitar usia 1 hingga 2 tahun. Salah satu area keterampilan bantu diri G yang masih membutuhkan bantuan orang lain adalah dalam kebersihan diri dan berpakaian. Pada saat mandi, meski G dapat mengenali benda-benda yang biasa ia gunakan seperti sabun, sikat gigi, dan handuk namun untuk mengusapkan sabun dan membilasnya G masih membutuhkan bantuan. Dalam berpakaian, G masih dibantu oleh ibunya. Ibu selalu memegang *t-shirt* yang hendak dipakai oleh G sehingga G hanya tinggal memasukkan kepalanya dari bawah sampai lubang leher. Kemudian jika posisi *t-shirt* G belum sesuai, seperti posisi bagian yang bergambar tidak berada di dada maka ibu akan langsung membenarkannya. Jika ibu tidak melakukan hal tersebut G akan terus berusaha untuk memasukkan tangannya ke lubang lengan meski posisinya tidak benar, hal tersebut akan membuat G tidak dapat memasukkan tangannya ke lubang lengan, setelah itu G akan berhenti berusaha dan akan meminta bantuan kepada ibunya. Pada saat G hendak memakai celana berelastis, ibu terlebih dahulu memegang celana tersebut dalam posisi yang benar sehingga G tinggal memasukkan kedua kakinya. Jika G memasukkan kedua kakinya ke dalam satu lubang yang sama, G menyadari bahwa hal tersebut salah. Ia kemudian akan mengeluarkan salah satu kakinya dan memasukkannya ke lubang yang satu lagi. Secara keseluruhan, untuk kegiatan berpakaian, G nampak sudah terbiasa dengan hal tersebut. Ia nampak cukup memiliki pemahaman mengenai langkah-langkah yang harus dilalui saat berpakaian.

II. Metode Pelatihan

Metode yang digunakan untuk melatih keterampilan berpakaian pada penelitian ini adalah modifikasi perilaku. Modifikasi perilaku merupakan metode yang melibatkan prinsip prinsip *operant* dalam mengubah perilaku yang tidak dikehendaki dengan cara mengganti konsekuensi tertentu yang memperkuat perilaku yang muncul dan juga memperkuat respon-respon baru yang secara sosial lebih dapat diterima (Wenar & Kerig, 2006). Secara spesifik, teknik modifikasi perilaku yang akan digunakan dalam program pelatihan ini adalah teknik *total task chaining*. Dalam teknik *total task chaining*, selain menggunakan *task analysis*, pada setiap sesi yang memiliki instruksi berbeda atau dalam keseluruhan tugas yang ada, termasuk di dalamnya setiap langkah rangkaian (*chain*) tugas yang hendak diberikan, diajarkan kepada anak menggunakan berbagai teknik *prompting* (Westling & Fox, 2000). Penggunaan teknik *total task presentation chaining* dalam modifikasi perilaku dapat memaksimalkan kemandirian yang dimiliki anak sedari awal pelatihan, terutama jika beberapa tahapan merupakan hal yang familiar bagi anak (Martin & Pear, 2003).

Karakteristik terpenting dalam modifikasi perilaku adalah penggunaan data untuk menentukan apakah perilaku individu telah mengalami peningkatan atau tidak melalui program modifikasi perilaku. Data-data yang diperlukan diperoleh melalui prosedur pengukuran perilaku (*behavioral assessment*). Perilaku yang hendak ditingkatkan melalui program modifikasi perilaku seringkali disebut target perilaku (*target behaviors*).

Program modifikasi perilaku dilakukan agar G mampu untuk mengenakan *t-shirt* dan celana berkaret dengan hanya menggunakan *verbal prompt* saja. Target perilaku yang dituju adalah G mampu untuk menyiapkan *t-shirt* yang akan digunakan (yang sudah disediakan), memasukkan seluruh kepala hingga batas leher ke dalam lubang kepala *t-shirt*, memasukkan tangan ke dalam lubang lengan yang tepat dan menarik *t-shirt* sampai batas pinggang,

membuka lipatan celana berkaret yang sudah disediakan, memasukkan kaki ke lubang kaki yang tepat dan menarik celana sampai batas pinggang hanya dengan *verbal prompt* saja.

Tahap	Perilaku
1	Menyiapkan <i>t-shirt</i> yang akan digunakan
	• Mengambil dan membuka <i>t-shirt</i>
	• Memastikan sisi <i>t-shirt</i> yang bergambar berada di depan
	• Memegang bagian bawah sisi kanan- kiri <i>t-shirt</i> dengan kedua tangan
2	Memasukkan seluruh kepala hingga batas leher ke dalam lubang kepala <i>t-shirt</i>
	• Mengarahkan <i>t-shirt</i> sampai atas kepala
	• Memasukkan kepala dari bagian bawah <i>t-shirt</i> sampai ke lubang kepala <i>t-shirt</i>
	• Menarik <i>t-shirt</i> melewati kepala sampai ke leher
3	Memasukkan tangan ke dalam lubang lengan yang tepat dan menarik <i>t-shirt</i> sampai batas pinggang
	• Memastikan apakah bagian <i>t-shirt</i> yang bergambar tetap berada di depan
	• Memasukkan salah satu tangan ke dalam lubang lengan <i>t-shirt</i> yang sesuai
	• Memegang bagian bawah <i>t-shirt</i> sebelah kiri/ kanan menggunakan tangan yang sebelumnya telah masuk ke lubang lengan yang sesuai, lalu memasukkan tangan yang satunya ke lubang lengan yang tersisa.
	• Memegang bagian bawah sisi kanan-kiri <i>t-shirt</i> lalu menariknya sampai batas pinggang
4	Menyiapkan celana berkaret yang akan digunakan
	• Membuka lipatan celana
	• Memastikan sisi celana yang bergambar atau bertali berada di depan
	• Memegang bagian atas sisi kanan-kiri celana dengan kedua tangan
5	Memasukkan kaki ke lubang kaki yang tepat dan menarik celana sampai batas pinggang
	• Memasukkan salah satu kaki ke dalam lubang kaki yang sesuai kemudian baru memasukkan kaki yang satu lagi ke dalam lubang kaki yang lain
	• Menarik celana sampai batas lutut
	• Berdiri, lalu menarik celana sampai batas pinggang

Tabel 1. Tabel tahapan langkah-langkah perilaku berpakaian

Menurut Martin dan Pear (2003), keberhasilan program modifikasi perilaku secara khusus melibatkan beberapa tahapan selama target perilaku diidentifikasi, didefinisikan, dan dicatat. Salah satu tahapan penting ialah tahap *baseline*, atau tahap pengukuran sebelum memulai program.

Pembuatan *baseline* dalam kasus ini dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai kemampuan G dalam berpakaian, yaitu mengenakan *t-shirt* dan celana berelastik. Pengambilan data dilakukan menggunakan metode observasi. Pencatatan dilakukan secara naratif agar dapat diperoleh gambaran mengenai kemampuan yang dimiliki G dalam berpakaian dan hal-hal yang berpengaruh terhadap keterampilan berpakaian yang ia miliki.

Gambaran tersebut mencakup:

- Kemampuan G untuk berpakaian jika tidak mendapat bantuan serta kesulitan-kesulitan yang G hadapi dalam berpakaian
- Jenis bantuan yang G butuhkan dalam berpakaian yang dapat berupa: *verbal prompt*, *gestural prompt*, *modeling*, *physical prompt*. Untuk setiap jenis bantuan diberi penilaian dengan kriteria *least-to-most*. Penilaian tersebut adalah sebagai berikut:

0= tanpa bantuan	3 = <i>modeling</i>
1 = <i>verbal prompt</i>	4 = <i>physical prompt</i>
2 = <i>gestural prompt</i>	

Jenis bantuan yang dicatat adalah jenis bantuan dengan kriteria penilaian terbesar.

- Peran ibu dalam melatih dan membantu G berpakaian.

Dari 4 sesi *baseline*, G secara konsisten tidak mampu untuk berpakaian, yaitu mengenakan *t-shirt* dan celana berkaret tanpa *physical prompt*, *modeling*, atau *gestural prompt* dari orang lain, cukup hanya menggunakan *verbal prompt* saja. Untuk setiap tahapan yang ada G selalu membutuhkan bantuan dari orang lain, yaitu ibu. Data-data yang diperoleh dari 4 sesi pertemuan tersebut dianggap sudah cukup representatif karena data-data yang diperoleh cukup konsisten. Data-data yang diperoleh adalah sebagai berikut:

- Pada saat G berusaha untuk memakai pakaiannya sendiri, G mengalami kesulitan untuk menentukan sisi depan dari pakaian yang akan ia kenakan. G juga nampak tidak peduli jika posisi *t-shirt* atau celana yang akan ia pakai belum berada pada posisi yang benar. Selain itu, setelah tangan kanan G masuk ke lubang lengan, G akan mengalami kesulitan untuk memasukkan tangan kirinya ke lubang lengan sebelah kiri. G tidak memegang bagian bawah *t-shirt* sebelah kiri menggunakan tangan kanannya agar terdapat jarak antara badan dan *t-shirt* yang hendak dipakai sehingga ia dapat lebih mudah memasukkan tangan kirinya. Meski terjadi kesalahan dalam menjalani salah satu tahapan berpakaian sehingga G tidak dapat melanjutkan ke tahap berikutnya G akan terus berusaha. Jika tetap gagal ia akan melepaskan pakaiannya lalu meminta bantuan ibu. Kesulitan yang dihadapi G saat memakai *t-shirt* terutama jika *t-shirt* yang digunakan cenderung pas di badan G.
- Sikap ibu pada saat G mengalami kesulitan cenderung untuk langsung membantu meski sebelumnya pemeriksa sudah meminta ibu untuk memberikan bantuan ketika dibutuhkan saja. Ibu nampak kurang memiliki kesabaran untuk menunggu G berusaha mengatasi kesulitan yang dihadapi, ibu memilih untuk langsung memberikan bantuan. Ibu juga kurang mengajarkan G mengenai apa yang seharusnya dilakukan ketika menghadapi kesulitan.

Berdasarkan hasil *baseline*, maka rancangan program modifikasi perilaku yang akan dilaksanakan agar G mampu untuk berpakaian, yaitu mengenakan *t-shirt* dan celana berkaret tanpa *physical prompt*, *modeling*, atau *gestural prompt* dari orang lain, cukup hanya menggunakan *verbal prompt* saja adalah sebagai berikut:

- Strategi Pelatihan
 - Teknik yang digunakan untuk melatih G agar mampu mengenakan *t-shirt* dan celana berkaret tanpa *physical prompt*, *modeling*, atau *gestural prompt* dari orang lain, dan cukup hanya dengan menggunakan *verbal prompt* saja adalah dengan teknik *total task presentation chaining*. Dalam hal ini G mencoba keseluruhan rangkaian berpakaian mulai dari awal sampai akhir rangkaian pada setiap percobaan yang dilakukan dan terus melakukannya sampai setiap langkah yang ada dikuasai. Bantuan (*prompting*) disediakan pada setiap langkah yang ada jika dibutuhkan.
 - Penguat diberikan mengikuti penyelesaian langkah terakhir dari rangkaian langkah-langkah pelatihan yang ada. Penguat yang dipilih adalah *social reinforcement* seperti pujian, tepukan di bahu, dan *toast*.

- Target pelatihan perilaku berpakaian menggunakan teknik *total task presentation chaining* sama seperti rincian yang tertera pada tabel 1. Tabel tahapan langkah-langkah perilaku berpakaian.
- Agar G dapat mencapai tujuan pelatihan maka G perlu dapat menentukan sisi depan (sisi yang bergambar) dari *t-shirt* atau celana yang akan digunakan. Untuk membantu G menentukan sisi depan dari *t-shirt* atau celana yang digunakan maka selama pelatihan akan digunakan cermin agar G dapat melihat dan menentukan sisi depan dari *t-shirt* atau celana yang ia gunakan.
- *T-shirt* dan celana yang akan digunakan adalah yang cukup longgar saat dikenakan oleh G. Hal tersebut dilakukan untuk membantu pergerakan G dalam berpakaian.
- Jumlah sesi yang direncanakan adalah 10 sesi.
- Dalam pelatihan yang dilakukan ibu juga akan dilibatkan. Dasar pertimbangan dilibatkannya ibu dalam pelatihan adalah agar ibu dapat mengetahui dan mengikuti perkembangan G selama pelatihan. Ibu juga dapat mempelajari mengenai proses pelatihan yang dilakukan agar setelah pelatihan selesai ibu dapat melanjutkannya. Peran ibu dalam pelatihan yang diadakan akan diatur dan mendapatkan pengarahan. Sampai dengan sesi ke- 5 ibu diminta untuk memperhatikan dari tempat yang berbeda dengan tujuan G dapat mengikuti pelatihan tanpa teralihkan perhatiannya oleh kehadiran ibu. Mulai sesi ke- 6 ibu akan diminta untuk berada di ruang yang sama agar G terbiasa untuk berpakaian dengan adanya kehadiran ibu meski ibu tidak memberi bantuan seperti biasanya. Ibu akan diminta untuk memberikan bantuan ketika dirasakan perlu saja atau meniru apa yang dilakukan oleh pemeriksa.
- Waktu dan Tempat Pelatihan
Pelatihan dilakukan setiap G hendak berpakaian setelah ia selesai mandi sore (berkisar antara pukul 16.30 sampai 17.00). Tempat pelaksanaan pelatihan adalah di ruang tamu rumah G.

III. Hasil Pelatihan

- Dari 10 sesi yang dijalani G mampu untuk mengenakan *t-shirt* dan celana berkaret hanya dengan menggunakan *verbal prompt* saja sebanyak 4 kali. Mulai sesi ke- 3 terdapat tahapan tertentu yang dapat G lalui tanpa bantuan sama sekali. Tahapan yang mulai sesi ke- 3 tidak perlu dibantu sama sekali adalah tahap 2. Secara konstan G dapat melakukannya tanpa bantuan sama sekali sampai sesi terakhir.
- G nampak memiliki ingatan yang baik mengenai tahapan-tahapan yang dan langkah-langkah yang ada dalam berpakaian seperti setelah membuka lipatan *t-shirt* yang sudah disediakan ia harus mencari sisi yang bergambar lalu menempelkan *t-shirt* ke badannya. Selanjutnya ia harus memasukkan seluruh kepala hingga batas leher ke dalam lubang kepala *t-shirt*, disusul memasukkan tangan ke dalam lubang lengan yang tepat dan menarik *t-shirt* sampai batas pinggang. Setelah selesai memakai *t-shirt* ia harus memakai celananya melalui tahapan membuka lipatan celana berkaret yang sudah disediakan, memasukkan kaki ke lubang kaki yang tepat dan menarik celana sampai batas.
- G mampu untuk menentukan sisi depan (sisi yang bergambar) *t-shirt* dengan cara melihat ke arah cermin.

- Dibandingkan dengan hasil *baseline*, G nampak mengalami peningkatan dalam keterampilan berpakaian yang dimiliki. Hal tersebut dapat dilihat dari gambaran mengenai jenis bantuan yang dibutuhkan pada setiap sesi untuk tahapan-tahapan yang ada dengan kriteria *least-to-most*:

0 = tanpa bantuan

1 = *verbal prompt*

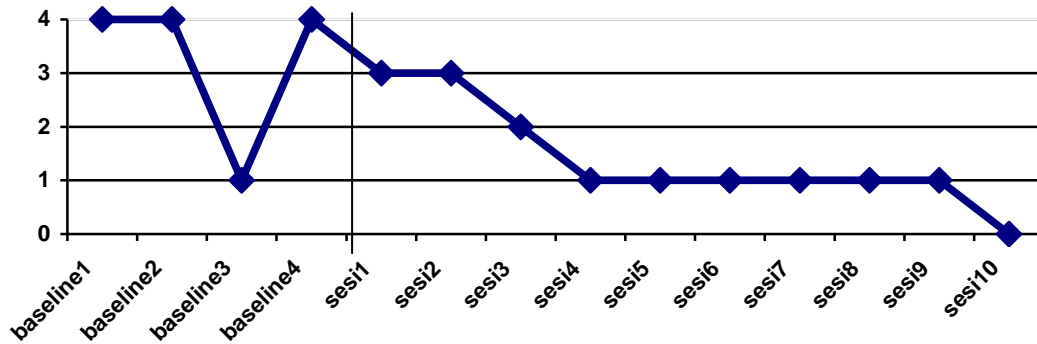
2 = *gestural prompt*

adalah sebagai berikut:

3 = *modeling*

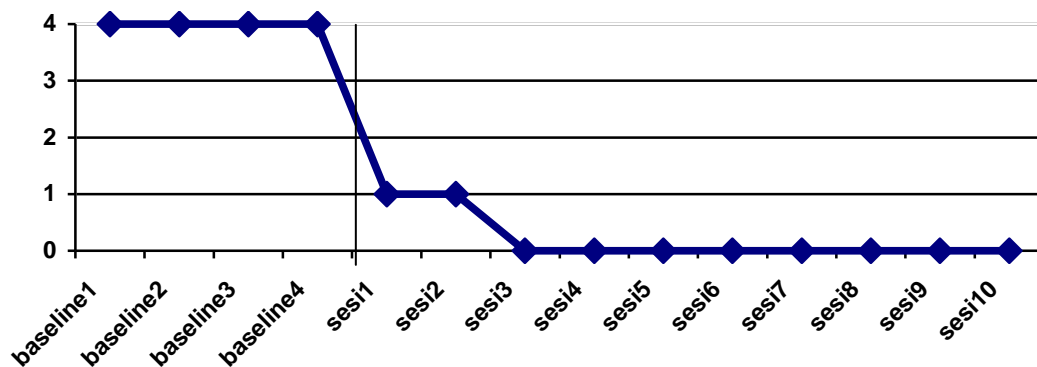
4 = *physical prompt*

Tahap 1: Menyiapkan *t-shirt* yang akan digunakan



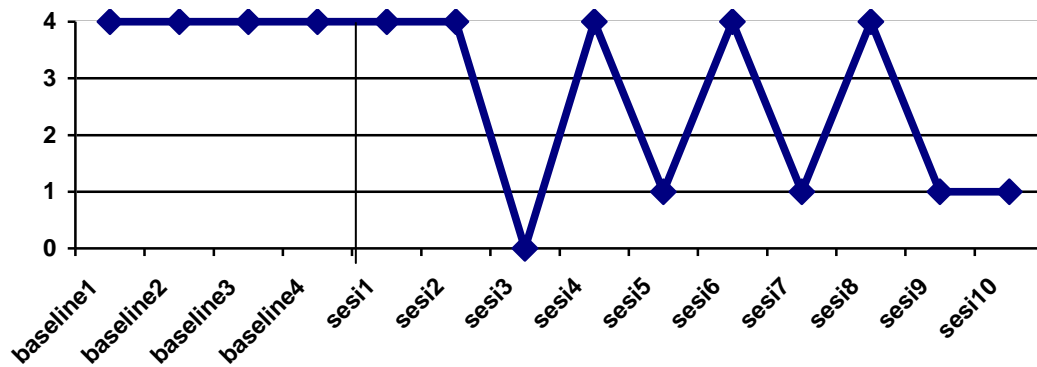
Gambar 1. Grafik perbandingan jenis bantuan yang dibutuhkan G pada tahap 1 pada saat *baseline* dengan saat pelatihan

Tahap 2: Memasukkan seluruh kepala hingga batas leher ke dalam lubang kepala *t-shirt*



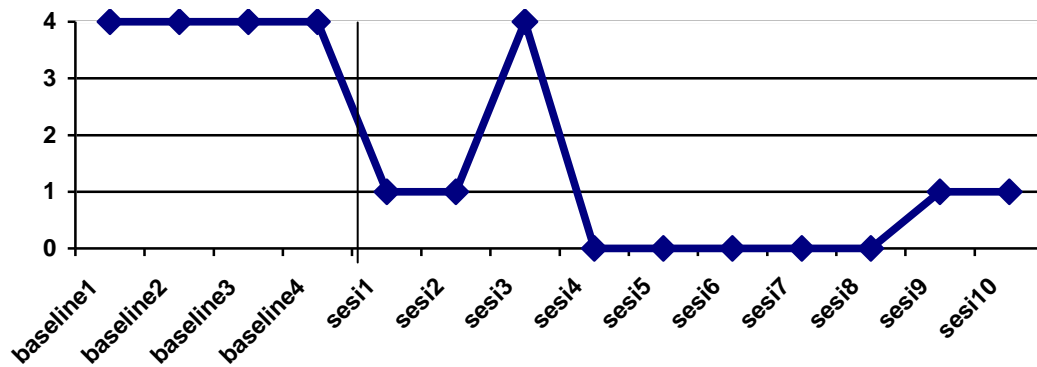
Gambar 2. Grafik perbandingan jenis bantuan yang dibutuhkan G pada tahap 2 pada saat *baseline* dengan saat pelatihan

Tahap 3: Memasukkan tangan ke dalam lubang lengan dan menarik *t-shirt* sampai batas pinggang



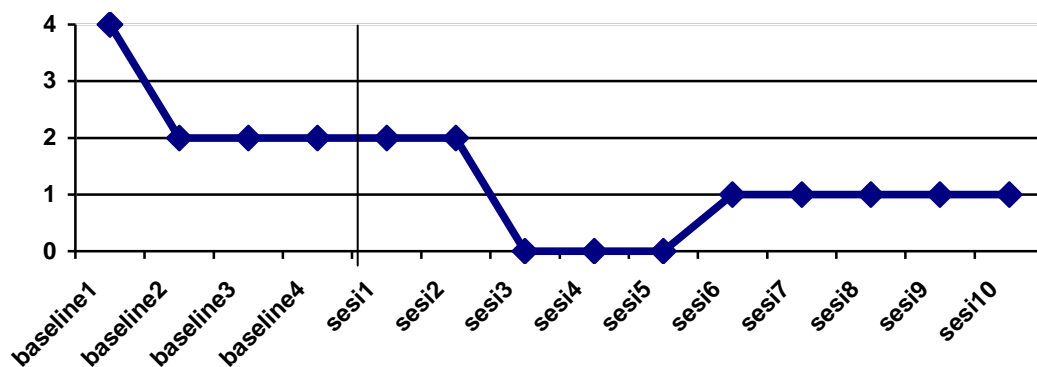
Gambar 3. Grafik perbandingan jenis bantuan yang dibutuhkan G pada tahap 3 pada saat *baseline* dengan saat pelatihan

Tahap 4: Menyiapkan celana berkaret yang akan digunakan



Gambar 4. Grafik perbandingan jenis bantuan yang dibutuhkan G pada tahap 4 pada saat *baseline* dengan saat pelatihan

Tahap 5: Memasukkan kaki ke lubang kaki dan menarik celana sampai batas pinggang



Gambar 5. Grafik perbandingan jenis bantuan yang dibutuhkan G pada tahap 5 pada saat *baseline* dengan saat pelatihan

- Ketika ibu mulai dilibatkan dalam pelatihan, pada awalnya ibu sempat langsung memberikan bantuan kepada G ketika mengalami kesulitan. Ibu tidak menunggu apakah G dapat mengatasi sendiri kesulitan yang dihadapi (tahap 3 sesi ke-6). Karena G memiliki pergerakan tangan yang terbatas, G mengalami kesulitan untuk merapikan bagian belakang *t-shirt*nya sehingga ia harus dibantu (tahap 3 sesi ke-8). Sejak ibu dilibatkan, G cukup sering berjalan ke arah ibu dan meminta bantuan dari ibu.

IV. Pembahasan

Terdapat beberapa alasan mengapa keterampilan bantu diri tidak dapat dikuasai pada usia yang diharapkan. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh perkembangan motorik halus yang terbatas, keterbatasan fisik dan kemampuan sensoris, kurangnya kesadaran sosial, kesempatan belajar yang tidak memadai, perkembangan kognitif yang terbatas, atau umumnya merupakan kombinasi dari kondisi-kondisi tersebut. Selain itu dalam mempelajari berbagai keterampilan yang dianggap penting terutama keterampilan bantu diri, orangtua dianggap sebagai orang yang pertamakali mengajarkan keterampilan-keterampilan tersebut (Westling dan Fox, 2000). Berdasarkan hasil pelatihan, kesempatan untuk mencoba berpakaian sendiri, kesempatan untuk tetap berusaha meski menghadapi kesulitan, dan belajar mengenai perilaku yang diharapkan pada saat berpakaian dirasakan sangat mempengaruhi kemajuan yang dicapai G dalam berpakaian. Dari hasil *baseline* nampak bahwa G terbiasa menerima bantuan dari ibu sehingga pada saat ia menghadapi kesulitan ketika sedang berpakaian sendiri, ia mudah menyerah dan meminta bantuan dari ibu. Sikap ibu yang memiliki kecenderungan untuk langsung melayani, memberikan bantuan kepada G dipengaruhi oleh pendapat ibu bahwa orangtua ada untuk melayani anak. Bantuan yang diberikan ibu cenderung membuat anak menjadi bergantung pada ibu, tidak memiliki kemandirian. Meskipun demikian orangtua memiliki keinginan agar G dapat seperti anak-anak lain yang dapat mandiri, seperti mampu untuk berpakaian sendiri. Berdasarkan hal tersebut nampak bahwa orangtua dapat diharapkan untuk dapat meningkatkan kemandirian dalam hal berpakaian meski hal tersebut membutuhkan waktu yang cukup lama karena orangtua harus mengubah kebiasaan yang ada selama ini.

G sebenarnya memiliki kemampuan yang baik untuk berpakaian sendiri dengan hanya menerima *verbal prompt* dari orang lain. Dari hasil pelatihan nampak bahwa mulai sesi ke-4, G sudah hampir memenuhi target yang dibuat, namun kondisi fisik G yang mengalami masalah dalam kemampuannya membuat ia tetap harus menerima bantuan dari orang lain. Menurut Foxx dan Azrin (1973), terdapat beberapa karakteristik yang dapat membantu kelancaran proses pelatihan, yaitu: kemampuan motorik halus, bahasa reseptif, dan daya penglihatan yang baik (Westling & Fox, 2000).

V. Kesimpulan dan Saran

5.1. Kesimpulan

Target perilaku yang ingin dicapai melalui program modifikasi perilaku menggunakan teknik *total task presentation*, yaitu G mampu untuk membuka lipatan *t-shirt* yang sudah disediakan, memasukkan seluruh kepala hingga batas leher ke dalam lubang kepala *t-shirt*, memasukkan tangan ke dalam lubang lengan yang tepat dan menarik *t-shirt* sampai batas pinggang, membuka lipatan celana berkaret yang sudah disediakan, memasukkan kaki ke lubang kaki yang tepat dan menarik celana sampai batas pinggang hanya dengan *verbal prompt* saja dapat dicapai melalui pelatihan yang diberikan. Dari 10 sesi yang dilakukan G mampu untuk memenuhi target perilaku yang dituju sebanyak 4 kali. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa G mengalami kemajuan dalam keterampilan berpakaian yang ia miliki.

5.2. Saran

Pada pembuatan program serupa berikutnya sebaiknya:

1. Keterbatasan yang dimiliki anak (jika ada) seperti kemampuan motorik halus, bahasa reseptif, dan daya penglihatan dipertimbangkan dengan sebaik-baiknya sehingga program yang disusun dapat mencapai target perilaku yang diharapkan dengan lebih baik.
2. Pada saat mengambil data *baseline* meski hal itu dilakukan dalam seting natural yang sangat dimungkinkan faktor lingkunganlah yang lebih berpengaruh, pemeriksa harus tetap mengusahakan untuk mendapatkan data yang akurat mengenai kemampuan anak yang sebenarnya sehingga rancangan yang dibuat juga akan menjadi lebih baik dan sesuai dengan kemampuan anak.
3. Dalam melaksanakan program sebaiknya tidak terjadi jeda yang cukup lama karena hal tersebut dapat memperlambat kemajuan yang dicapai anak.
4. Sebaiknya tahap tindak lanjut (*follow-up*) dilaksanakan agar dapat diperoleh kepastian apakah perubahan perilaku yang dicapai selama pelaksanaan program dapat dipertahankan setelah program dianggap selesai.

Daftar Pustaka

- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.- Text Revision). Washington, DC: Author.
- Chapel Hill Training-Outreach Project, Inc. (2001). *Learning Accomplishment Profile* (revised ed.). North Carolina: Chapel Hill.
- Kazdin, A. E., (1980). *Behavior modification in applied settings* (revised ed.). Illinois: The Dorsey Press.
- Martin, G., & Pear, J., (2003). *Behavior modification: What It Is and How to Do It* (7th ed.). New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Mash, E.J., & Wolfe, D.A. (2005). *Abnormal child psychology* (3rd ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Miltenberger, R. G., (2004). *Behavior modification: Principles and procedures* (3rd ed.). Belmont, Ca: Thomson Wadsworth.
- Payne, J.S. and Patton, J.R. (1981). *Mental retardation*. Ohio : Charles E. Merrill Publishing Company (Bell & Howell Company)
- Wenar, C., & Kerig, P. (2006). *Developmental Psychopathology* (5th ed.). USA: McGraw-Hill Companies, inc.
- Westling, D. L., & Fox, L. (2000). *Teaching students with severe disabilities* (2nd ed). USA: Prentice Hall Macmillan.

Daftar Rujukan

- Gurian, A. (2002). *About mental retardation*.
www.aboutourkids.org/aboutour/articles/about_mr.html, diakses tanggal 13 April 2007.
- Wells, K. R., (2007). *Fine motor skills*. <http://www.answers.com/topic/fine-motor-skills>, diakses tanggal 30 Maret 2007.