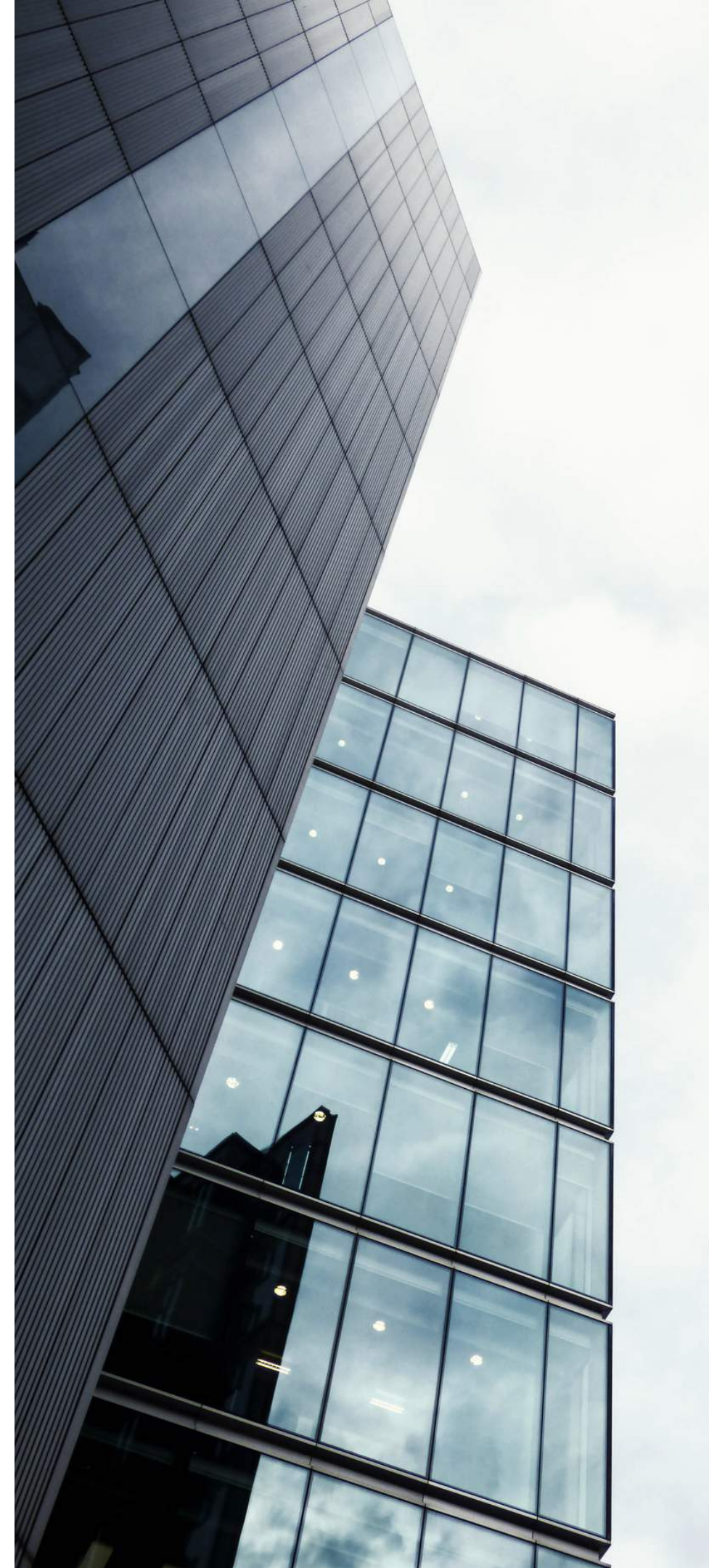


MODIFIKASI PERILAKU-PSG205

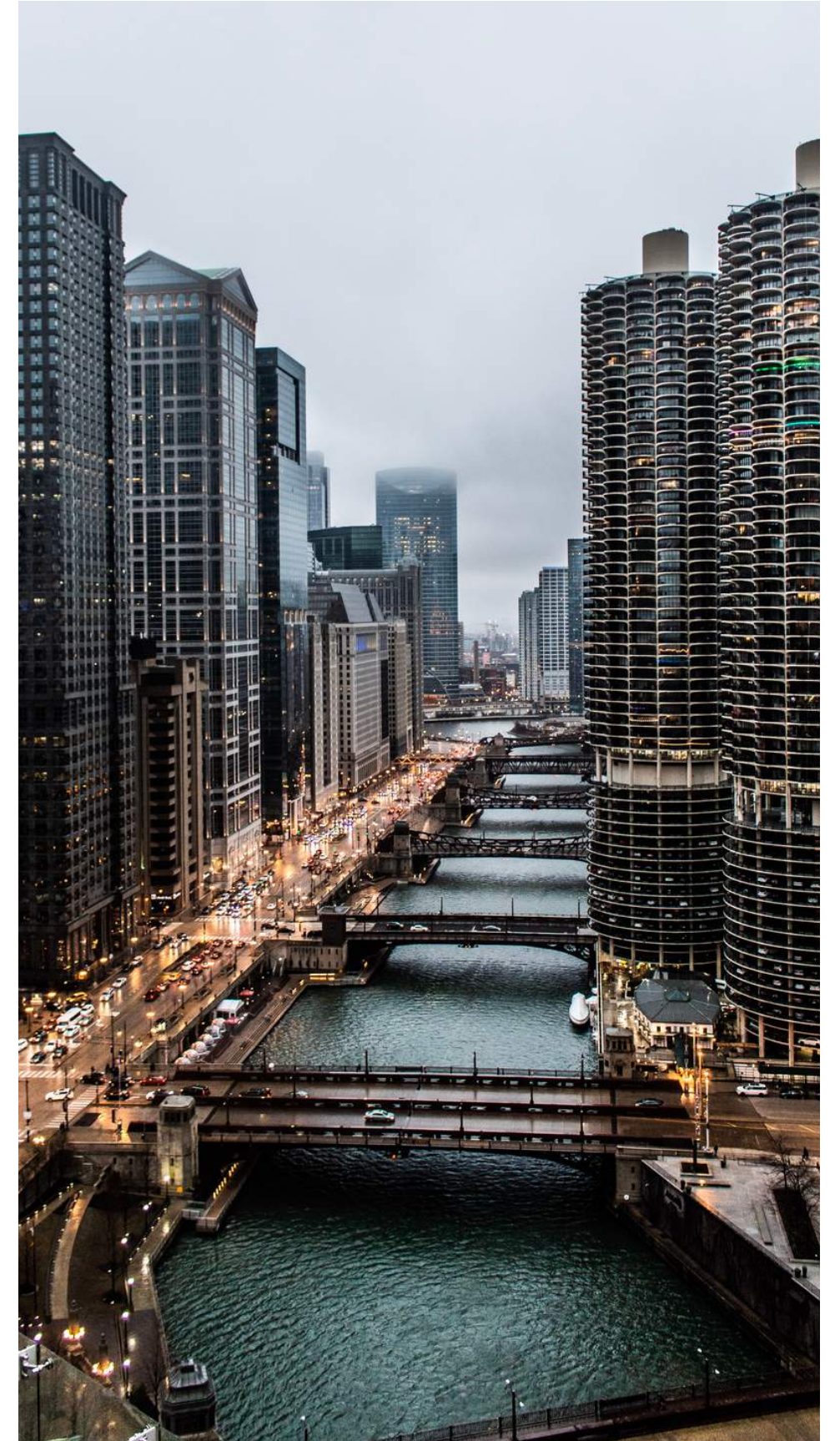
Oleh : Runi Rulangi - Prodi Psikologi FHB UPJ



PRINSIP PERILAKU

Punishment

- Prosedur punishment seringkali tanpa sadar digunakan oleh orang dewasa, dengan alasan demi kebaikan anak dan kebaikan masyarakat
- Pemberian punishment seringkali mengurangi perilaku dengan segera sehingga si pemberi hukuman mendapatkan pengukuh
- Penggunaan prosedur punishment seringkali menyebabkan terjadinya kontroversi sehingga penerapan prosedur tersebut harus bergantung pada tujuan dan kondisi situasionalnya, termasuk pertimbangan-pertimbangan dari segi kepraktisan, hukum, moral dan etika



Punishment (lanjutan)

- Banyak kalangan meyakini bahwa penggunaan punishment yang diiringi dengan aversive event mungkin akan melanggar hak-hak individu yang sedang dikenai prosedur tersebut
- Prosedur punishment yang digunakan dengan cara aversive seringkali menyakitkan atau kurang nyaman sehingga banyak individu meyakini bahwa prosedur punishment menyebabkan rasa sakit atau tidak nyaman yang seharusnya tidak perlu dirasakan oleh individu yang menjalani
- Prosedur punishment bukanlah pilihan pertama pada intervensi yang dilakukan untuk mengurangi atau menurunkan masalah perilaku



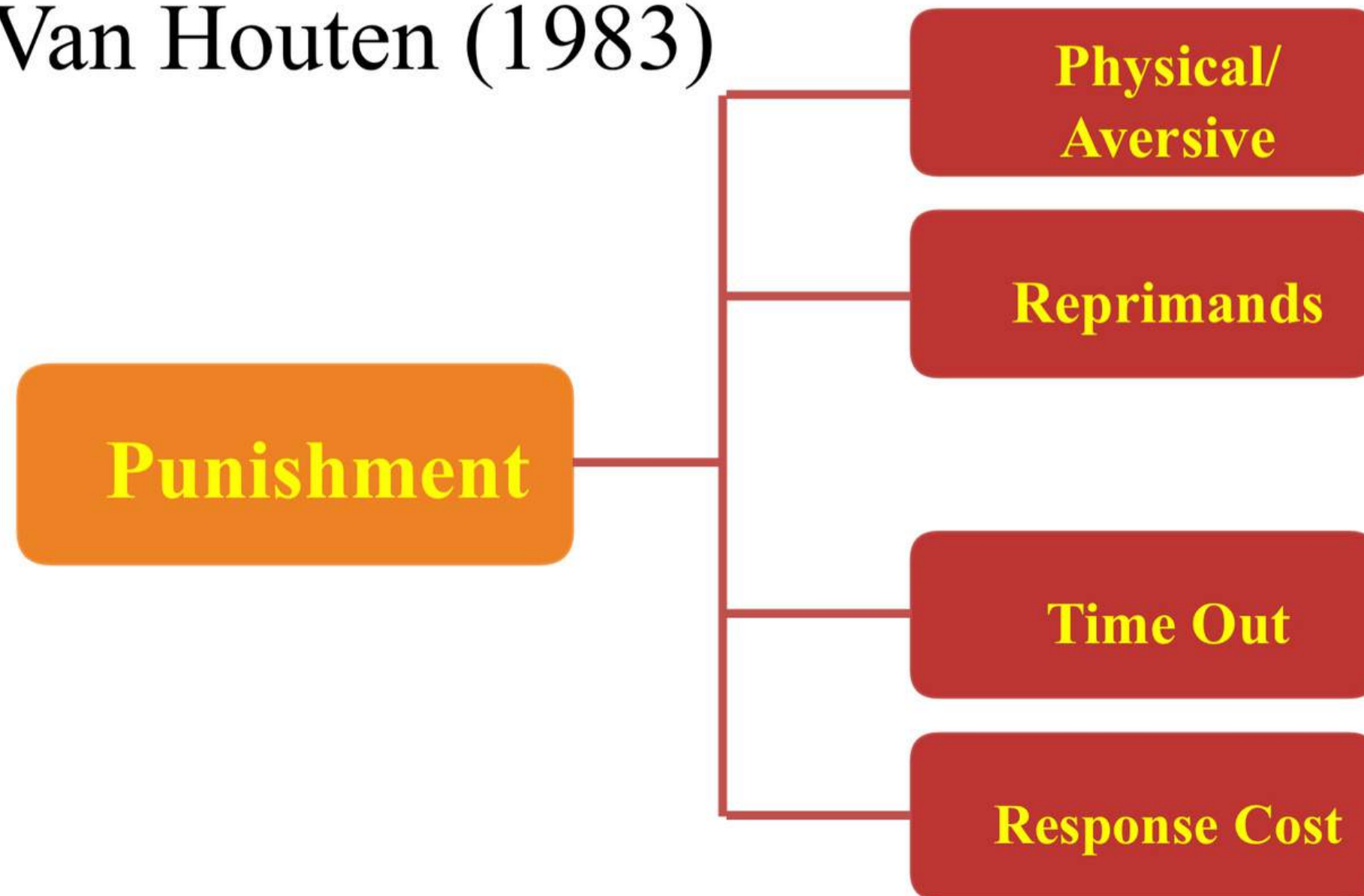
Definisi Punishment

- *Punishment merupakan suatu prosedur yang umumnya dicadangkan untuk perilaku-perilaku yang tidak adaptif, seperti perilaku destruktif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan, dan perilaku-perilaku negatif lain yang terus menerus mengganggu fungsi adaptif seseorang atau orang-orang lain di sekitarnya*

- Menurut konsep modifikasi perilaku, definisi punishment adalah suatu prosedur dimana pemberian stimulus yang mengikuti suatu perilaku mengurangi kemungkinan berulangnya perilaku tersebut
- Seperti pada prosedur reinforcement, punishment didefinisikan dari efek terhadap perilaku yang diikutinya
- Contoh : Galih merasa kurang mendapatkan perhatian selama mengikuti kuliah maka ia selalu terlambat datang agar dosen lebih mengenal dan lebih memperhatikannya
- Datang terlambat □ Dosen membentak
- * Jika pertemuan berikutnya Galih tidak datang terlambat maka bentakan merupakan punishment
- * Jika bentakan tetap menimbulkan perilaku terlambat yang berulang pada Galih maka bentakan merupakan penguah/ reinforcer

Kategori Punishment

Van Houten (1983)



- *Kategori ini melibatkan seluruh ganjaran yang akan mengaktifasi reseptor sakit/ nyeri atau reseptor indera lain yang biasanya membangkitkan perasaan tidak nyaman*
- *Physical punishers juga dikenal sebagai stimulus aversivea tau aversive punishers*
- *Contoh aversive punishers, yaitu : pemukulan di pantat/ ceples, cubitan, kejut listrik, uap amonia, guyur dengan air dingin, suara keras, dan jambak rambut*

Physical (Aversive) Punishment




Reprimands



- Reprimands □ strong negative verbal stimuli, ex : “No! That was bad!”
- Umum dilakukan pada perilaku yang kurang tepat
- Biasanya melibatkan ketetapan kontak mata/ tatapan dan cengkraman yang kuat
- Pada beberapa kasus, keefektifan reprimands akan meningkat dengan memasang prosedur tersebut dengan bentuk lain punishment
- Contoh : penyandang retardasi mental yang seringkali melukai dirinya sendiri, maka terapis akan menggunakan teknik reprimands yang digabungkan dengan pemberian mist spray untuk mengurangi perilaku self injury



Timeout

- 
- Prosedur yang melibatkan pengalihan/ pemindahan individu dari situasi yang memiliki reinforcer tinggi ke dalam situasi yang memiliki reinforcer rendah dikarenakan suatu perilaku tertentu
 - Terdapat dua tipe timeout, yaitu :
 1. Exclusionary timeout
 - Memindahkan individu dari sebuah situasi dimana reinforcement diberikan pada waktu yang singkat (misal: 5 menit); biasanya menggunakan sebuah ruangan khusus yang disebut dengan timeout room □ reinforce sama sekali tidak tersedia



2. Nonexclusionary timeout

- Suatu pengenalan terhadap situasi dimana sebuah situasi diasosiasikan dengan reinforcement yang sedikit
- Contoh : Seorang anak TK yang tidak mau mengerjakan tugas mewarnai & melipat melainkan mengganggu teman-temannya. Melihat kondisi tersebut, guru mendatangnya kemudian berkata kepada siswanya : “kemari, ikutlah denganku!” Ia menggandeng anak tersebut dan menyuruhnya duduk di kursi yang agak jauh dari teman-temannya kemudian berkata : “kamu tidak boleh bermain ketika kamu tidak mau mengerjakan tugasmu, tetaplah duduk di sini sampai saya mengatakan bahwa kamu boleh bergabung kembali bersama teman-temanmu!” (teman-temannya boleh bermain karena menyelesaikan tugas) □ reinforcer tersedia tapi tdk ada akses



Response Cost

- Pengurangan sejumlah reinforcer tertentu apabila muncul perilaku yang tidak diinginkan
- Response cost terkadang digunakan dalam program modifikasi perilaku dimana klien akan mendapatkan token sebagai sebuah bentuk reinforcement (Weiner, 1962, 1963)
- Response Cost berbeda dengan time-out, yakni dalam perihal tidak terdapatnya sebuah perubahan atas reinforcement yang kebetulan ada pada saat hal tersebut diberlakukan

- Prosedur yang secara luas digunakan oleh pemerintah untuk mengontrol perilaku warga negaranya
- Contoh : Ony akan membeli camilan di supermarket sebagai bekal nonton pertandingan sepak bola di TV, karena lahan parkir penuh dan ia tidak lama di supermarket maka ia memutuskan parkir di ruas jalan yang digunakan oleh penyandang cacat. Setelah selesai berbelanja dan akan pulang, Ony terkejut bahwa ia diharuskan membayar parkir lebih mahal dari biasanya (terkena denda)



Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efektifitas Punishment

- Memaksimalkan kondisi respon alternatif yang diinginkan
- * Orang yang seringkali ugal-ugalan mengemudi
 - ketika mengemudi dengan baik maka polantas yang biasanya memberikan sanksi, hendaknya memberi pujian dengan berkata “terima kasih sudah mengemudi dengan aman” (sambil tersenyum)
- Meminimalisasi penyebab respon yang dijadikan hukuman
- * Untuk memaksimalkan munculkan perilaku yang diinginkan, maka kita harus meminimalkan penyebab perilaku yang tidak diharapkan

- Meminimalisasi perilaku yang tidak diharapkan dengan cara :
 - Mengidentifikasi stimulus dari perilaku tersebut
 - Mengidentifikasi adanya reinforcement dari perilaku tersebut
 - Menyeleksi punisher
 - Menampakkan punisher
 - Menggunakan peraturan



Efek Penggunaan Punishment

- Pemberian punishment yang kuat cenderung mendatangkan perilaku agresif
- Pemberian punishment yang kuat bisa juga menghasilkan bentuk emosi lain yang tidak diinginkan sebagai suatu bentuk efek samping, dimana dapat dicontohkan menangis dan ketakutan yang amat sangat
- Punishment juga menyebabkan situasi dan seseorang diasosiasikan dengan stimulus aversif untuk menjadi hukuman yang telah dikondisikan

- Punishment tidak selalu membuat sebuah perilaku baru saja; tetapi hal ini hanya menekan perilaku lama. Dengan kata lain, sebuah hukuman tidak hanya mengajarkan mengenai apa yang harus dikerjakan oleh individu, namun secara lebih tepatnya adalah mengajarkan apa yang hendaknya tidak dilakukan
- Seorang anak kecil seringkali mengimitasikan (modeling) para orang dewasa. Apabila orang dewasa memberikan hukuman kepada sang anak, maka sang anak cenderung melakukan hal serupa kepada teman lainnya
- Dikarenakan hasil suatu hukuman atas tekanan perilaku menyimpang, hal ini bisa memancing si pemberi hukuman untuk menitikberatkan hal tersebut dan melalaikan kegunaan dari reinforcement positif dalam memunculkan perilaku yang diinginkan

Referensi :

- Miltenberger, R.G. (2008). Behavior Modification Fourth Edition. California : Thomson Higher Education
- Modul Modifikasi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

