



METODE ABA (LOVAAS) UNTUK PENATALAKSANAAN PERILAKU AUTISME

SUKINAH,M.Pd

Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Luar Biasa FIP UNY

PENDAHULUAN

- Tujuan Pelatihan
 - Memperkenalkan tatalaksana perilaku (metode Lovaas, ABA, DTT)
Terutama : Apa dan bagaimana?
Sedikit mengenai mengapa ?
 - Agar peserta (profesional dan orangtua) dapat segera mulai menjalankan tatalaksana perilaku

PERILAKU

- Segala sesuatu yang seseorang kerjakan dan katakan
- Apa saja yang dapat kita lihat/rasaka/dengar seseorang lakukan (juga apa yang kita sendiri katakan dan kerjakan)
- Perilaku Autistik
 - * Berkelebihan (Excess)
 - * Berkekurangan (Deficit)

PERILAKU BERKELEBIHAN (EXCESS)

- Tantrum (menjerit, menangis, mengamuk)
- Stimulasi diri (hand flapping, spinning/ twirling, rocking, lining).
- Self-abuse (memukul, menggigit, mencakar diri sendiri)
- Agresif (menendang, memukul, menggigit, mencubit orang lain)

PERILAKU BERKEKURANGAN (DEFICIT)

- Bicara : tak bicara, sedikit suara/kata, menceracau, membeo
- Sosial : menganggap orang sebagai suatu benda
- Sensasi : disangka tuli, buta
- Bermain : putar-putar roda mobil-mobilan
- Emosi tak sesuai : menjerit/tertawa dengan sedikit provokasi, hanya bengong saat dikelitiki

PRINSIP TATALAKSANA PERILAKU

- Memecahkan setiap keterampilan : menjadi bagian-bagian/langkah-langkah kecil
- Diajar secara :
- Sistematis (apa yang diajarkan, tahapannya)
- Terstruktur (bagaimana/cara mengajarkannya)
- Terukur (dapat dinilai/sudah atau belum bisa)

PRINSIP TATALAKSANA PERILAKU

- Metode Pengajaran : sistem one-on-one (satu guru, satu murid, satu ruangan), instruksi spesifik : singkat, jelas, konsisten (awalnya perlu prompt + reinforcer)
- Berulang-ulang sampai respons tanpa prompt
- Respons sederhana dikombinasikan dan divariasikan (membangun respons kompleks)---- digeneralisasikan



Bertahap : one-on-one

-----kelompok kecil-----kelompok besar

Terpenting : mengajarkan anak belajar untuk/cara belajar

Persiapan : Orangtua

Sarana

Terapis



- **Persiapan Orangtua**

Memutuskan cara/program, yang akan digunakan : berbeda dari pola pengasuhan biasa (kesiapan mental, keputusan bersama seluruh keluarga (serumah), harus konsisten dilakukan semua
Jangan mengacau/merusak program

• PERSIAPAN ORANGTUA

Siap menjadi manajer program tatalaksana perilaku :
mencari dan mewawancarai terapis, membentuk tim terapis (4-8 orang), mengatur jadwal tim dan anak (40 jam seminggu, setiap terapis datang tiap hari : min 3x/minggu, min 2-3 jam per kunjungan)
Merencanakan kurikulum dan evaluasi, bersama tim

PERSIAPAN SARANA

Kamar Khusus : bebas distraksi

- 3 kursi : terapis dan anak duduk berhadapan, ada asisten di belakang anak
- Meja belajar
- Rak (2 buah) untuk perlengkapan atau peralatan serta bahan
- Lemari untuk alat-alat yang tak terjangkau anak
- Lembar rencana pelajaran, lembar penilaian, alat-alat tulis

PERSIAPAN TERAPIS

- Seharusnya : Behavioural therapist
- Bisa : Terapis wicara (speech therapist), guru SLB B/C, Paid Volunter (sukarelawan dibayar)
- Syarat terapis : mau dan mampu (tukar pikiran, belajar, kerja tim, tepat waktu/jadwal, terbuka

KURIKULUM

- Dimulai dari hal-hal yang kecil : pilih 15-20 kegiatan dalam 3-6 bulan, mulai 3-5 kegiatan, tingkatkan bertahap : membiasakan anak, membiasakan/melatih anda dan staf
- Mula-mula meningkatkan reseptif/kognitif
- Mengajarkan konsep-konsep

- Umumnya kegiatan belajar selesai sekitar 2-3 jam, per satu tugas/aktifitas selesai 2-5 menit, diikuti istirahat pendek 1-2 menit, pada akhir setiap jam umumnya istirahat 15-20 menit (untuk makan kecil, bermain bebas, aktifitas lain), tetapi istirahat bukan suatu keharusan.

HARI-HARI PERTAMA

* Anak melawan (ingin keluar, menangis, mengamuk/lisan/fisik), agresi (menyerang), self injury (melukai diri)

Penanganan Hari-hari pertama

- Anak sudah di ruang belajar sebelum terapis datang
- Buat jam belajar menyenangkan dan menarik
- Berikan imbalan/pujian yang konstan (tetap duduk, tenang, kontak mata, mengikuti perintah)
- Campur tugas dan bermain
- Jam belajar singkat 5-10 menit
- Jam belajar tingkatkan bertahap

- 
- * Jangan sampai anak memperoleh gagasan : mengamuk alat untuk menghentikan kegiatan
 - * Tingkatkan kepatuhan : uji coba harus berakhir positif, patuh : senyum + imbalan lain, jika tidak patuh : wajah tak senang + aktifitas tak berakhir.
 - * Mula-mula duduk sebentar, biarkan bangkit : lama duduk tingkatkan bertahap, usahakan semua kegiatan dilakukan dengan anak duduk di kursi

LATIHAN AWAL

- Duduk
- Kontak mata
- Imitasi (meniru) (gerakan motorik kasar)
- Reseptif/kognitif (pemahaman/pengertian)
- Mengikuti perintah sederhana (satu tahap)
- Mengenal bagian tubuh, benda, gambar, warna, bentuk, huruf dll
- Menyamakan/mencocokkan (identik/nonidentik) benda, gambar, warna, bentuk, huruf, angka

Latihan Duduk

- Anak berdiri, letakkan kursi tepat di belakang anak
- Terapis duduk di kursi seukuran anak tepat di depan anak, bila perlu jepit anak di antara paha terapis, tungkai terapis menjepit/merangkum kursi di belakang anak
- Beri instruksi “Duduk”, prompt secara fisik, beri imbalan
- Berdirikan anak dan ulangi instruksi
- Melatih kepatuhan
- Dibiasakan duduk (umumnya kurikulum dalam posisi duduk)
- Sudah mulai mengikuti perintah-sederhana (satu tahap)

KONTAK MATA

- Cara Pertama : Instruksi “Lihat” (benda-benda menarik setinggi mata terapis), segala benda yang ingin diberikan/diraih anak, makanan
- Mungkin perlu : mencolek/memegang dagu, menolehkan kepala
- Yakinkan : anak melihat ke mata terapis (bukan hanya ke benda), benda sedekat-dekatnya ke mata terapis, benda cukup jauh dari anak (1-2 meter)
- Mata anak dan terapis sama tinggi bila perlu terapis berlutut

- Awal-awal : begitu memandan, segera benda diberikan (ke arah mata anak)

- * Setelah kontak mata positif onrequest (atas instruksi “lihat”)

- * Tingkatkan kontak mata : perlambat pemberian, tahan benda, baru berikan

- * Cara Kedua : duduk di bangku berhadapan dan sama tinggi

- a. Fiksasi kepala + instruksi “lihat”

- * Anak memandangi : lepas fiksasi

- * Anak belajar : hal yang tidak menyenangkan (fiksasi kepala) akan hilang bila anak memandangi terapis

- * Mengandung kekerasan (aversif)

b. Fiksasi kepala + wajah terapis bergerak kesana kemari + instruksi “lihat” + imbalan audio-visual

- * Menghalangi pandangan anak : kontak mata terus menerus

- * Kekurangan : pencampuran hal yang tak menyenangkan dan imbalan

c. Instruksi “Lihat” setiap 5-10 detik : anak memandangi selama 1 detik, 2 detik setelah instruksi : beri imbalan

Tak memandangi 2 detik setelah instruksi : terapis memandangi ke arah lain kurang lebih 5 menit

Ulangi instruksi + pancingan dengan benda-benda seperti cara pertama

Cara Ketiga :

- * Mirip cara 2b, tapi tanpa fiksasi kepala : anak duduk/berdiri/berbaring, pandangan dihalangi wajah terapis (untuk melakukan kontak mata) + instruksi “lihat”
- * Anak memalingkan wajah : wajah terapis mengikuti arah pandangan + imbalan audiovisual

INSTRUKSI

- Singkat – Jelas – Konsisten
- Hanya sekali : jangan mengulang-ulang kata dengan ucapan yang berbeda (masukan, masukin, masupin dll)
- Hemat kata, hemat gerakan
- Bahasa Indonesia yang baik dan benar
- Suara netral (cukup keras, tegas, bukan membentak)

Instruksi

	Bisa	Imbalan
Instruksi#1 -----	-----	
	Tidak Bisa -----	“tidak”
	Bisa	Imbalan
Instruksi#2 ----		
	Tidak Bisa -----	“tidak”
Instruksi#3 +	Prompt -----	Imbalan-----

Singkat-Jelas- Konsisten

- Singkat : sedapat mungkin hanya 1 kata (kata kuncinya saja) misal : tiru, lihat, masukkan, buka, tutup
- * Jangan kalimat panjang berbunga-bunga : Anakku sayang sekarang kita mau belajar, coba nanti kamu menirukan saya ya.
- * Dengan singkat karena anak mengalami gangguan/perlambatan/hambatan (suara hilangm timbul)

Discrete Trial Training

- Paket per paket : ada awal, ada proses, ada akhir
- 1,2,3 + p + l
- Instruksi hanya diberikan oleh terapis prompter tidak
- Imbalan awalnya hanya diberikan oleh terapis saja

Singkat-Jelas- Konsisten

- Singkat : sedapat mungkin hanya 1 kata (kata kuncinya saja) misal : tiru, lihat, masukkan, buka, tutup
- * Jangan kalimat panjang berbunga-bunga : Anakku sayang sekarang kita mau belajar, coba nanti kamu menirukan saya ya.
- * Dengan singkat karena anak mengalami gangguan/perlambatan/hambatan (suara hilangm timbul)

Jelas

- Perintah sesuai apa yang ingin diajarkan : misal mengajarkan imitasi beda dengan mengikuti perintah sederhana (satu tahap)
- Imitasi : instruksi “tiru” + model
- Perintah sederhana : instruksi, tepuk tangan tanpa model
- Bila instruksi “tepu tangan” + model (terapis bertepuk tangan) : jangan rancu atau tidak jelas
- 1 saat hanya 1 aktifitas

Konsisten

- Tahap awal : satu instruksi harus persis sama :
misal : masukkan jangan masukin atau yang lain
- Di luar kamar belajar : teknik tetap dilakukan
untuk kesempatan insidental, sekali instruksi
dilontarkan, harus dikerjakan

Prompt

- Bantuan/arahan/dorongan/bimbingan : agar anak berhasil melaksanakan respons yang benar
- Apa saja yang dipilih harus langsung berhasil : pada umumnya untuk mengajarkan hal-hal yang baru dengan prompt penuh misalnya : hand-on-hand
- Optional : tak selalu digunakan (bila sudah bisa, tidak perlu prompt)

Jenis Prompt

- Lisan : “Buka pintu”
- Fisik : dengan meraih tangan anak, membuka pintu
- Gestural (gerak isyarat tubuh) : membuka pintu
- Posisi/letak : anak didekatkan ke pintu
- Model (contoh) : mencontohkan respons untuk ditiru
- Dimensional (ukuran) : pintunya berbeda dengan yang lain
- Visual : terapis melirik atau menatap ke pintu

Imbalan

- Pemberian imbalan akan meningkatkan perilaku (kekuatan dan kejadian berikutnya)
- Sangat individual : bukan yang kita rasa kualitasnya tetapi terlihat perubahan pada anak (efeknya terlihat)
- Disesuaikan dengan umur perkembangan anak : Pengecapan (makanan,minuman), Taktil (sentuhan, rabaan, tepukan), Gerakan (goyangan, ayunan), Audiovisual/Sosial (pujian, senyuman, tawa, anggukan)

Menentukan Imbalan

- Menawarkan “menu”: dengan meletakkan benda-benda, perhatikan yang mana anak ambil, campur lagi dan ulangi
- Perhatikan benda/mainan yang dipilih anak saat bermain bebas (benda kecil, berbunyi, bergerak)
- Makanan/minuman kegemaran anak
- Coba (trial and error) : coba satu per satu ada penilaian/evaluasi, bisa berubah setiap waktu
- Bila imbalan mengganggu pelatihan, jangan digunakan : sukar diambil kembali.

Cara Memberi Imbalan

- Bervariasi
- Fungsional (melabel/menyebutkan nama) benda/mainan sebelum diberi, membuka kotak yang berisi makanan
- Dikaitkan dengan perilaku : diberikan segera
- Konsisten
- Tidak bermakna ganda : pujian “bagus”+ nada suara senang + coklat, Ganda : hukuman bersama pernyataan simpatik : tidak tidak tidak tetapi mama tahu kamu sudah berusaha, manisnya kamu.
- Jelas untuk perilaku yang mana : jangan memberi imbalan di tengah-tengah percakapan

Selang-waktu uji-coba (intertrial Interval)

- Waktu antara imbalan s/d instruksi untuk uji coba berikutnya : anak perlu waktu untuk mengkonsumsi imbalan (menelan jus), 3-5 detik (hiperaktif/stimulasi diri lebih pendek)
- * Gunakan untuk : mencatat pada lembar penilaian, persiapan bahan untuk instruksi berikutnya.

Generalisasi

- Memperluas kemampuan/keterampilan yang telah dimiliki/dikuasai oleh anak
- Anak autistik biasanya tidak mampu menggeneralisasi (berespons terhadap perintah satu terapis , tidak terhadap terapis lain/orangtua, berespons terhadap “hai” tidak terhadap “halo”

Cara Generalisasi

- Variasikan : instruksi/perintah, orang (subyek/obyek), tempat
- Melatih dengan banyak contoh, misal : mengajar konsep warna dengan cara benda sama warna lain, benda lain dengan warna sama
- Pelajaran mengamati dan meniru

Maintenance (Pemeliharaan)

- Mempertahankan efek terapi agar tetap dikuasai sepanjang waktu
- Mulai dengan mengurangi sedikit demi sedikit frekuensi dan jenis imbalan (respons benar yang ke-3 dst), mengganti ke imbalan yang lebih alami (pujian pengganti makanan)

Maintenance (Pemeliharaan)

- Setelah suatu aktifitas sudah dikuasai (3x3A) mulai fase pemeliharaan
- Frekuensi uji coba latihan dikurangi
- Nilai sekali seminggu selama 3-6 minggu, masing-masing keterampilan dan kelompok 5 (anak tetap menguasai keterampilan maka anak lulus sehingga pengumpulan data dihentikan), jika tidak konstan maka ulangi dari saat fase terakhir

- Imbalan sesekali (intermittent)
- Melatih orang lain di lingkungan anak (sepanjang jam/hari merupakan waktu belajar/latihan)
- Ajarkan perilaku yang akan diberi imbalan pada lingkungan alami anak, misal : mengajarkan “minta” lebih berguna dibandingkan harimau

Penilaian

- 80 % benar (8 out of 10)
- $(\text{Response} : \text{opportunity}) \times 100\%$
- Achieve (lulus) jika 9 kali berturut-turut atau 2-3 hari konsisten