

PEMBERIAN REINFORCEMENT UNTUK MENGURANGI PRILAKU HIPERAKTIF

Sugiyadi

Dosen FKIP Univ. Muh. Magelang

Abstract

In general, the behavior associated with behavioral disturbances and cognitive activities such as thinking, remembering, organizing learning, and other mental, inflicted a result of the very diverse. They will have problems at this stage of growth and further development, could result in even worse. Barriers that are intended as barriers to learning and hard concentration or attention as one of the indicators are hyperactive behavior. Attempts to do the teacher is to help reduce unwanted behavior and develop behavior that is expected with the provision of reinforcement treatment.

Application of reinforcement based on the results of research can reduce the behavior of hyperactive children with a success rate reaches 67%. Thus means that the provision of reinforcement treatment can reduce hyperactive behavior of children.

Keywords: Reinforcement and hyperactivity.

A. PENDAHULUAN

Perkembangan individu pada hakekatnya berlangsung sepanjang hayat, mulai dari masa pertemuan sel ayah dengan ibu dan berakhir pada saat kematiannya. Perkembangan mencakup seluruh aspek kehidupan, satu aspek dengan aspek yang lainnya saling berinteraksi. Sebagian besar perkembangan individu terjadi melalui proses belajar, baik proses belajar yang sederhana dan mudah maupun proses belajar yang kompleks dan sulit, pada masa perkembangannya itulah individu menyanggah tugas perkembangan.

Perkembangan individu terbagi dalam beberapa periodesasi, dan salah satunya adalah periode *early children* (2-6 tahun), yang merupakan periode bermain. Periode *early children* memiliki ciri khas sendiri sebagai cermin dari perilakunya. Perilaku individu (anak) yang satu dengan yang lain selalu berbeda, ada yang agresif, pendiam (*introvert*), periang, suka jahil, selalu menyendiri, bahkan ada yang *hiperaktif*. Perbedaan perilaku tersebut akan berpengaruh dalam tugas perkembangannya. Anak yang *hiperaktif* merupakan anak yang selalu berperilaku berbeda dengan teman sebayanya yang lain. Anak *hiperaktif* mempunyai kategori perilaku seperti sulit memperhatikan dan konsentrasi, sering mengganggu teman, suka menjahili teman, suka membuat keributan, suka bermain kesana kemari, semaunya sendiri, sulit diatur, dan mau menang sendiri.

Suharsimi (2005:9) menegaskan, anak *hiperaktif* mempunyai kesukaran untuk mengontrol

perilakunya atau motoriknya dalam memberikan respon dan menunjukkan aktivitas yang berlebih atau tinggi, tidak tepat dan tidak pantas yang selalu dilakukan berulang-ulang. Senada dengan pendapat tersebut, Zeviera (2007:12) mengemukakan, anak yang berperilaku *hiperaktif* perlu mendapat bantuan untuk dapat memusatkan perhatian, sehingga perilaku *hiperaktifnya* dapat dikurangi atau bahkan dihilangkan.

Berkaitan dengan pendapat di atas, perilaku *hiperaktif* yang berlangsung secara terus menerus bisa menghambat pertumbuhan dan perkembangannya, merugikan diri sendiri dan orang lain, serta berakibat yang lebih buruk lagi dari perilakunya itu sendiri. Sebagai upaya untuk mengatasi perilaku *hiperaktif*, orang tua, guru dan para pakar anak telah mencoba berbagai cara dan pendekatan, namun demikian fenomena yang terjadi di lapangan masih sangat banyak anak yang berperilaku *hiperaktif*.

Judarwanto (2009:5) menyatakan, upaya dalam menangani anak yang berperilaku *hiperaktif* dapat dilakukan sesuai dengan teori penyebab perilakunya. Berkenaan dengan hal tersebut, salah satu solusi yang perlu dilakukan adalah diberikan perlakuan *reinforcement* (tanpa syarat) sebagai terobosan baru dalam mengubah perilaku *hiperaktif*. *Reinforcement* merupakan perlakuan yang bisa diberikan kepada anak oleh siapa saja, di mana saja dan kapan saja,

sehingga sangat efektif untuk mengatasi anak yang *hiperaktif*.

B. PRILAKU HIPERAKTIF

Anak *hiperaktif* merupakan *attention deficit and hiperactive* adalah anak yang mempunyai kesukaran untuk mengontrol prilakunya atau motoriknya dalam memberikan respon. Istilah *hiperaktif* berasal dari dua kata, yaitu *hyper* dan *activity*. *Hyper* berarti banyak; di atas; tinggi, sedangkan *activity* berarti keadaan yang selalu bergerak, mengadakan eksplorasi serta respon terhadap rangsangan dari luar. Menurut pengertian istilah, *hiperaktif* merupakan aktivitas yang sangat tinggi atau sangat banyak, istilah ini digunakan untuk menggambarkan anak yang secara terus-menerus bergerak yang seakan-akan tidak mengenal batas; akhir; atau bahkan tidak akan berhenti.

1. Faktor Penyebab Munculnya Prilaku Hiperaktif

Munculnya prilaku *hiperaktif* pada anak disebabkan oleh banyak faktor. Para tokoh yang berkompeten dalam persoalan anak, sepakat bahwa yang menyebabkan anak menjadi *hiperaktif* adalah karena faktor *neurologi, toxic reactions* (makanan yang mengandung racun), kondisi *prenatal, genetik, biologis*, dan faktor lingkungan. Manusia sebagai ciptaan Tuhan yang paling sempurna, dikaruniai akal yang bisa membedakan antara yang benar dan yang salah, juga dikaruniai hati yang bisa membedakan antara yang baik dan yang buruk. Otak yang tidak bisa berkembang dengan baik, tidak berproses dengan baik, atau bahkan mengalami kerusakan maka akan mempengaruhi fungsi otak sebagaimana mestinya. Dalam hal ini, pendapat Heilman dan Kinsbouerne dapat disimpulkan bahwa perilaku *hiperaktif* terjadi karena kerusakan otak pada daerah batang otak (*pre frontal-limbic*).

Selanjutnya adalah *toxic Reactions* yang dapat diistilahkan atau disebut timbal. Hal ini terjadi melalui udara yang sering dihirup, makanan yang dimakan dan minuman yang dikonsumsi. Asap dari cerobong pabrik, proses industri seperti peleburan baterai mobil bekas, makanan dan minuman kaleng yang berpengawet dapat menyebabkan timbal. Senada dengan hal ini, Wolraich (dalam Suharsimi, 2005:40) menegaskan, variasi zat makanan dapat menyebabkan *hiperaktif* terutama pada anak-

anak yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Faktor lain adalah situasi dan kondisi pada saat anak lahir akan terekam dalam memori anak dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap prilakunya. Kondisi psikis atau gangguan mental sang ibu, kebiasaan mengkosumsi alkohol dan meokok saat anak masih dalam kandungan sangat mendukung munculnya prilaku tersebut. Selanjutnya pada saat proses persalinan (normal atau operasi) atau kondisi *incidental* lainnya juga sangat berpengaruh pada motoriknya. Faktor lain yang tidak kalah penting dalam mempengaruhi munculnya prilaku *hiperaktif* adalah pengaruh keturunan (*genetic*), faktor keadaan atau kondisi biologis, dan faktor lingkungan sekitar tempat tinggal anak.

2. Karakteristik Prilaku Hiperaktif

Anak yang berperilaku *hiperaktif* dapat dilihat dari kebiasaan tingkah laku yang tidak sesuai dengan perilaku anak pada umumnya (normal) sebagai indikatornya. Dalam hal ini, Goleman berpendapat bahwa anak yang *hiperaktif* itu memiliki ciri-ciri; daya konsentrasi yang rendah (orientasi terhadap fokus lemah), impulsif, koordinasi motorik juga rendah, lebih mudah terkena rangsangan, emosi tidak stabil, sangat sensitif terhadap stimulus, dan sering mencari perhatian.

Suharsimi (2005:17) menekankan, karakteristik anak yang berperilaku *hiperaktif* adalah senang mengulang-ulang prilaku, kemampuan untuk memperhatikan rendah, ketidakmampuan untuk duduk diam, selalu bergerak, kalau berbicara membuat gaduh, memfokuskan terhadap hal-hal yang tidak perlu, sulit memilih antara suara dan pusat dari rangsangan, tidak mampu bereaksi secara reflek, mudah gelisah dan cemas, sulit mencapai kepuasan dan kemantapan, selalu berkeinginan, tidak tenang, suka memekik dan merengek, sukar merespon terhadap sanjungan dan ancaman, sulit bergaul, mudah lelah, dan sulit mengembangkan interest, hobi, mainan yang disukai juga ketrampilannya. Pendapat berbeda disampaikan oleh Zeviera (2007:12), cirikhas anak yang berperilaku *hiperaktif* adalah kemampuan akademiknya tidak optimal, kecerobohan dalam berhubungan sosial, semaunya sendiri (*sembrono*) dalam menghadapi situasi yang berbahaya, sikap melanggar tata tertib, sering mengalami kesulitan konsentrasi dalam belajar,

selalu bergerak dan tidak tenang, dan melakukan tindakan tanpa berpikir dulu.

Pendapat para tokoh di atas bisa diartikan bahwa cirrikhas anak yang *hiperaktif* itu terdapat tiga karakteristik pokok yaitu :

1. Karakteristik primer, (ciri pokok; tidak mampu fokus dan aktivitasnya sangat tinggi),
2. Karakteristik skunder, (akibat ciri pokok; agresif dan senang melanggar aturan),
3. Karakteristik khusus, (keadaan tertentu; sulit diajak berpikir, sulit bergaul dan egois).

Melihat prilaku tersebut menunjukkan bahwa anak *hiperaktif* banyak mengalami masalah kaitannya dalam bertingkah laku dan masalah sosial serta masalah belajar, oleh Karena itulah prilaku tersebut harus diarahkan kepada prilaku yang lebih baik atau berkurang.

C. REINFORCEMENT SEBAGAI UPAYA MENGATASI PERILAKU HIPERAKTIF

Segala sesuatu yang dilakukan oleh setiap individu ada kecenderungan karena dipengaruhi oleh latar belakang dan pengalaman dalam hidupnya, dan latar belakang atau pengalaman itu pula yang akan mewarnai setiap individu dalam berperilaku. Demikian pula dengan penulis yang berlatar belakang pendidikan bimbingan dan konseling mencoba menawarkan langkah nyata sebagai upaya untuk mengatasi prilaku *hiperaktif* melalui pendekatan konseling behavioral yang memfokuskan pada teknik khusus *reinforcement*. Pemberian *reinforcement* diberikan kepada anak yang berperilaku *hiperaktif* bertujuan untuk menjaga munculnya stimulus pada anak yang dapat memicu munculnya perilaku *hiperaktif* tersebut.

Corey (2009:194) menjelaskan, pendekatan konseling behavioral merupakan terapi tingkah laku, dengan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori belajar yang menyertakan penerapan sistematis melalui prinsip belajar pada pengubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik.

Pendapat tersebut bisa dipahami bahwa pendekatan konseling behavioral menekankan pada pengubahan tingkah laku yang bertujuan untuk menciptakan kondisi baru melalui proses belajar, artinya bahwa semua tingkah laku itu bisa dipelajari (*learned*), termasuk tingkah laku yang tidak pada tempatnya (*maladaptif; hiperaktif*). Pendekatan ini juga

berpandangan bahwa kepribadian manusia itu pada hakekatnya adalah prilaku, dimana prilaku terbentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi dengan individu lainnya dan interaksi dengan lingkungan sekitarnya.

Skinner (Latipun, 2001:109) menekankan bahwa prilaku individu dibentuk atau dipertahankan sangat ditentukan oleh konsekuensi yang menyertainya, jika konsekuensinya menyenangkan (pemberian *reinforcement*) maka prilakunya cenderung diulang dan diperthankan, sebaliknya jika konsekuensinya tidak menyenangkan (pemberian hukuman atau *punishment*) maka prilakunya cenderung akan dikurangi atau bahkan dihilangkan.

Secara umum prilaku berkaitan dengan gangguan tingkah laku dan aktivitas kognitif seperti berpikir, mengingat, mengorganisasi belajar, dan mental lainnya. Akibat dari yang ditimbulkan itu sangat beragam, selanjutnya jika prilaku dapat teridentifikasi dan tidak ditangani secara tepat oleh orang tua atau guru, mereka akan mengalami hambatan pada tahap pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya, bahkan bisa berakibat yang lebih buruk lagi. Hambatan yang dimaksudkan seperti hambatan dalam konsentrasi atau belajar dan sulit memperhatikan sebagai salah satu indikator perilaku *hiperaktif*. Upaya yang bisa dilakukan guru adalah membantu mengurangi tingkah laku yang tidak dikehendaki dan mengembangkan tingkah laku yang diharapkan dengan pemberian perlakuan *reinforcement*.

Lebih lanjut pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik khusus *reinforcement* untuk mengatasi prilaku *hiperaktif* adalah :

1. Operan learning

Belajar operan adalah belajar yang didasarkan pada perlunya pemberian ganjaran (*reinforcement*) untuk menghasilkan perubahan perilaku yang diharapkan. Ganjaran dapat diberikan dalam bentuk dorongan dan penerimaan sebagai persetujuan, pembenaran atau perhatian terhadap perilakunya.

2. Imitative learning

Belajar mencontoh yaitu cara dalam memberikan respon baru melalui penunjukan atau pengerjaan model-model perilaku yang diinginkan sehingga dapat dilakukannya.

3. Cognitive learning

Belajar kognitif yaitu belajar memelihara respon yang diharapkan dan boleh mengadaptasi perilaku yang lebih baik melalui intruksi sederhana.

4. *emotional learning*

Belajar emosi yaitu cara yang digunakan untuk mengganti respon-respon emosional anak yang tidak dapat diterima menjadi respon emosional yang dapat diterima sesuai dengan konteks *classical conditioning*.

Teori behavioral berasumsi bahwa perilaku anak adalah hasil dari kondisi orang lain, oleh karena itu, guru (konselor) diharapkan memahami bahwa setiap reaksi individu adalah akibat dari stimulus.

Berkaitan dengan uraian di atas, dikuatkan dengan hasil penelitian (penelitian tindakan kelas) yang dilakukan oleh Erna Sulistiyani pada Tahun 2011 di Bustanul Atfal 'Aisyah Kalijoso Kecamatan Secang kabupaten Magelang. Dalam penelitian tersebut disimpulkan bahwa penerapan *reinforcement* yang diberikan dengan tiga siklus tindakan dapat mengurangi perilaku *hiperaktif* anak dengan tingkat keberhasilan mencapai 67%. Dengan demikian berarti bisa disimpulkan bahwa pemberian perlakuan *reinforcement* bisa mengurangi perilaku *hiperaktif* anak.

REFERENSI

- Corey, Gerald. 2009. *Teori dan praktek Konseling Psikoterapi*. Terjemahan E. Kuswara. Bandung: PT Reflika Aditama
- Erna Sulistiyani. 2011. Efektivitas Konseling Behavioral untuk Mengatasi Anak Hiperaktif. *Skripsi* tidak diterbitkan. Magelang: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang
- Imalda. 2003. *Mengatasi Prilaku Hiperaktif*. <http://pendidikan.khusus.wordpress.com>. diakses 11 Oktober 2011.
- Judarwanto, Widodo. 2009. *Upaya Penanganan ADHD*. <http://sehatbersama.banyumasonline.com>. Diakses 10 Oktober 2011.
- Latipun. 2001. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Suharsimi, Tin. 2005. *Penanganan Anak Hiperaktif*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. Direktorat Pendidikan Jenderal Tinggi.
- Zeviera, Ferdinand. 2007. *Anak Hiperaktif: Cara Cerdas Menhadapi Anak Hiperaktif dan Gangguan Konsentrasi*. Jogjakarta: Katahati.