

# Perilaku Baru Muncul Melalui Pembentukan

By

**Eva Yulina, S.Psi., M.Psi**



## Dimensi-Dimensi Perilaku Yang Dapat Dibentuk

Dimensi	Defenisi	Contoh
Topografi ( Bentuk )	Gerakan –gerakan fisik yang terlibat disebuah perilaku	Tarf yang menunjukkan cara servis tenis yang baik
Besaran (Frekuensi)	Jumlah muncul nya perilaku di periode waktu tertentu	Jumlah piring yang dicuci dalam waktu 5 menit
Besaran (Durasi)	Jumlah waktu bagi sebuah perilaku untuk bertahan	Lamanya waktu yang dibutuhkan untuk air menetes dari sebuah tabung percobaan
Latensi	Waktu antara pengendalian stimulus dan munculnya perilaku	Waktu antara pertanyaan “Jam berapa sekarang?” dan respon melihat jam tangan
Intensitas ( Kekuatan)	Jumlah energi yang dikeluarkan bagi sebuah perilaku	Kekuatan pukulan saat memukul sangsak tinju

# Pembentukan

Bagaimana penguatan positif dapat digunakan untuk meningkatkan frekuensi sebuah perilaku yang diinginkan namun hanya muncul sekali. Namun, bagaimana jika perilaku yang diinginkan ini tidak pernah muncul satu kali pun? Jelas mustahil kita bisa meningkatkan frekuensinya hanya dengan menunggu saja sampai ia muncul sehingga baru bisa kita kuatkan saat itu. Di titik ini, prosedur yang disebut 'pembentukan' dapat digunakan untuk membentuk sebuah perilaku yang belum pernah muncul.

**Pemodifikasi perilaku mulai dengan menguatkan sebuah respons yang sudah pernah muncul dengan frekuensi lebih besar daripada nol, dan yang minimal agak mirip dengan perilaku target**

- Ketika perilaku awal ini sudah bisa muncul dengan frekuensi tinggi, pemodifikasi perilaku menghentikan penguatannya dan mulai menguatkan perilaku berikutnya yang lebih mendekati perilaku target. Lewat cara ini, perilaku target pada akhirnya terbentuk lewat penguatan aproksimasi suk sesif berbagai perilaku yang secara konsisten diarahkan kepadanya. Pembentukan (shaping) dapat didefinisikan sebagai pengembangan sebuah perilaku operan baru lewat penguatan aproksimasi suksesif perilaku tersebut, dan pemurahan aproksimasi sebelumnya terhadap perilaku tersebut sampai perilaku target final yang baru muncul. Karena dirinya ini pembentukan disebut juga metode uproksimusi suksesif.
- Perilaku-perilaku yang diperoleh seorang individu disepanjang hidupnya berkembang dari beragam sumber dan pengaruh. Kadang sebuah perilaku yang sama sekali baru berkembang ketika individu menampilkan sejumlah perilaku wal dan lingkungan kemudian sedikit menguatkan variasif Derilaku tersebut di beberapa percobaannya

## Akhirnya perilaku awal tersebut dapat dibentuk agar bentuk akhirnya tidak lagi mirip dengannya.

- Contohnya: Orang tua menggunakan 'pembentukan' untuk mengajarkan anak-anaknya berbicara. Bayi awalnya mengucapkan celotehan yang masih jauh dari kemiripan dengan bahasa orangtua. Ketika ini terjadi orangtua biasanya langsung menguatkan perilaku dengan pelukan, ciuman atau senyuman. Bunyi “mmm” dan ”daa” biasanya menerima sejumlah besar penguatan di orangtua berbahsa inggris. Akhirnya bayi mengucapkan “ma-ma” dan “da-da” dan menerima penguatan besar sehingga bentuk primitif “mmm” dan “daa” mengalami pemunahan. Di tahap berikutnya, penguatan diberikan lagi setelah bayi berhasil mengatakan “mommy” dan “Daddy” sehingga ucapan “ma-ma” dan “da-da” mengalami pemunahan.
- Tentunya ilustrasi ini hanya menyederhanakan cara anak belajar berbicara. Namun begitu, penggambaran ini bisa memperlihatkan betapa pentingnya pembentukan bagi proses perkembangan bicara anak pada umumnya, dari sekadar berceloteh tidak jelas hingga akhirnya bisa berbicara sesuai konvensi sosial budayanya. Proses-proses lain yang berperan penting di dalam perkembangan bicara didiskusikan di bagian lain di buku ini

# 5 aspek atau dimensi perilaku yang dapat dibentuk, yaitu:

## 1. Topografi Pembentukan

Aspek topografi pembentukan berbicara tentang konfigurasi spasial atau bentuk respons tertentu (seperti gerakan spesifik yang terlibat).

### Contoh:

- Mencetak sebuah kata dan menulis kata yang sama adalah contoh respons yang sama yang dibuat di antara dua topografi berbeda. Pembentukan topografi muncul, contohnya, ketika mengajari anak berganti dari respons cetak ke respons tulisan, mengajarkan anak berkata "Mommy" dan bukannya "Mama",

## 2. Frekuensi dan Durasi Pembentukan

frekuensi atau durasi perilaku tertentu sebagai 'besaran' (amount) perilaku. Frekuensi sebuah perilaku adalah jumlah munculnya perilaku tersebut di periode waktu tertentu

### Contoh:

- Naiknya jumlah perulangan 'tembakan tertentu yang dilatih seorang pemain golf. Frekuensi sebuah respons dapat juga direduksi lewat pembentukan sebagai sebuah program modifikasi perilaku di mana seorang pasien multi- sklerosis diajari lewat pembentukan untuk meningkatkan secara gradual waktu di antara, dan karenanya menurunkan frekuensi, kunjungan ke kamar mandi

### **3. Latensi Pembentukan**

Latensi adalah waktu antara munculnya stimuli dan respons yang dibangkitkan stimulus tersebut. Istilah umum bagi latensi adalah waktu reaksi.

#### **Contoh:**

Di sebuah acara kuis TV yang populer, Jeopardy, waktu sejak penyajian stimulus verbal pembaca acara hingga kontestan menekan tombol disebut latensi kontestan merespons stimulus tersebut.

### **4. Intensitas atau Kekuatan Pembentukan**

Intensitas atau kekuatan sebuah respons merujuk pada efek fisik yang dimiliki respons atau yang secara potensial memengaruhi lingkungan.

#### **Contoh:**

Seorang anak laki-laki yang bekerja di pertanian. Ia harus menyiram tanaman dan mengisi tandon air dengan pompa tangan secara manual. Ketika pompa itu baru dipasang, kondisinya masih bagus karena oli nya masih melekat di engsel pompa sehingga gerakan memompanya ringan. Katakanlah pompa itu kemudian tidak dirawat dengan teratur sehingga oli di engselnya habis, membuat pompa itu mulai berkarat. Akibat nya ia harus menekan lebih kuat tangkai pompa itu agar jumlah air yang dihasilkan sama seperti sebelumnya. Selang beberapa bulan, kekuatan yang diberikan ke gerakan pertama memompa jadi lebih besar dari pada gerakan pertama ketika pompa itu masih baru. Dengan kata lain, intensitas atau kekuatan pembentukan sudah mengubah perilaku memompa anak tersebut.

# Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Efektivitas Pembentukan

## 1. Menspesifikkan Perilaku Target Final

Tahap pertama di dalam pembentukan adalah mengidentifikasi dengan jelas perilaku target final.

## 2. Memilih Perilaku Awal

Karena perilaku target final tidak muncul di awal, dan karena perlu diperkuat terlebih dahulu sejumlah perilaku yang bisa mendekatinya, maka Anda harus mengidentifikasi 'perilaku awal (starting behavior) yang harus dikuasai terlebih dahulu. Mestinya ini adalah perilaku yang muncul cukup sering untuk diperkuat di waktu latihan, dan ini mestinya mendekati perilaku target final.

## 3. Memilih Langkah-langkah Pembentukan

Sebelum memulai program pembentukan, akan sangat membantu jika Anda membuat tahap-tahap aproksimasi suksesif di mana seseorang 'digerakkan dalam upayanya mendekati perilaku target final.



#### 4. Kemantapan Perilaku di Tiap Tahap Pembentukan

- Menguatkan setiap perilaku di tahap mana pun beberapa kali sebelum melangkah maju ke tahap berikutnya. Dengan kata lain, hindari terlalu sedikit/jarang memberi penguatan perilaku di setiap tahapnya. Ter- lalu tergesa-gesa melangkah ke tahap baru sebelum tahap sebelumnya sudah dikuasai dengan baik dapat menghasilkan hilangnya perilaku terdahulu akibat pemunahan tanpa disadari. Akibatnya, perilaku baru sulit dicapai sehingga tidak ada perilaku apa pun yang diperoleh, membuat Anda harus mengulangi kembali prosedurnya.
- Hindari menguatkan terlalu sering/banyak di tahap pembentukan mana pun. Poin a di atas mengingatkan Anda untuk tidak terlalu cepat melangkah ke tahap berikutnya poin b ini sebaliknya. Penting juga bagi Anda tuk tisdak melangkah terlalu lambat. Jika sebuah perilaku di tahapan tertentu diperkuat terlalu lama atau berlalu banyak, ia akan menjadi terlalu kuat sehingga perilaku baru akan rendah kemungkinannya untuk bisa muncul. Harus diingat bahwa perilaku di tahap ter- dahulu pada akhirnya harus punah agar perilaku be rikutnya muncul dan demikian seterusnya hingga perilaku target final tercapai. Dengan kata lain, menguatkan terlalu banyak/lama sebuah perilaku di tahap tertentu akan membuatnya sulit punah dan menghambat pembelajaran perilaku baru.
- Jika Anda kehilangan sebuah perilaku karena bergerak terlalu cepat, atau menentukan sebuah tahap perilaku kelewat besar untuk bisa dikuasai, kembalilah ke tahap sebelumnya di mana Anda bisa mengendalikan lagi perilaku yang sudah dikuasai. Jika sebuah tahap terlalu besar untuk diraih, Anda bisa memecahnya jadi dua/ tiga tahap sebagai pijakan yang lebih mudah dikuasai.



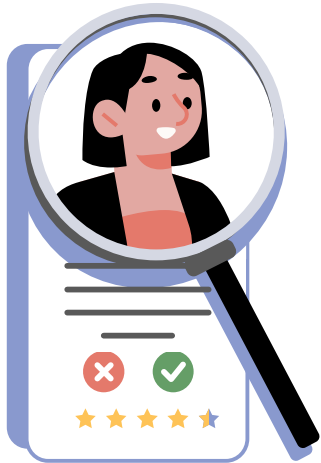
OH, TIDAK!



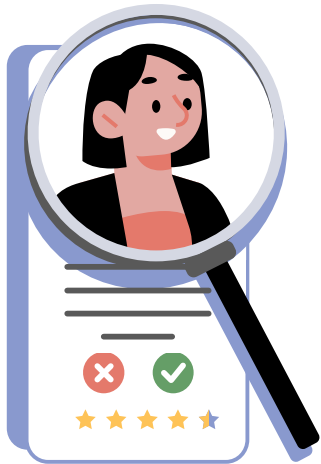
# Jurang-jurang Pembentukan

## 1. Jurang "Kekeliruan Pengaplikasian yang Tidak Disadari"

- Seperti prosedur-prosedur behavioral lain dan proses-proses alamiah, pembentukan tetap beroperasi pada kita semua, baik kita menyadarinya atau tidak. Sayangnya, mereka yang tidak tahu apa pun tentang prinsip pembentukan malah mengaplikasikannya untuk mengembangkan perilaku tak di inginkan dari teman-teman, kenalan, keluarga dan lain-lain.
- Pertimbangkan juga contoh lain jurang ini. Misalkan, seorang anak menerima perhatian sosial sangat kecil dari ke luarganya bahkan meski ia sudah menampilkan perilaku yang tepat. Kemudian di suatu hari, tanpa sengaja anak itu terpeleset dan kepalanya sedikit terbentur ke lantai. Sebenarnya tidak ada luka serius yang dialami, dan anak juga tidak terlalu memedulikannya karena ia langsung bermain kembali dengan gembira, namun orangtuanya segera datang memeriksa kondisinya, dan memperlihatkan banyak perhatian terkait insiden tersebut. Karena penguatan segera seperti ini, dan karena orangtua jarang memberi penguatan terhadap perilaku lain yang diinginkan yang sudah ditampilkannya, anak jadi belajar bahwa inilah cara paling efektif untuk menarik perhatian orangtua. Akibatnya, di masa depan ia cenderung mengulangi perilaku jatuh tersebut dengan sedikit membenturkan kepalanya.



- Banyak perilaku tak diinginkan umumnya muncul pada anak-anak berkebutuhan khusus contohnya tantrum yang disertai perusakan, cenderung melukai diri sendiri, suka melukai anak lain, sengaja muntah dan lain-lain sering kali adalah produk dari pengaplikasian tidak tepat pembentuk an. Memang dimungkinkan di atas kertas untuk menghilangkan perilaku-perilaku ini lewat pemunahan operan yang dikombinasikan dengan ketat oleh penguatan positif ter hadap perilaku lain yang diinginkan. Sayangnya, sering kali ini sulit dilakukan karena:
  - perilaku ini sudah terlalu membahayakan sehingga akan semakin menguat saat pemunahan diaplikasikan padanya, dan
  - orang dewasa lain yang tidak tahu prinsip-prinsip perilaku sering kali menggagalkan tanpa disengaja semua kerja keras yang sudah dilakukan berda sarkan prinsip-prinsip tersebut.



## 2. Jurang Kegagalan Mengaplikasikan

Jenis lain jurang adalah kegagalan mengaplikasikan pembedaan demi mengembangkan perilaku yang diinginkan. Beberapa orangtua contohnya, mungkin tidak cukup responsif terhadap perilaku celoteh balita mereka. mungkin mereka berharap terlalu banyak di awal sehingga menjadi kecewa dan tidak lagi memperkuat perilaku berikutnya yang kian mengarah ke ucapan normal. Beberapa orangtua contohnya, mengharap balita mereka berkata "Father" dengan vokalisasi yang tepat sehingga tidak terlalu terkesan ketika anak mengatakan "da-da" sehingga tidak menguatkan perilaku tersebut. Namun begitu, jenis jurang yang berlawanan dari ini juga terjadi. Bukannya tidak memberikan cukup penguatan bagi celoteh balita, mereka malah menguatkan secara berlebihan celoteh tersebut. Akibatnya anak tetap saja berada di kondisi 'percakapan bayi' saat di usianya kebanyakan anak sudah bisa menguasai pola-pola dasar ujaran di budaya mereka.



# a. Jurang 'Penjelasan Tidak Akurat Tentang Perilaku

Berikut ini 4 panduan umum bagi pengaplikasian efektif 'pembentukan', yaitu:

- ***Menyeleksi Perilaku Target Final***
  - Pilihlah satu perilaku tertentu (seperti bisa duduk tenang di bangku selama 10 menit) dan bukannya sebuah kategori umum (seperti perilaku baik di kelas). Pembentukan sangat tepat untuk mengubah besaran (yaitu frekuensi dan durasi), latensi dan intensitas perilaku, selain juga untuk mengembangkan perilaku baru yang berbeda topografi (bentuknya)
  - Jika perilaku target final adalah urutan kompleks-aktivitas-aktivitas (seperti menjaga kamar tetap bersih dan rapi contohnya), pecahlah menjadi beberapa sesi pelatihan yang berbeda dan berkesinambungan. Karena jika besaran program tetap memadukan bersama semua urutan khusus, ia tidak bisa lagi disebut program pembentukan. Untuk rangkaian berkesinambungan penanganan perilaku target final yang kompleks seperti ini, yang dibutuhkan adalah perantaraan .
  - Jika memungkinkan, pilihlah sebuah perilaku yang dapat juga dikendalikan oleh penguat-penguat alamiah setelah ia dibentuk.

# ***b. Menyeleksi Penguat yang Tepat***

n:

Bacalah setiap pertanyaan ini dengan cermat lalu isilah jawabnya di tempat yang disediakan:

a. Penguat yang dapat dikonsumsi Apa yang Anda sukai untuk dimakan atau diminum?

1. Apakah makanan yang paling sering Anda sukai untuk di santap?
2. Apakah minuman yang paling Anda sukai?

b. Penguat aktivitas: Apa hal-hal yang Anda sukai untuk dilakukannya?

1. Apakah aktivitas yang paling Anda sukai untuk dikerjakan saat berada di rumah?
2. Apakah aktivitas yang paling Anda sukai untuk dikerjakan saat berada di halaman rumah Anda?
3. Apakah aktivitas yang paling Anda sukai untuk dikerjakan saat berada di lingkungan ketetanggaan Anda?
4. Apakah aktivitas pasif yang paling Anda sukai untuk dilakukan? (contohnya menonton TV, dan lain-lain)

c. Penguat manipulatif: Jenis permainan apa yang Anda sukai?

1. Penguat kepemilikan: Jenis barang apa yang Anda sukai untuk dimiliki? (contohnya buku, parfum, dan lain-lain)
2. Penguat penghargaan sosial: Jenis penghargaan sosial bagaimana yang Anda sukai?
3. Jenis ekspresi pujian bagaimana yang paling Anda sukai?
4. Jenis kontak fisik bagaimana yang paling Anda sukai? (contohnya berpelukan, dan lain-lain).

## c. Memulai Perencanaan

- Datalah aproksimasi suksesif menuju perilaku target final, dimulai dari perilaku awal. Untuk memilih perilaku awal, temukan perilaku yang sudah pernah dilakukan pembelajar di masa lalu, yang paling mirip dengan perilaku target final, dan yang bisa dilakukan kembali dengan mudah oleh pembelajar
- Langkah-langkah awal, atau aproksimasi- aproksimasi suksesif, dibentuk dari ‘dugaan terdidik’ Anda. Selama program berjalan, Anda bisa memodifikasi semua ini sesuai performa pembelajar





## d. Mengimplementasikan Rencana

- Beritahukan pembelajar tentang rencana Anda sebelum dimulai.
- Mulailah menguatkan langsung mengikuti setiap kemunculan perilaku awal.
- Jangan pernah pindah ke tahap baru sampai pembelajar sungguh menguasai perilaku terdahulu.
- Jika Anda tidak merasa yakin kapan mulai mengg rakkan pembelajar ke tahap baru, gunakan aturan berikut. Pindahlah ke tahap berikutnya setelah pembelajar menunjukkan perilaku saat ini dengan benar dari 10 percobaan, biasanya rata-rata 1-2 percobaan sedikit kurang sempurna daripada yang diinginkan, dan 1-2 kali percobaan di mana perilaku lebih baik dari tahap sekarang. tahap sebelumnya untuk mengulangi beberapa perilaku, barulah kembali lagi ke tahap yang sekarang.
- Jangan perkuat terlalu banyak waktu atau lama di salah satu tahap, dan juga hindari satu tahap penguatan yang terlalu minim.
- Jika pembelajar berhenti menampilkan perilaku, mungkin Anda terlalu cepat berpindah tahap, atau tahap ini tidak tepat ukurannya, atau penguat yang dipilih tidak efektif (atau tidak lagi efektif).





Thank  
you

Any Question??