

Aplikasi Teknik *Shaping* dan Token Ekonomi untuk Meningkatkan Durasi Perilaku *On-Task* pada Anak dengan ADHD

The Application of Shaping Technique and Token Economy to Increase On-Task Behavior in a Child with ADHD

Ida Ayu Gede Kusumaastuti Widihapsari, Nono Hery Yoenanto

Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Abstract: Children with ADHD usually have difficulty on performing on-task behaviors, that relates to their ability of sustaining attention. This problem often results in poor academic performance and academic failure at school. Therefore, intervention is required to increase their on-task behavior that can improve the ability to sustain their attention. Behavior modification with shaping technique has been proved effective for treating ADHD children with attention problem. This study used shaping technique and token economy as the reinforcement technique to increase the duration of on-task behavior. The participant of this study was a 7-year-8-months-old boy who met some criteria of ADHD predominantly inattentive type in DSM V. The research method used is single subject with ABA design. This study used four instruments, namely ADHD-criterion checklist, ABC observation sheet, behavior observation sheet, and reinforcement inventory. The result showed that shaping technique can increase the duration of on-task behavior gradually from 3 until 16 minutes, but decreased until 13 minutes in post-intervention. This increase occurs since the shaping and token system were applied simultaneously, and extraneous variables were controlled.

Keywords: ADHD, predominantly inattentive type, on-task behavior, shaping technique, token economy

Abstrak: Anak-anak dengan ADHD mengalami kesulitan dalam menampilkan perilaku *on-task* yang berhubungan dengan kemampuan mempertahankan perhatian. Hal ini menyebabkan kinerja akademik yang lemah dan kegagalan akademik di sekolah. Untuk meminimalkan dampak tersebut, intervensi dibutuhkan untuk meningkatkan perilaku *on-task* yang dapat meningkatkan kemampuan mempertahankan perhatian. Penelitian ini menggunakan intervensi dengan teknik *shaping* dan *token economy* untuk meningkatkan durasi perilaku *on-task*. Seorang anak laki-laki yang didiagnosa ADHD *predominantly inattentive type* berdasarkan kriteria DSM V menjadi partisipan. Metode yang digunakan adalah *single subject* dengan desain ABA, meliputi *pre test*, intervensi, dan *post-test*. Empat jenis instrument digunakan untuk koleksi data, yaitu lembar *checklist* kriteria ADHD, lembar observasi ABC, lembar observasi perilaku, dan *reinforcement inventory*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *shaping* dapat meningkatkan durasi perilaku secara bertahap dari 3 hingga 16 menit, namun menurun sampai 13 menit saat pasca intervensi. Peningkatan durasi perilaku *on-task* terjadi karena penerapan teknik *shaping* dan *token economy* secara bersamaan, serta adanya kontrol terhadap variabel eksternal yang dapat mengganggu atensi partisipan.

Kata kunci: ADHD, *predominantly inattentive type*, perilaku *on-task*, teknik *shaping*, *token economy*

Diagnosis terhadap *attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD)* umumnya ditegakkan ketika individu menunjukkan tingkat inatensi dan atau hiperaktivitas-impulsivitas yang tidak sesuai dengan perkembangan, serta mengakibatkan gangguan fungsional yang sering berlanjut hingga masa dewasa (Pena et al., 2020; Resnick & Reitman, 2011). Berbagai temuan penelitian menuliskan ADHD sebagai salah satu diagnosa gangguan *neurodevelopmental* yang paling umum diidentifikasi pada masa kanak-kanak. Prevalensi gangguan ini cukup tinggi, yaitu sekitar 5-12% dari populasi anak di dunia (Costa et al., 2014; Tannock, 2007; Mangunsong, 2016). Saat ini, ADHD telah dibagi menjadi 3 subtype, yaitu ADHD *predominantly inattentive type*, ADHD *predominantly hyperactive-impulsive type*, dan ADHD *combined type* (American Psychiatric Association, dalam Hallahan et al., 2009).

ADHD dikaitkan dengan perbedaan struktural dan fungsional di otak, khususnya pada wilayah yang terkait dengan pembelajaran, fungsi eksekutif, memori, serta kecepatan pemrosesan informasi (Barkley, 2015; Brown, 2005). Sumber lainnya menyatakan bahwa *behavioral inhibition* atau penghentian tingkah laku merupakan karakteristik umum ADHD yang membentuk tahapan-tahapan masalah yang dialami dalam fungsi eksekutif dan kesadaran individu (Barkley, 2014). Penghentian perilaku inilah yang juga mengganggu kemampuan individu dalam melakukan tingkah laku yang mengarah pada pencapaian tujuan (Mangunsong, 2016). Secara lebih spesifik, masing-masing tipe ADHD memiliki karakteristik utama yang berbeda-beda.

Pada usia sekolah, karakteristik tipe *inattentive* yang terlihat adalah kesulitan untuk berkonsentrasi pada suatu tugas, kegagalan dalam mengikuti instruksi, tampak tidak mendengarkan ketika orang lain berbicara, sulit memperhatikan detail dan ceroboh, serta menunda-nunda dalam mengerjakan tugas (Mangunsong, 2016; Schellack & Meyer, 2012). Karakteristik tipe hiperaktif/

impulsif di sisi lain terlihat dari perilaku sering meninggalkan tempat duduk ketika di kelas, cenderung menjawab pertanyaan atau berbicara sebelum giliran, menginterupsi pembicaraan orang lain, sulit mengantre, serta banyak bicara (Mangunsong, 2016; Wolraich et al., 2019).

Karakteristik yang beragam pada anak ADHD seringkali menyebabkan berbagai permasalahan di sekolah, seperti performa dan nilai akademik yang buruk, *underachievement*, serta tidak bisa naik kelas (Plamondon & Martinussen, 2015; Loe & Feldman, 2007). Penelitian lain oleh Costa, et al. (2014) secara lebih spesifik menunjukkan bahwa anak dengan simptom *inattentive* lebih cenderung menunjukkan performa akademik yang rendah di sekolah dibandingkan dengan anak dengan simptom hiperaktivitas/impulsivitas. Beberapa penelitian mengoperasionalkan definisi inatensi dalam ADHD ini sebagai perilaku *off-task* (*off-task behavior*; dalam Kofler, Mark, & Alderson, 2008).

Perilaku *off-task* dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu *off-task* motorik, *off-task* verbal, dan *off-task* perilaku pasif (Slattery et al., 2016). Perilaku *off-task* motorik didefinisikan sebagai setiap gerakan motorik yang tidak terkait dengan rutinitas yang ditargetkan (misalnya beranjak dari kursi selama mengerjakan tugas, atau memainkan alat tulis saat diminta untuk membaca). Perilaku *off-task* verbal didefinisikan sebagai setiap verbalisasi yang tidak terkait dengan tugas yang sedang dikerjakan (misalnya berbicara dengan orang lain mengenai topik yang tidak terkait dengan pekerjaan rumah/ tugas). Terakhir, perilaku *off-task* pasif dapat diartikan sebagai ketidakterlibatan pasif selama periode minimal 5 detik berturut-turut (misalnya melihat ke arah lain selain tugas).

Seorang anak harus mampu memberikan perhatian pada tugas dan/atau menunjukkan perilaku *on-task* yang konsisten agar mampu mencapai prestasi akademik yang optimal (Nasa et al., 2018). Sebaliknya, beberapa penelitian menemukan bahwa

siswa dengan ADHD menunjukkan tingkat perilaku *on-task* yang lebih rendah, atau perilaku *off-task* yang lebih tinggi. Akibatnya, anak-anak dengan sindrom ADHD *inattentive type* cenderung kurang efisien dalam menyelesaikan tugasnya (Brown, 2015; Barkley, 2014). Temuan lain mencatat bahwa meskipun anak dengan ADHD mampu untuk tetap menunjukkan perilaku *on-task*, beberapa di antaranya seringkali gagal dalam memberikan perhatian pada instruksi, cenderung terburu-buru dalam mengerjakan tugas, dan gagal dalam mengecek ketepatan pekerjaannya (Barkley, 2014; Cipiti, 2010).

Hal ini sejalan dengan temuan Slattery et al. (2016) bahwa dalam *setting* ruang kelas, anak-anak dengan ADHD hanya mampu menyelesaikan tugas sekolah pada tingkat yang lebih rendah dibandingkan teman-teman seusianya. Anak-anak dengan ADHD seringkali mengalami permasalahan yang terkait dengan mempertahankan perhatian selama beraktivitas, serta pengorganisasian dan penyelesaian tugas. Membaca dan berhitung merupakan area akademik yang paling bermasalah pada anak ADHD pada saat memasuki sekolah (Summey, 2018).

Ketidakmampuan dalam mempertahankan perhatian serta prestasi belajar di sekolah yang rendah pada anak ADHD *predominantly inattentive type* pada akhirnya dapat menimbulkan kebingungan bagi guru dan orang tua. Guru di sekolah biasanya cenderung memberikan penilaian yang lebih negatif pada anak ADHD yang mengalami kesulitan akademik (Lebowitz, 2013). Perilaku anak yang tidak kooperatif, yang disertai keterbatasan pengetahuan guru dalam mendampingi anak ADHD di kelas dapat menyebabkan adanya persepsi dan label yang negatif kepada anak (Lebowitz, 2013; Summey, 2018).

Orang tua juga masih cenderung untuk menilai keterampilan akademik anak-anak dengan ADHD secara lebih negatif (Lebowitz, 2013). Temuan lainnya juga menunjukkan bahwa sikap negatif mengenai

diagnosis ADHD dapat mewarnai persepsi orang tua terkait bakat skolastik anak-anak (Einseberg & Schneider, dalam Lebowitz, 2013). Ibu dari anak-anak dengan ADHD lebih cenderung melaporkan bahwa pola asuhnya dikritik oleh orang lain, dan frekuensi kritikan ini secara signifikan dikaitkan dengan gejala depresi yang lebih besar dan dukungan sosial yang dirasakan lebih rendah (Lebowitz, 2013; Barkley, 2014; Brown, 2015).

Pencapaian akademik yang rendah, serta sikap dan penilaian negatif yang ditunjukkan orang lain kemudian dapat menyebabkan anak ADHD merasa frustrasi dan tidak adekuat, serta cenderung menilai dirinya sendiri secara lebih negatif (Nasa et al., 2018). Anak-anak dengan sindrom ini juga cenderung memiliki kepercayaan yang rendah terhadap kemampuannya sendiri, serta memiliki harga diri yang rendah (Firmin & Phillips, 2009). Akibatnya, anak-anak ADHD tidak jarang mengalami keceemasan dan depresi akibat akumulasi dari permasalahan yang tidak tertangani dengan baik (Chairunnisa & Kemala, 2020).

Kasus tersebut dialami oleh seorang siswa dengan inisial "D". Subjek D merupakan seorang anak berusia 7 tahun 8 bulan yang didiagnosis ADHD *predominantly inattentive type* berdasarkan kriteria DSM 5. Pada saat wawancara awal dilakukan kepada orang tua dan guru, subjek D dinyatakan seringkali menampilkan masalah inatensi (perilaku *off-task*) ketika mengikuti pembelajaran di kelas. Subjek D juga cenderung membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan suatu tugas, dan seringkali tidak bisa menuntaskan pekerjaannya. Hal ini juga menyebabkan subjek D mendapatkan nilai akademik yang rendah dibandingkan teman-teman sekelasnya.

Pada saat mengikuti pembelajaran secara daring (*school from home*), subjek D juga seringkali menunjukkan perilaku *off-task* pada saat mengerjakan tugas sekolahnya. Beberapa perilaku yang terlihat adalah melamun selama lebih dari 10 detik, membicarakan hal lain di luar tugas sekolah,

serta memainkan alat tulis dan anggota tubuhnya (terutama jari tangan). Orang tua masih harus mendampingi subjek Subjek D secara terus menerus dan memberikan *prompt* verbal agar ia bisa kembali berfokus pada tugasnya.

Subjek D juga belum mampu untuk menjawab soal dengan mandiri, melainkan harus mendapatkan penjelasan secara verbal dan dibantu dengan media visual agar dapat lebih memahami materi yang dipelajari. Permasalahan belajar dan kesulitan yang dialami selama membuat tugas pada akhirnya membuat subjek D cenderung menilai dirinya secara negatif. Subjek D kurang percaya diri dengan kemampuannya, serta cenderung mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam membuat tugas. Teman-teman, guru, dan keluarga di rumah juga cenderung memberikan penilaian yang negatif pada subjek D.

Keterbatasan pada fungsi eksekutif juga turut menjelaskan mengapa anak dengan ADHD (meskipun tidak semuanya) seringkali mendapatkan skor IQ yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak normal lainnya. Kebanyakan tes inteligensi, termasuk WISC, membutuhkan upaya mental yang berkelanjutan dalam pengerjaannya (Biederman et al., 2012). Struktur dalam sebagian besar tes inteligensi juga dapat membatasi keberhasilan anak terdiagnosis ADHD (Mackenzie & Wonders, 2016). Beberapa sub tes dalam tes inteligensi tidak memungkinkan tester untuk mengulangi instruksi atau mengubah aturan administrasi (Jepsen, et al., 2009). Padahal kenyataannya pengulangan instruksi ini penting untuk mengakomodasi kebutuhan khusus individu yang mungkin tidak mengikuti petunjuk dengan benar atau kesulitan untuk memfokuskan atensinya pada saat tes.

Skor rendah dalam IQ *Weschler* pada anak dengan masalah inatensi tidak hanya merefleksikan defisit intelektual, namun juga sangat mungkin merupakan hasil dari defisit atensi selama administrasi tes IQ berlangsung (Jepsen et al., 2009). Faktor distraksi dan rentang atensi yang singkat

pada saat mengerjakan sub tes verbal juga diprediksi berpengaruh terhadap adanya diskrepansi antara skor IQ *performance* dan verbal (Biederman et al., 2012). Anak-anak dengan ADHD tipe inatensi juga dinyatakan akan mendapatkan skor yang rendah pada sub tes berhitung dan *digit span* (subtes yang mengukur *freedom from distractibility*; Jepsen et.al., 2009).

Hasil pemeriksaan psikologis pada asesmen awal juga menunjukkan bahwa subjek D memiliki IQ pada kategori *borderline* (skor = 79, skala WISC). Pada saat administrasi tes, subjek D menunjukkan ketahanan yang cukup singkat dalam menyelesaikan tes WISC, terutama pada sub tes verbal. Subjek D juga mendapatkan skor yang rendah pada subtes aritmatika dan *digit span*, sehingga hasil ini diduga mencerminkan efek atensi yang tidak optimal selama administrasi tes. Berdasarkan berbagai pertimbangan yang dituliskan tersebut, peneliti tidak menggunakan data hasil tes IQ sepenuhnya untuk memprediksi fungsi intelektual subjek D. Peneliti lebih menekankan pada implikasi bahwa saat ini subjek D membutuhkan strategi pembelajaran khusus untuk meningkatkan atensinya dan juga memaksimalkan hasil belajarnya (Biederman et al., 2012).

Permasalahan inatensi atau perilaku *off-task* pada anak ADHD perlu diatasi dengan intervensi atau penanganan khusus agar anak dapat mencapai prestasi akademik yang optimal sesuai kapasitasnya (Summey, 2018; Green et al., 2012). Tujuan spesifik dari intervensi yang diberikan di antaranya adalah meningkatkan keterampilan anak ADHD *predominantly inattentive type* dalam mempertahankan perhatiannya pada saat mengerjakan tugas, serta meningkatkan durasi perilaku *on-task* (Nasa et al., 2018). Bukti ilmiah menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam kegiatan akademik dan menunjukkan perilaku *on-task* akan mendapatkan kesempatan yang lebih tinggi untuk menanggapi tugas akademik. Hal ini dapat meningkatkan kecepatannya dalam mempelajari keterampilan

akademis dan meningkatkan pencapaian akademiknya (Lantz et al., 2007).

Intervensi yang cukup luas digunakan dan terbukti efektif untuk menangani anak-anak ADHD dengan masalah inatensi adalah modifikasi perilaku (Nasa et al., 2018). Modifikasi perilaku memandang perilaku maladaptif sebagai hasil belajar yang keliru, sehingga dapat diubah melalui proses belajar (Miltenberger, 2012). Adapun tujuan dari modifikasi perilaku ini adalah untuk menghilangkan tingkah laku maladaptif (perilaku *off-task*) dengan perilaku baru yang lebih adaptif (perilaku *on-task*).

Modifikasi perilaku yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *shaping*. Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa teknik ini efektif dalam meningkatkan durasi perilaku *on-task* anak ADHD dengan permasalahan atensi (Nasa et al., 2018; Anjani & Tjakrawiralaksana, 2019; Ho et al., 2011). Perilaku target dibentuk secara bertahap dengan cara memberikan penguatan (*reinforcement*) pada perilaku yang menyerupai target perilaku yang sudah ditetapkan (Miltenberger, 2012; Martin & Pear, 2015). Teknik ini juga dikenal sebagai *successive approximations* (Martin & Pear, 2015).

Lebih lanjut, Miltenberger (2012) menjelaskan teknik *shaping* sebagai bentuk dari *differential reinforcement*, yaitu penguatan yang hanya diberikan pada perilaku yang menyerupai target perilaku yang ditetapkan. Perilaku lainnya yang tidak berkaitan tidak diberikan penguatan, sehingga diharapkan akan menghilang seiring intervensi berlangsung. Singkatnya, teknik *shaping* ini digunakan ketika anak sudah menampilkan perilaku yang diinginkan, namun tetap harus ditingkatkan (Martin & Pear, 2015).

Terdapat beberapa dimensi perilaku yang dapat digunakan dengan menggunakan metode *shaping*, antara lain topografi, durasi, frekuensi, latensi, dan intensitasnya (Martin & Pear, 2015). Pada penelitian ini, metode *shaping* digunakan untuk meningkatkan durasi perilaku *on-task* subjek.

Adapun durasi didefinisikan sebagai panjangnya waktu yang berjalan. Durasi *shaping* biasanya digunakan untuk meningkatkan perilaku akademik para siswa yang mengalami disabilitas belajar (Martin & Pear, 2015).

Penerapan teknik *shaping* untuk meningkatkan perilaku target seringkali disertai dengan penggunaan *prompt* (Martin & Pear, 2015). Terdapat dua macam *prompt* yang umumnya digunakan dalam teknik *shaping*, antara lain *stimulus prompts* dan *response prompts* (Miltenberger, 2012). Secara spesifik, penelitian ini menggunakan *response prompt*, yaitu perilaku (baik dalam bentuk verbal, gestur, dan fisik) yang ditunjukkan orang lain untuk memicu dan mempertahankan target perilaku subjek (Miltenberger, 2012). Peneliti juga menggunakan *reinforcement* dengan sistem token untuk mencapai target perilaku. Penggunaan teknik *shaping* dan penguatan dengan sistem token ini telah terbukti dapat meningkatkan keterampilan dalam menyelesaikan tugas dengan cara meningkatkan durasi perilaku *on-task* anak (Nasa et al., 2018; Ho et al., 2011).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah aplikasi teknik *shaping* dapat meningkatkan durasi perilaku *on-task* anak dengan ADHD *predominantly inattentive type*. Adapun peningkatan perilaku *on-task* dalam penelitian ini dilihat dari peningkatan durasi perilaku *on-task* yang ditunjukkan oleh anak pada saat mengerjakan tugas sekolah di masa SFH. Anak akan diberikan penjelasan mengenai materi pembelajaran tematik sesuai dengan jadwal di sekolah, baik secara verbal maupun dengan bantuan media visual (video dan gambar edukatif). Hal ini didasarkan pada hasil asesmen (observasi, wawancara dan tes WISC) yang menunjukkan bahwa subjek cenderung lebih mudah menangkap informasi atau materi pembelajaran dengan adanya bantuan media visual.

Jika subjek berhasil mencapai target durasi perilaku pada masing-masing sesi, anak akan mendapatkan token berupa stiker

yang pada akhir sesi bisa ditukarkan dengan *back-up reinforcement* yang telah disepakati. Anak juga akan menerima *social reinforcement* berupa pujian dari peneliti. Penelitian ini dilaksanakan di kamar subjek, dengan melakukan kontrol terhadap stimulus eksternal yang dapat mendistraksi perhatian subjek D ketika mengerjakan tugas sekolah. protokol kesehatan yang ketat juga telah dilaksanakan selama sesi intervensi ini berlangsung.

Teknik *shaping* dan token ekonomi ini digunakan karena telah terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku on-task dan hasil belajar pada anak dengan ADHD (Nasa et al., 2018; Chairunnisa & Kumala, 2020; Martin & Pear, 2015). Teknik *shaping* dianggap efektif dalam membentuk perilaku adaptif secara bertahap, dan ini sesuai dengan kebutuhan anak ADHD tipe *inattentive* yang membutuhkan waktu untuk meningkatkan durasi atensinya secara bertahap (Barkley, 2014). *Reinforcement* yang diberikan secara langsung (*immediate*) juga terbukti mampu menarik atensi anak ADHD untuk terlibat dalam kegiatan, dibandingkan dengan *renforcement* yang diberikan setelah ada jeda waktu yang lama (Barkley, 2014; Brown, 2015).

Metode

Subjek

Subjek penelitian ini adalah seorang anak laki-laki berusia 7 tahun 8 bulan yang didiagnosa dengan ADHD *predominantly inattentive type* berdasarkan kriteria DSM 5. Hasil asesmen menunjukkan bahwa subjek memiliki keterampilan dan nilai akademik yang berada di bawah rata-rata teman sekelasnya. Hasil pemeriksaan psikologi yang dilakukan oleh psikolog juga menunjukkan bahwa subjek D memiliki kapasitas intelektual pada kategori *borderline* (IQ = 79, skala WISC)

Selama mengikuti pembelajaran di sekolah maupun di rumah saat SFH, subjek seringkali mengalami kesulitan dalam

mempertahankan perhatian untuk mengerjakan tugas sekolah. Subjek juga cenderung membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas, sehingga seringkali terlambat dalam mengumpulkan tugas sekolah. Subjek juga masih membutuhkan pendampingan, arahan dan supervisi secara individual untuk memahami materi pembelajaran dan menjawab soal-soal yang diberikan.

Apabila tidak didampingi ketika mengerjakan tugas, D akan menampilkan perilaku-perilaku yang tidak terkait dengan tugas (*off-task*). Perilaku yang ditampilkan antara lain melamun selama lebih dari 10 detik, melihat ke sekeliling ruangan, memainkan alat tulis yang ada di sekitarnya, maupun berbicara mengenai topik yang tidak relevan dengan pelajaran. Subjek D juga harus diingatkan secara berulang kali untuk kembali berfokus pada tugasnya. Subjek D juga mengeluh tidak bisa memahami materi dan menjawab soal apabila tidak disupervisi oleh orang tua atau peneliti.

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *single subject design* dengan tipe A-B. pengukuran pada penelitian ini dilakukan pada sesi *baseline* (kondisi A), sesi intervensi (kondisi B) dan setelah sesi intervensi (kondisi A) (Miltenberger, 2012). Intervensi ini dilakukan selama 4 minggu, dengan rincian 1 minggu pertama untuk mengukur kondisi *baseline*, 2 minggu untuk sesi intervensi, dan 1 minggu terakhir untuk pengukuran pasca intervensi. Penelitian ini dilakukan pada hari sekolah (Senin-Kamis) saat anak mengerjakan tugas, dengan durasi 1 jam per hari. Jadwal ini telah disesuaikan dengan kesediaan dan jadwal kegiatan anak di rumah. Desain ABA dalam penelitian ini digunakan untuk melihat peningkatan durasi perilaku *on-task* pada anak dengan ADHD *predominantly inattentive type* setelah mengikuti intervensi menggunakan teknik *shaping* yang disertai dengan pembe-

rian reward dengan sistem token.

Instrumen Pengukuran

Terdapat 4 (empat) jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *checklist* kriteria ADHD *predominantly inattentive type* berdasarkan DSM 5, lembar observasi ABC (*antecedent-behavior-consequence*), lembar observasi perilaku, dan inventori *reinforcement*. Pengisian *checklist* ini dilakukan dengan melakukan wawancara kepada terapis dan orang tua subjek, serta dengan melakukan observasi terhadap subjek D secara langsung. Hasil pengisian *checklist* ini juga diintegrasikan dengan beberapa sumber data, seperti dokumen riwayat pemeriksaan tumbuh kembang anak, dokumen hasil pemeriksaan psikologis serta wawancara klinis terhadap orang tua dan terapis untuk menegakkan diagnosa ADHD pada subjek.

Lembar observasi ABC merupakan inventori asesmen awal untuk melakukan analisis fungsi terhadap perilaku subjek yang akan dijadikan target dalam modifikasi perilaku. Lembar observasi ini diadaptasi dari panduan Miltenberger (2012), digunakan untuk mengetahui deskripsi anteseden dan konsekuensi setiap kali perilaku yang ditargetkan muncul. Observasi ini dilakukan di rumah dan di klinik tempat subjek D menjalani terapi.

Peneliti juga menyusun lembar observasi perilaku untuk mengukur durasi perilaku *on-task* pada saat subjek mengerjakan tugas sekolah. pada saat sesi pengukuran *baseline* dan pasca intervensi, metode digunakan adalah *continuous recording*, atau pengamatan secara berkelanjutan pada seluruh periode observasi (1 jam) dan mencatat durasi perilaku *on-task* subjek D. Pengukuran dimulai pada saat D menunjukkan perilaku *on-task* dan diakhiri ketika menunjukkan perilaku *off-task*. Misalnya, jika subjek D menunjukkan perilaku *on-task* pada 3 menit pertama, lalu kemudian menunjukkan perilaku *off-task*, maka 3 menit tersebut disebut sebagai periode

perilaku *on-task* pertama. Jika kemudian pada menit ke 4-5 subjek D kembali menunjukkan perilaku *on-task*, maka interval waktu tersebut disebut sebagai periode perilaku *on-task* kedua. Begitu seterusnya sampai 1 jam terlewati. Peneliti kemudian mencari rata-rata durasi perilaku *on-task* per sesi sesuai catatan tersebut. Pengertian sesi dalam penelitian ini adalah waktu pelaksanaan pengukuran perilaku yang dilakukan dalam 1 hari, baik pada tahap pengukuran *baseline*, intervensi, maupun pengukuran pasca intervensi.

Lembar observasi berupa *checklist* yang diadaptasi dari Irwin et al. (1980) juga digunakan untuk mengumpulkan data durasi perilaku *on-task* pada saat sesi intervensi berlangsung. Peneliti sebelumnya sudah menetapkan durasi minimal yang harus dicapai oleh subjek D per sesinya. Jika subjek D mampu mencapai target durasi tersebut, maka peneliti memberikan tanda centang (√) dan mencatat durasi perilaku *on-task* yang berhasil dicapai oleh subjek D. Sebaliknya, peneliti menuliskan tanda silang (X) jika subjek D belum mampu mencapai target durasi yang ditetapkan. Peneliti juga memberikan keterangan mengenai perilaku *off-task* yang muncul serta hal-hal apa saja yang mendistraksi subjek D selama mengerjakan tugasnya.

Berikutnya, inventori *reinforcement* yang diadaptasi dari Nasa et al. (2018) digunakan untuk mengidentifikasi objek dan aktivitas yang disukai oleh anak yang dapat dijadikan *reinforcement* dalam program modifikasi perilaku ini. Inventori *reinforcement* ini digunakan sebagai panduan wawancara kepada subjek dan orang tua pada saat sesi pra intervensi. Dengan kata lain, daftar *back-up reinforcement* yang digunakan dalam penelitian ini telah disepakati oleh subjek, orang tua, dan peneliti.

Prosedur

Tujuan dari intervensi ini adalah untuk meningkatkan durasi perilaku *on-task* anak hingga 15 menit di akhir sesi intervensi.

Durasi target ini ditetapkan berdasarkan pertimbangan bahwa rata-rata anak kelas 1-3 SD dapat mempertahankan perhatian atau menampilkan perilaku *on-task* minimal selama 15 menit (Mash & Wolfe, 2013). Rancangan implementasi program dalam intervensi ini menggunakan teknik pembentukan yang mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Menditto et al. (1991) yang partisipannya memiliki gangguan atensi. Peningkatan durasi perilaku *on-task* dilakukan secara bertahap pada setiap sesi tahap intervensi (Menditto et al., 1991).

Pada intervensi ini, perilaku yang ditetapkan sebagai *on-task behavior* adalah bersedia mengerjakan tugas yang diberikan sesuai instruksi, hanya membicarakan atau melakukan tanya jawab yang terkait dengan tugas sekolah, serta mengikuti proses belajar tanpa memainkan alat tulis maupun benda lainnya. Perilaku berbicara tentang pencapaian atau kemajuan yang diraih ANG saat mengerjakan tugas dan meminta bantuan untuk mengerjakan tugas juga dianggap sebagai *on task behavior*. Di sisi lain, perilaku yang dianggap sebagai *off-task behavior* adalah berhenti mengerjakan tugasnya lebih dari 30 detik, melihat ke arah lain atau sekelilingnya selain pada tugas yang sedang dikerjakan, memainkan objek lain, membicarakan hal yang tidak berkaitan dengan tugas, atau mengganggu orang lain.

Penelitian ini dibagi dalam 3 tahapan, yaitu tahap pengukuran *baseline*, tahap intervensi, dan tahap pengukuran pasca intervensi. Tahap pengukuran *baseline* dilakukan selama 4 sesi untuk mendapatkan data yang tergolong stabil dan reliabel (Martin & Pears, 2015; Frankel & Wallen, 2009; Anjani & Tjakrawiralaksana, 2019). Pengukuran durasi dilakukan menggunakan *stopwatch* ketika perilaku *on-task* muncul, dan langsung dihentikan ketika subjek D menampilkan perilaku *off-task*. Pengukuran kemudian akan dimulai kembali ketika subjek D menampilkan perilaku *on-task*,

dan dihentikan apabila perilaku *off-task* kembali muncul. Hasil pengukuran *baseline* yang telah dilakukan dituliskan ke dalam **Tabel 1**.

Tabel 1. Hasil pengukuran kondisi *baseline*

Sesi	Rerata durasi <i>on-task</i>	<i>Off task behavior</i> yang muncul
1	2 menit 46 detik	- Bercerita tentang mobil <i>remote control</i> - Menggambar di buku tulis - Melamun lebih dari 30 detik
2	3 menit 10 detik	- Bercerita tentang rumah dengan mesin otomatis - Memainkan kuku - Melamun lebih dari 30 detik
3	3 menit 12 detik	- Bercerita tentang rumah dengan mesin otomatis - Melamun lebih dari 30 detik
4	3 menit 13 detik	- Bercerita tentang mobil <i>remote</i> milik kakaknya - Memainkan kuku - Melamun lebih dari 30 detik - Menggambar

Berdasarkan hasil pengukuran kondisi *baseline*, peneliti juga menemukan bahwa terdapat beberapa faktor eksternal atau kondisi yang turut memengaruhi kemunculan perilaku *off-task* subjek D. Pertama, atensi subjek D cenderung mudah teralih ketika ada saudara yang melakukan aktivitas di area ruang belajarnya. Kedua, subjek D mudah merasa bosan dan berkata lelah jika pembelajarannya monoton hanya pada membaca teks cerita yang panjang (lebih dari 4 halaman), mendengarkan penjelasan dari peneliti, serta menuliskan jawaban saja. Sebaliknya, subjek cenderung lebih tertarik terhadap proses belajar dan menjawab lebih banyak soal dengan benar ketika peneliti menggunakan video dan gambar untuk menjelaskan materi pembelajaran.

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti

pun memutuskan untuk mengupayakan kontrol terhadap variabel eksternal yang diduga memengaruhi atensi subjek selama kegiatan intervensi berlangsung. Peneliti berkomunikasi dengan nenek dan orang tua agar ruangan belajar subjek D sebisa mungkin minim dari gangguan akibat kehadiran saudaranya. Peneliti juga menyertakan media visual (video dan gambar) untuk menjelaskan materi pembelajaran yang didapatkan dari sekolah. Alasannya, subjek D menunjukkan minat belajar yang lebih tinggi saat pembelajaran dengan media visual.

Fase intervensi dilakukan sebanyak 8 sesi, masing-masing selama 1 jam per sesi. Intervensi ini dilakukan pada hari sekolah saat subjek D mengerjakan tugas sekolah. Hal ini dilakukan dengan mempertimbangkan jadwal kegiatan harian subjek D di rumah. Pembentukan perilaku dinyatakan efektif jika dilakukan secara terjadwal dan konsisten (Martin & Pear, 2015), sehingga peneliti, subjek, dan orang tua sepakat melakukannya pada hari dan jam sekolah. Jumlah sesi ini ditentukan dari peningkatan target durasi perilaku *on-task* secara berkala. Pembentukan durasi dilakukan dengan meningkatkan jumlah waktu anak menampilkan perilaku *on-task* secara bertahap hingga mencapai jumlah waktu yang diharapkan di akhir program (Everett & Cannon, 2015; Martin & Pear, 2007). Pada intervensi ini, durasi ditingkatkan sebanyak 1,5 menit pada setiap sesinya, dari yang awalnya (pada kondisi *baseline*) hanya 3

menit hingga mencapai target durasi, yaitu 15 menit.

Peneliti juga menggunakan *prompt* pada saat subjek D menunjukkan perilaku *off-task*, serta menggunakan penguatan positif (*positive reinforcement*). Adapun jenis *prompt* yang digunakan adalah *verbal prompt*, dengan cara menginstruksikan subjek D secara verbal agar kembali berfokus mengerjakan tugas sekolahnya. Penguatan positif dalam program ini juga mengacu pada model intervensi yang dilakukan oleh Nasa et al. (2018), yaitu menggunakan *token economy* dan *social reinforcement*. *Token economy* diberikan dalam bentuk stiker bergambar mobil sesuai kesepakatan dengan subjek D yang akan didapatkan jika ia berhasil mencapai target durasi perilaku *on-task*. Adapun *back-up reinforcement* yang telah disepakati bersama subjek D tercantum dalam **Tabel 2**.

Terakhir, pengukuran pasca intervensi dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan setelah sesi intervensi dilakukan. Pengukuran dilakukan dengan cara menghitung durasi perilaku *on task* subjek D selama mengerjakan tugas, dengan metode yang sama dengan pengukuran *baseline* dan intervensi. Data yang diperoleh pada tahap ini (durasi perhatian atau perilaku *on-task*) selanjutnya dibandingkan dengan data yang diperoleh pada tahap *baseline* untuk menentukan perubahan durasi perilaku *on-task* (Nasa et al., 2018) yang ditampilkan oleh subjek setelah intervensi.

Tabel 2. Ringkasan implementasi intervensi dan daftar *back-up reinforcement*

Sesi	Target durasi perilaku <i>on-task</i>	Jumlah token yang didapat	<i>Back-up reinforcements</i> dan jumlah token yang ditukar di akhir intervensi
1	4 menit 30 detik	1	8 token = 2 lego pompa air
2	6 menit 00 detik	1	6-7 token = 1 lego pompa air
3	7 menit 30 detik	1	5 token = 1 lego <i>block</i> ukuran besar
4	9 menit 00 detik	1	4 token = 1 lego <i>block</i> ukuran sedang
5	10 menit 30 detik	1	3 token = download <i>games</i> baru + bermain 30 menit di akhir pekan
6	12 menit 00 detik	1	
7	13 menit 30 detik	1	1-2 token = bermain <i>games</i> 30 menit di akhir pekan
8	15 menit 00 detik	1	

Analisis data

Hasil analisis data diperoleh dari perbandingan durasi perilaku *on-task* yang ditampilkan subjek pada tahap pengukuran *baseline* dan pasca intervensi. Intervensi dinyatakan berhasil ketika durasi perilaku *on-task* pada tahap pasca intervensi meningkat menjadi 100% dari durasi rata-rata pengukuran *baseline*, atau minimal 75% dari durasi yang ditargetkan (Kofler et al., 2008). Jika subjek dapat menunjukkan perilaku *on-task* selama minimal 13 menit dalam sesi belajar tanpa diberikan *prompt* dan token, maka intervensi dalam penelitian ini dianggap berhasil.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa durasi perilaku *on-task* selama pengukuran *baseline* dan pasca intervensi menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Hasil pengukuran pasca intervensi menunjukkan peningkatan dengan persentase sebesar 100% dibandingkan dengan durasi pada tahap *baseline*, tepatnya sampai 10 menit. Subjek D mampu mempertahankan durasi perilaku *on-task* selama 13 menit tanpa diberikan *prompt* apapun selama mengerjakan tugas pada tahap pengukuran pasca

intervensi ini. Peningkatan dalam durasi perilaku *on-task* Subjek D dari tahap *baseline*, intervensi, dan pasca intervensi dapat diilustrasikan dalam bentuk grafik pada **Gambar 1**.

Peningkatan dalam durasi *on-task* ini juga diikuti dengan meningkatnya jumlah soal yang bisa dikerjakan oleh subjek dalam waktu 1 jam. Pada saat sesi intervensi dan pengukuran pasca intervensi, subjek D rata-rata bisa mengerjakan 80% dari jumlah pertanyaan yang diberikan sebagai tugas. Subjek D juga dapat memahami isi pembelajaran dengan baik, dan mampu menjawab pertanyaan di mengenai soal cerita yang dibacanya dengan benar. Awalnya, subjek hanya bisa menjawab dengan benar rata-rata 2-3 dari 10 soal yang ada di buku. Pada saat pengukuran pasca intervensi dilakukan, subjek D mampu menjawab dengan benar maksimal 7 dari 10 soal dengan benar (soal berupa pilihan ganda dan isian singkat).

Pada saat pengukuran pasca intervensi dilakukan, subjek D juga tidak diberikan token karena kesepakatan di awal penelitian adalah token hanya diberikan selama sesi intervensi. Meskipun demikian, subjek D tetap mau menyelesaikan tugas dan mempertahankan atensinya dalam waktu yang cukup lama (13 menit). Pada saat sesi *follow*



Gambar 1. Hasil pengukuran durasi perilaku *on-task* secara keseluruhan

up dilakukan, orang tua juga telah mengurangi intensitas pemberian token (hanya satu kali seminggu di akhir pekan). Hal ini dilakukan agar subjek D tetap merasa termotivasi untuk belajar tanpa merasa tergantung dengan pemberian token.

Berdasarkan **Gambar 1**, dapat ditarik kesimpulan bahwa aplikasi prinsip modifikasi perilaku menggunakan teknik *shaping* dapat meningkatkan perilaku *on-task* pada subjek dengan diagnosa ADHD *predominantly inattentive type*. Pada saat intervensi dilakukan, subjek D mampu mempertahankan perilaku *on-task*nya sampai 16 menit. Pada saat dilakukan pengukuran pasca intervensi (*post-test*), durasinya menurun hingga 13 menit. Durasi perilaku *on task* subjek D ini mencapai 87% dari target yang telah ditetapkan. Hal ini sejalan dengan temuan dari Nasa et al. (2018) bahwa anak dengan ADHD mampu menunjukkan perilaku *on-task* sekitar 80% dari durasi yang dapat dicapai anak dengan perkembangan yang normal.

Berdasarkan **Gambar 1**, juga dapat dilihat bahwa subjek D sempat mengalami penurunan durasi perilaku *on-task* pada sesi ke 4 dan sesi ke 6. Begitu juga pada saat pengukuran pasca intervensi, subjek hanya mampu mempertahankan perhatiannya pada tugas selama 13 menit. Penurunan dalam durasi perilaku *on task* ini disebabkan oleh berbagai stimulus eksternal yang tidak dapat dikendalikan, seperti kehadiran orang lain di ruang belajar, serta suara-suara bising dari lingkungan.

Sebagai contoh, pada sesi ke 4, suasana di rumah subjek D terdengar bising karena kakak dan neneknya saling berteriak satu sama lain. Pada saat itu, subjek juga dimarahi oleh kakaknya dengan menggunakan nada bicara yang tinggi. Hal ini menyebabkan subjek D merasa tertekan dan berulang kali menceritakan perlakuan kakaknya kepada peneliti. Kehadiran saudara di ruang belajar juga membuat subjek mudah terdistraksi dan ikut menanggapi interaksi yang terjadi antar saudaranya.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek D mampu mempertahankan perilaku *on-task* selama 16 menit pada sesi intervensi, dan menurun menjadi 13 menit saat pasca intervensi. Penurunan dalam durasi perilaku *on task* ini disebabkan oleh berbagai stimulus eksternal yang tidak dapat dikendalikan selama penelitian berlangsung. Hal ini sejalan dengan penelitian Godwin et al. (2016) bahwa lingkungan yang dipenuhi stimulus visual maupun verbal dalam jumlah yang besar dapat menimbulkan munculnya perilaku *off-task* dengan frekuensi yang lebih tinggi pada anak dengan masalah inatensi. Peneliti telah berupaya untuk melakukan kontrol terhadap ruang dan situasi belajar subjek D, namun masih terdapat faktor eksternal yang tidak dapat dikendalikan selama beberapa kali sesi intervensi tersebut.

Penggunaan *reinforcement* dengan sistem token dan penguatan sosial yang menyertai teknik *shaping* dalam intervensi ini terbukti memiliki peran dalam meningkatkan perilaku subjek D dalam mengerjakan tugas. Penguatan dan token dalam penelitian ini diberikan saat subjek D menampilkan durasi perilaku *on-task* sesuai dengan target per sesi yang telah ditentukan. Hal ini sesuai dengan teori dari Barkley (2014) yang menyatakan bahwa penggunaan sistem penguatan pada anak-anak dengan ADHD harus berfokus pada perilaku *on-task* dibandingkan memberikan hukuman ketika anak menampilkan perilaku *off-task*. *Reinforcement* yang dipilih sendiri oleh anak cenderung dapat menarik minat belajarnya, sehingga anak mampu mempertahankan atensi serta perilaku *on-task*nya (Mahanani, 2017).

Duane (dalam Nasa et al., 2018) menukilkan bahwa anak ADHD terutama yang memiliki gangguan penyerta berupa keterbatasan fungsi intelektual biasanya cenderung mengalami kesulitan dalam mengingat instruksi atau arahan yang hanya bersifat

verbal. Pada kasus ini, penggunaan *prompt* secara verbal dan aturan yang tertulis juga digunakan dengan tujuan untuk memudahkan pemahaman subjek D terhadap peraturan selama sesi intervensi. Anak-anak dengan masalah perhatian juga dinyatakan mendapat manfaat dari aturan serta harapan yang disampaikan dengan jelas sebelum kegiatan dimulai (Barkley, 2014). Hal inilah yang mendorong peneliti untuk selalu mengingatkan mengenai aturan belajar yang telah dituliskan sebelum intervensi berlangsung. Peneliti juga mengajak subjek D untuk bersama-sama mengevaluasi perilakunya di akhir sesi, dengan tujuan untuk mengingatkan pentingnya perilaku *on-task* selama proses belajar.

Peneliti juga menerapkan pemberian instruksi yang singkat dan disederhanakan pada saat menjelaskan aturan sesi intervensi kepada subjek D. Instruksi ini juga disampaikan secara berulang guna memastikan subjek memahami perilaku apa saja yang diharapkan ketika mengerjakan tugas sekolah. Menurut Ruff dan Lawson (dalam Anjani & Tjakrawiralaksana, 2020), instruksi yang disampaikan sedikit demi sedikit, serta dengan bentuk yang disederhanakan terbukti efektif dalam mengurangi distraksi pada anak. Shaw (2018) menambahkan bahwa pada anak-anak dengan kapasitas intelektual di bawah rata-rata, penyampaian instruksi secara berulang juga perlu dilakukan untuk memastikan anak memahami apa yang diharapkan dari proses pembelajaran yang dilakukan.

Peningkatan dalam durasi *on-task* ini juga diikuti dengan meningkatnya jumlah soal yang bisa dikerjakan oleh subjek D dalam waktu 1 jam. Pada saat sesi intervensi dan pengukuran pasca intervensi, subjek D rata-rata bisa mengerjakan 80% dari jumlah pertanyaan yang diberikan sebagai tugas. Subjek D juga dapat memahami isi pembelajaran dengan baik, dan mampu menjawab pertanyaan di mengenai soal cerita yang dibacanya dengan benar. Awalnya, subjek D hanya bisa menjawab dengan benar rata-rata 2-3 dari 10 soal yang ada di

buku. Namun pada saat pengukuran pasca intervensi dilakukan, subjek D mampu menjawab dengan benar maksimal 7 dari 10 soal dengan benar (soal berupa pilihan ganda dan isian singkat). Pada saat sesi intervensi, subjek D juga menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam jumlah soal yang dijawab dengan benar (hingga mencapai 10 soal) ketika materi pembelajaran disampaikan dengan media visual, yaitu gambar dan video. Hal ini sesuai dengan karakteristik anak ADHD *predominantly inattentive type* yang cenderung merasa lebih tertarik dan bisa memahami pembelajaran ketika dibantu dengan media visual (Barkley, 2014).

Secara lebih spesifik, subjek D bisa menjawab soal-soal yang mengukur pengetahuan terhadap isi bacaan (misalnya menyebutkan nama tokoh dalam cerita, menjawab soal pecahan berdasarkan gambar yang diberikan). Hanya saja untuk soal-soal yang membutuhkan pemahaman terhadap jalan cerita, misalnya ketika ditanya mengenai apakah pesan moral yang disampaikan dalam cerita yang dibaca, subjek belum bisa menjawab dengan tepat. Subjek D juga masih membutuhkan pendampingan dan penjelasan secara berulang ketika menjawab soal mengenai perkalian.

Faktor berikutnya yang juga mendukung keberhasilan program intervensi ini adalah kepribadian anak (Brown, 2015; Barkley, 2014). Subjek D cukup kooperatif dan patuh pada aturan saat diingatkan. Menurut Heath et al. (dalam Nasa et al., 2018), anak-anak ADHD biasanya menunjukkan pola ketidakpatuhan yang lebih besar. Subjek D di sisi lain sudah mampu menunjukkan sikap kooperatif dan mau mengikuti aturan selama program intervensi berlangsung. Subjek D beberapa kali sempat menampilkan ketidakpatuhan selama (seperti memaksa ibunya untuk membuatkan susu padahal tugasnya belum selesai dikerjakan), namun ia masih mau untuk mendengarkan ketika peneliti memberikan pemahaman mengenai sebab-akibat dari perilaku tidak patuhnya secara terperinci.

Sikap subjek yang mau memahami konsekuensi dari perilaku tidak patuhnya memungkinkan program berjalan sesuai rencana. Meskipun subjek D sempat merasa frustrasi ketika mengerjakan soal perkalian, ia masih bisa ditenangkan dan diyakinkan untuk melanjutkan aktivitas.

Faktor pendukung berikutnya adalah faktor lingkungan eksternal yang terkait dengan distraksi yang minim. Lingkungan yang penuh dengan suara di dalam dan luar ruangan, memiliki terlalu banyak tampilan visual atau furnitur dapat meningkatkan kemungkinan anak menampilkan perilaku *off-task* saat mengerjakan tugas (Goodwin et al., 2016). Hal ini menyebabkan pentingnya untuk menyediakan lingkungan yang tenang dan minim distraksi bagi anak-anak dengan ADHD untuk bekerja terbukti dapat meningkatkan kinerja mereka saat menyelesaikan tugas (Barkley, 2014; Mahanani, 2017).

Penyesuaian kondisi ruang belajar agar minim dari gangguan visual maupun verbal selama sesi intervensi memungkinkan subjek D untuk lebih berkonsentrasi dan mempertahankan atensi pada tugasnya. Peneliti dan nenek berupaya untuk mengkondisikan agar subjek D dan saudaranya belajar di waktu yang sama, namun pada ruangan yang terpisah. Hal ini juga dapat memberikan gambaran kepada subjek D bahwa ketika ia mengikuti sesi intervensi, semua saudaranya juga berkewajiban mengerjakan tugas sekolahnya masing-masing.

Kedua orang tua dan nenek subjek juga ikut berkontribusi menyukseskan program dengan menunjukkan sikap kooperatif dalam hal mengikuti jadwal program yang telah ditentukan. Hasil analisis fungsional perilaku pada saat asesmen menunjukkan bahwa perilaku *off-task* subjek D cenderung muncul ketika tidak ada yang mendampingi belajar. Perilaku ini juga terpelelihara karena konsekuensi orang tua yang tidak mengetahui bagaimana cara untuk mendampingi subjek D selama menjalani SFH. Orang tua juga seringkali langsung menyebutkan jawaban yang benar saat

subjek D mengerjakan soal, sehingga subjek D hanya tinggal menyalin jawaban tersebut ke dalam buku tugasnya. Orang tua tidak mengajarkan subjek D mengenai proses memahami suatu materi agar mampu untuk menjawab soal secara mandiri, sehingga hal tersebut juga memengaruhi kemampuan akademik subjek D saat ini.

Orang tua juga cenderung menghen-tikan proses belajar ketika subjek D mulai terlihat tidak kooperatif dan menunjukkan perilaku *off-task*. Atas pertimbangan ini, peneliti pun melakukan psikoedukasi mengenai strategi pendampingan belajar secara individual, serta terkait metode modifikasi perilaku yang ditujukan untuk meningkatkan durasi perilaku *on-task* subjek D. Psikoedukasi terhadap orang tua dinyatakan menjadi bagian dari intervensi yang penting untuk dilakukan, karena dapat memberikan pemahaman mengenai karakteristik dan kebutuhan khusus anak dengan ADHD *predominantly inattentive type* (Livingstone et al., 2016; Barkley, 2014; Haack et al., 2014). Orang tua dan nenek subjek juga menunjukkan sikap yang lebih kooperatif setelah sesi intervensi ini dilakukan, serta mampu menerapkan beberapa strategi pendampingan belajar anak yang telah diajarkan.

Terakhir, Barkley (2014) dan Brown (2015) menuliskan bahwa kombinasi antara treatment berupa obat stimulan dan terapi psikososial yang intens dinyatakan efektif untuk meningkatkan perilaku *on-task* maupun durasi atensi anak ketika melakukan suatu kegiatan. Subjek D pada kasus ini juga selalu rutin meminum obat stimulan yang diberikan oleh dokter tumbuh kembang anak setelah sarapan (tepat sebelum sesi intervensi dimulai). Peneliti selalu memastikan bahwa subjek D sudah mengonsumsi sarapan dan obatnya sebelum sesi intervensi dimulai dengan cara melakukan konfirmasi kepada subjek D.

Di sisi lain, masih terdapat beberapa keterbatasan dalam pelaksanaan intervensi ini. Kondisi ruang belajar subjek D yang kadangkala cukup bising (baik karena

kehadiran orang lain maupun faktor eksternal lainnya) sangat berpengaruh terhadap mood belajar subjek D. Peneliti sudah berupaya untuk mengontrol faktor eksternal ini dengan meminta bantuan dari nenek subjek, namun gangguan dari saudara ini beberapa kali masih terjadi. Peneliti juga mungkin perlu mempertimbangkan untuk memulai intervensi saat subjek D benar-benar merasa siap, atau ketika suasana di ruang belajar sudah kondusif.

Keterbatasan lain dari penelitian ini adalah kondisi pengukuran yang hanya melibatkan satu orang observer, sehingga reliabilitas instrumen dan pengukuran tidak dapat dipastikan. Penelitian ini juga hanya melibatkan satu orang subjek dengan karakteristik gangguan khusus, sehingga generalisasi yang dilakukan mungkin hanya dapat dilakukan pada subjek dengan kriteria yang sama. Peneliti juga perlu memastikan bahwa teknik modifikasi perilaku, serta modifikasi ruang dan gaya belajar subjek D ini tetap diterapkan setelah sesi intervensi selesai dilakukan. Hal ini dikarenakan anak dengan ADHD *predominantly inattentive type* memang cenderung memerlukan kondisi ruang belajar dan cara pendampingan yang khusus ketika mengikuti pembelajaran (Mangunsong, 2016; Nasa et al., 2018).

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis program intervensi yang telah dilakukan, teknik *shaping* berhasil meningkatkan durasi perilaku *on-task* pada anak dengan ADHD *predominantly inattentive type*. Penggunaan *reinforcement* dengan sistem token, serta bantuan media pembelajaran visual juga dapat membuat subjek D mempertahankan perhatiannya saat mengerjakan tugas sekolah. Keterlibatan dan komitmen orang tua serta nenek subjek selama sesi intervensi ini

juga berperan dalam peningkatan durasi perilaku *on-task* dan kinerja akademik subjek D.

Subjek D di sisi lain masih perlu dibagikan pendampingan individual pada saat mengerjakan tugas karena terkait dengan keterbatasan intelektualnya saat ini. Subjek D masih memerlukan penjelasan lebih terstruktur dan intens mengenai materi pembelajaran di sekolah agar performa akademiknya juga turut meningkat secara bertahap. Peneliti pun berupaya melakukan *follow up* kepada orang tua untuk memastikan intervensi ini tetap dilanjutkan di rumah agar perilaku belajar subjek D semakin optimal sesuai kapasitasnya.

Saran

Saran untuk peneliti selanjutnya adalah melibatkan lebih dari satu rater untuk melakukan pengukuran agar reliabilitasnya dapat diprediksi. Peneliti lain juga dapat menggunakan tipe desain A-B-A-B untuk memastikan efektivitas program atau hubungan fungsional antara program intervensi dan perubahan perilaku yang terjadi.

Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rekomendasi kepada guru dan orang tua terkait strategi pendampingan belajar anak selama SFH, terutama untuk anak yang memiliki permasalahan atensi. Penggunaan teknik *shaping* ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru dan orang tua tidak hanya untuk meningkatkan durasi perilaku *on-task* anak, namun juga performa akademiknya di sekolah. Guru dan orang tua juga diharapkan dapat mengeksplorasi dan menggunakan berbagai media pembelajaran, serta menerapkan instruksi yang sederhana dan terstruktur untuk membantu anak lebih memahami materi pembelajaran.

Daftar Pustaka

- Anjani, S., & Tjakrawiralaksana, M. (2019). Penerapan teknik shaping untuk meningkatkan durasi on-task behavior pada anak dengan masalah atensi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 184-198. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.9051>
- Ball, R. (1997). Influencing the on-task and off-task behaviours of children who have attention problems or attention deficit hyperactivity disorder through the use of a token economy and self-management. (*Theses Honours*). Edith Cowan University, Australia. https://ro.ecu.edu.au/theses_hons/783/
- Barkley, R. (2015). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment, fourth edition*. The Guilford Press.
- Biederman, J., Fried, R., Petty, C., Mahoney, L., & Faraone, S. (2012). An examination of the impact of attention-deficit hyperactivity disorder on IQ: A large controlled family-based analysis. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 57(10), 608-616. <https://doi.org/10.1177/070674371205701005>
- Brown, T. (2005). *Attention deficit disorder: The unfocused mind in children and adults*. Yale University Press.
- Chairunnisa, R., & Kemala, C. (2020). Penerapan teknik shaping untuk meningkatkan durasi perilaku on-task anak dengan masalah atensi. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 15-31. <https://ejournal.upi.edu/index.php/insight/article/view/24636>
- Cipiti, A. (2010). On-task versus off-task sustained silent reading as related to reading motivation. (*Master's thesis*). Graduate College of Bowling Green State University, Ohio, United States. https://etd.ohiolink.edu/rws_etd/document/get/bgsu1269270263/inline
- Costa, D., Paula, J., Junior, A., Diniz, B., Romano-Silva, M., Malloy-Diniz, L., & Miranda, D. (2014). ADHD inattentive symptoms mediate the relationship between intelligence and academic performance in children aged 6-14. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 36(4), 313-321. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2013-1201>
- Firmin, M., & Phillips, A. (2009). A qualitative study of families and children possessing diagnoses of ADHD. *Journal of Family Issues*, 20(10), 1-20. <https://doi.org/10.1177/0192513X09333709>
- Godwin, K., Almeda, M., Petroccia, M., Baker, R., & Fisher, A. (2016). Classroom activities and off-task behavior in elementary school children. *Proceedings of the 35th Annual Meeting of the Cognitive Science Society*, 2428-2433. <https://escholarship.org/uc/item/8mx9h5hq>
- Graham-Day, K., Gardner, R., & Hsin, Y. (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. <https://doi.org/10.1353/etc.0.0096>
- Green, C., Long, D., Green, D., Iosif, A., Dixon, J., Miller, M., . . . Schweitzer, J. (2012). Will working memory training generalize to improve off-task behavior in children with attention-deficit/hyperactivity

- disorder? *Neurotherapeutics*, 9(3), 639-648.
<https://doi.org/10.1007/s13311-012-0124-y>
- Ho, S., Chien, W., & Wang, L. (2011). Parents' perceptions of care-giving to a child with attention deficit hyperactivity disorder: An exploratory study. *Contemporary nurse: A journal for the Australian nursing profession*, 40(1), 41-56.
<https://doi.org/10.5172/conu.2011.40.1.41>
- Jepsen, J., Fagerlund, B., & Mortensen, E. (2009). Do attention deficits influence IQ assessment in children and adolescents with ADHD? *Journal of Attention Disorders*, 2(6), 551-562.
<https://doi.org/10.1177/1087054708322996>
- Kofler, M., Mark, D., & Alderson, R. (2008). Quantifying ADHD classroom inattentiveness, its moderators, and variability: A meta-analytic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(1), 56-69. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01809.x>
- Lantz, C., McKenna, B., Price, B., & Stralow, D. (2007). Increasing on-task behavior through motivational activities. (*Master's theses*). Saint Xavier University, USA.
<https://eric.ed.gov/?id=ED496134>
- Lebowitz, M. (2013). Stigmatization of ADHD: A developmental review. *Journal of Attention Disorders*, XX(X), 1-7.
<https://doi.org/10.1177/1087054712475211>
- Livingstone, L., Coventry, W., Corley, R., Willcutt, E., Samuelsson, S., Olson, R., & Byrne, B. (2016). Does the environment have an enduring effect on ADHD? A longitudinal study of monozygotic twin differences in children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(8), 1487-1501.
<https://doi.org/10.1007/s10802-016-0145-9>
- Loe, I. M., & Feldman, H. M. (2007). Academic and educational outcomes of children with ADHD. *Journal of Pediatric Psychology*, 32(6), 643-654.
<https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsl054>
- Mackenzie, G., & Wonders, E. (2016). Rethinking intelligence quotient exclusion criteria practices in the study of attention deficit hyperactivity disorder. *Frontiers in Psychology*, 7(294).
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00794>
- Mahanani, F. (2017). Operant conditioning: shaping dan positive reinforcement contingencies "dari perilaku off-task menjadi on-task. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 276-289.
<https://doi.org/10.15294/intuisi.v9i3.14119>
- Mangunsong, F. (2016). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3)
- Martin, G., & Pear, J. (2015). *Behavior modification: What it is and how to do it*. Pearson.
- Mash, E., & Wolfe, D. (2013). *Abnormal child psychology* (5th ed.). Cengage Learning.
- Miltenberger, R. (2012). *Behavior modification: principles and procedures*, (5th ed.). Wadsworth Cengage Learning.
- Nasa, A., Pudjiati, S., & Tjakrawiralaksana, M. (2018). Application of a shaping technique to increase on-task behavior duration in children with ADHD. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*

- (*ASSEHR*), 135, 149-165.
<https://doi.org/10.2991/iciap-17.2018.13>
- Pena, I., Pan, M., Thai, C., & Alisso, T. (2020). Attention-deficit/hyperactivity disorder predominantly inattentive subtype/presentation: Research progress and translational studies. *Brain Sciences*, 10(292), 1-28. <https://doi.org/10.3390/brainsci10050292>
- Plamondon, A., & Martinussen, R. (2015). Inattention symptoms are associated with academic achievement mostly through variance shared with intrinsic motivation and behavioral engagement. *Journal of Attention Disorders*, 1-13. <https://doi.org/10.1177/1087054715587098>
- Resnick, A., & Reitman, D. (2011). The use of homework success for a child with attention-deficit/hyperactivity disorder, predominantly inattentive type. *Clinical Case Studies*, 10(1), 23-36. <https://doi.org/10.1177/1534650110391653>
- Schellack, N., & Meyer, J. (2012). The management of attention-deficit/hyperactivity disorder in children. *S Afr Pharm J*, 79(8). https://www.researchgate.net/publication/260513461_The_management_of_attention-deficit_hyperactivity_disorder_in_children
- Slattery, L., Crosland, K., & Iovannone, R. (2016). An Evaluation of a Self-Management Intervention to Increase On-Task Behavior With Individuals Diagnosed With Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 18(3), 168-179. <https://doi.org/10.1177/1098300715588282>
- Summey, C. (2018). Self-monitoring to increase on-task behavior using the MotivAider (*Electronic Theses and Dissertations*). East Tennessee State University, USA. <https://dc.etsu.edu/etd/3450/>
- Tannock, R. (2007). *The educational implications of attention deficit hyperactivity disorder*. The Literacy and Numeracy Secretariat.
- Wolraich, M., Hagan, J., Carla, A., Chan, E., Davison, D., Earls, M., . . . Zurhellen, W. (2019). Clinical practice guideline for the diagnosis, evaluation, and treatment of attention-deficit/hyperactivity disorder in children and adolescents. *American academy of pediatrics*, 144(4). <https://doi.org/10.1542/peds.2019-2528>