

## Improving the Ability to Wear Socks in Autistic Children Through Behavior Modification Interventions

### Meningkatkan Kemampuan Memakai Kaos Kaki Pada Anak Autis Melalui Intervensi Modifikasi Perilaku

**Lysandra Hutomo<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi,  
Universitas Airlangga, Indonesia  
Email: [Lysan.hutomo-2019@psikologi.unair.ac.id](mailto:Lysan.hutomo-2019@psikologi.unair.ac.id)

**Primatia Yogi Wulandari<sup>2</sup>**

<sup>2</sup> Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi,  
Universitas Airlangga, Indonesia  
Email: [primatia.yogi@psikologi.unair.ac.id](mailto:primatia.yogi@psikologi.unair.ac.id)

Correspondence:

**Lysandra Hutomo**

Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia  
Email: [Lysan.hutomo-2019@psikologi.unair.ac.id](mailto:Lysan.hutomo-2019@psikologi.unair.ac.id)

#### Abstract

*Self-care, cleaning, dressing, and eating skills are the basic skills needed by autistic individuals to achieve independence and improve the quality of life. Apart from focusing on improving certain behaviors, interventions for autistic children also have an impact on stress disorders for both autistic children and their families. This study aims to improve the ability to wear socks in autistic children through behavior modification interventions. The subject of this study was a six-year-old boy who was diagnosed with autism. This type of research used Single Subject Research (SSR) with an A-B-A design consisting of baseline 1, intervention, and baseline 2. The techniques of behavior modification intervention used were forward chaining, prompting, and positive reinforcement. The intervention lasted for nine sessions with five trials in each session. The intervention began with two baseline 1 sessions, five intervention sessions, and ended with two baseline 2 sessions. The results showed an increase in the ability to wear socks independently in autistic children through behavior modification interventions.*

**Keywords:** Autism, Behavior Modification, Ability to Wear Socks.

#### Abstrak

Keterampilan perawatan diri, kebersihan, berpakaian dan makan merupakan seperangkat keterampilan dasar yang dibutuhkan individu autisme untuk mencapai kemandirian dan meningkatkan kualitas hidup. Selain berfokus pada peningkatan perilaku tertentu, intervensi pada anak autis pun berdampak pada pengurangan stress baik bagi anak autis hingga keluarganya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan memakai kaos kaki pada anak autis melalui intervensi modifikasi perilaku. Subjek pada penelitian ini adalah seorang anak laki-laki berusia enam tahun yang didiagnosis autis. Jenis penelitian ini menggunakan Single Subject Research (SSR) dengan desain A-B-A yang terdiri dari *baseline 1*, intervensi, dan *baseline 2*. Teknik dari intervensi modifikasi perilaku yang digunakan adalah *forward chaining*, *prompting*, dan *positive reinforcement*. Intervensi berlangsung selama sembilan sesi dengan lima kali percobaan di setiap sesinya. Intervensi diawali dengan dua sesi *baseline 1*, lima sesi intervensi, dan diakhiri dengan dua sesi *baseline 2*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan memakai kaos kaki secara mandiri pada anak autis melalui intervensi modifikasi perilaku.

**Kata Kunci:** Autis, Modifikasi Perilaku, Kemampuan Memakai Kaos Kaki.

Copyright (c) Psikostudia: Jurnal Psikologi

Received 2022-11-17

Revised 2022-12-19

Accepted 2023-02-27



## LATAR BELAKANG

Menurut (American Psychiatric Association, 2013) gangguan autisme dapat dilihat melalui dua kriteria berikut yaitu, (1) defisit klinis dalam komunikasi dan interaksi; serta (2) perilaku, minat dan kegiatan yang berulang dan terbatas. Anak dengan gangguan autisme pun memiliki defisit pada keterampilan sosial dan keterampilan membantu diri (Carbone et al., 2013; Flynn & Healy, 2012; Lucker, 2009). Keterampilan membantu diri sendiri (*self-help skill*) mengacu pada keterampilan yang diperlukan dalam kehidupan mandiri sehari-hari. Defisit dalam keterampilan membantu diri sendiri tidak terlihat sebagai salah satu defisit inti pada autisme. Akan tetapi defisit tersebut banyak ditampilkan oleh anak dengan autisme yang membuat mereka tidak dapat menyelesaikan tugas-tugas dasar secara mandiri seperti, mandi, makan, berpakaian, dan penggunaan toilet (Flynn & Healy, 2012).

Subjek pada penelitian ini adalah siswa TK B di salah satu sekolah swasta di Denpasar Bali yang saat ini berusia enam tahun. Berdasarkan hasil pemeriksaan, subjek terdiagnosa autisme. Subjek belum mampu berbicara dengan makna, melainkan hanya mengucapkan “ckok ckok” atau berteriak. Subjek masih membutuhkan bantuan untuk menghadap ke lawan bicaranya ketika namanya dipanggil, menampilkan perilaku berulang yaitu tepuk tangan (*flapping*), cenderung bermain sendiri di sudut ruangan kelas, mengabaikan teman sebaya yang ada di sekelilingnya, serta tertawa di saat kelas sedang sunyi.

Berdasarkan hasil tes psikologi (VSMS) dan observasi, diketahui bahwa Keterampilan subjek dalam membantu diri secara umum, melakukan aktivitas makan, serta penggunaan pakaian dan barang lain yang relevan berada di rentang usia II-III tahun. Kemudian keterampilan subjek dalam pekerjaan berada di rentang usia I-II tahun, keterampilan dalam gerakan motorik berada di rentang usia III-IV tahun, serta keterampilan bergaul, bersosialisasi di lingkungan, dan komunikasi berada di rentang usia 0-I tahun. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keterampilan subjek dalam melakukan aktivitas kemandirian dan mengatur diri sendiri masih berada di bawah usia kronologisnya.

Para peneliti dari berbagai literatur menyampaikan pendapatnya mengenai keterampilan membantu diri pada individu autis, yaitu bahwa keterampilan merawat diri atau kebersihan, berpakaian dan makan, merupakan seperangkat keterampilan dasar yang dibutuhkan individu autis untuk mencapai kemandirian dan meningkatkan kualitas hidup (Wertalik & Kubina, 2017). Tahapan pertama yang harus dikuasai anak untuk menuju kemandirian jangka panjang adalah penguasaan keterampilan bina diri (Ardic & Cavkaytar, 2014). Penguasaan keterampilan berpakaian pada anak autis pun adalah hal penting untuk pengakuan sosial, keterampilan seleksi dan peningkatan kualitas hidup (Çetrez İşcan et al., 2016).

Pada anak-anak normal, keterampilan berpakaian dapat diperoleh dengan cara mengamati orang tua, saudara kandung, pun teman tanpa harus menggunakan program pendidikan (Çetrez İşcan et al., 2016). Hal tersebut namun menjadi berbeda pada anak autis. Defisit komponen dan

kapasitas dalam kinerja sehari-hari yang salah satunya adalah keterampilan perawatan diri menyebabkan batasan pada anak autis untuk dapat berinteraksi secara efektif dengan lingkungannya. Konsekuensi lain yang ditimbulkan adalah anak autis berpotensi mengalami isolasi sosial (Kadar et al., 2012).

Hal yang seringkali terjadi adalah orang tua dari anak autisme dengan IQ yang rendah dan/atau tingkat gejala yang tinggi seringkali memiliki ekspektasi yang lebih rendah terhadap kemampuan anaknya dalam domain keterampilan hidup sehari-hari. Para orang tua cenderung tidak mendorong anak untuk melakukan tugas-tugas kehidupan sehari-hari secara rutin (Green & Carter, 2014), karena salah satunya tidak mengetahui bagaimana cara menangani anak autisme (Parung & Pandjaitan, 2022). Sementara perkembangan bantu diri seharusnya turut menjadi fokus perhatian karena memiliki konsekuensi jangka pendek pun jangka panjang (Karsih, 2012).

Sebagian besar orang tua dan pendidik lebih berfokus pada pengembangan komunikasi, sosial dan akademik. Sementara sebelum menuju ke kemampuan tersebut, perlu diketahui bahwa kurangnya perhatian pada area perkembangan bantu diri menyebabkan anak akan kesulitan dalam berpartisipasi pada kegiatan di sekolah, kesulitan dalam komunikasi yang terintegrasi, dan berkurangnya kesempatan yang lebih luas di rumah dan lingkungan (Karsih, 2012)

Intervensi keterampilan bantu diri pada kegiatan sehari-hari menjadi hal yang penting, khususnya pada individu dengan autisme yang memiliki defisit dalam perilaku adaptif (Shrestha et al., 2013). Intervensi berfokus pada peningkatan perilaku yang relevan secara sosial, seperti bahasa, peniruan, bantu diri, kemandirian, akademik, dan keterampilan sosial pun dikaitkan dengan pengurangan stres bagi anak-anak autis dan keluarganya (Boyd et al., 2012; Palmer et al., 2020), serta berpotensi meningkatkan kualitas hidup anak autis, orang tua atau pengasuhnya (Shrestha et al., 2013).

Salah satu intervensi yang seringkali digunakan pada kasus-kasus anak berkebutuhan khusus, seperti autisme, ADHD, *intellectual disability*, dan berbagai permasalahan perilaku lainnya adalah intervensi modifikasi perilaku (Çetrez İşcan et al., 2016; Kaur & Kumar, 2013). Modifikasi perilaku merupakan salah satu intervensi dari pendekatan *behavioristik* yang bertujuan untuk membentuk, meningkatkan, atau menurunkan perilaku (Martin & Pear, 2015).

Memecah setiap tugas menjadi serangkaian langkah kecil dan dipraktikkan berulang kali merupakan metode yang sangat efektif untuk mengerjakan rutinitas yang kompleks pada anak autisme. Karakteristik belajar pada anak autisme tersebut sesuai dengan prinsip dari teknik *chaining* yang merupakan salah satu teknik dari intervensi modifikasi perilaku. *Chaining* merupakan rangkaian dari langkah-langkah yang berurutan untuk membentuk suatu perilaku (Miltenberger, 2016). Beberapa ahli pun berpendapat bahwa strategi yang telah terbukti efektif untuk mengajarkan keterampilan hidup fungsional, yaitu *prompting*, *modeling*,

*reinforcement, shaping, dan chaining* (Alwell & Cobb, 2009; Bennett & Dukes, 2014; Palmen et al., 2012; Walsh et al., 2014).

Salah satu prosedur dari teknik *chaining* yang digunakan pada penelitian ini adalah *forward chaining*. *Forward chaining* merupakan prosedur yang dimulai dengan mengajarkan anak tahapan awal dari suatu perilaku, kemudian dilanjutkan dengan tahapan berikutnya, hingga tahap paling akhir. Pada *forwards chaining*, anak tidak menyelesaikan *chain* (rantai perilaku paling akhir) di setiap latihannya, sehingga yang diterima anak adalah *renforcers* buatan hingga komponen paling akhir dari tahap yang diajarkan (Miltenberger, 2016).

Selain teknik *chaining*, penelitian ini juga dilengkapi dengan beberapa teknik pendukung yaitu, *prompting* dan *positive reinforcement*. *Prompting* adalah pemberian bantuan dalam taraf tertentu untuk mencapai suatu tujuan (Miltenberger, 2016). Terdapat empat jenis *prompt* yaitu, (1) *physical prompt*, bantuan berupa sentuhan fisik; (2) *modeling*, bantuan berupa demonstrasi; (3) *gesture*, bantuan berupa gerakan fisik; dan (4) *verbal*, bantuan hanya berupa instruksi lisan (Miltenberger, 2016). Sejalan dengan pendapat oleh (Kidder & McDonnell, 2017) bahwa *prompting* yang bersifat visual seperti *modeling* atau dukungan media visual lainnya dapat membantu anak autis dalam menghadapi tantangan baru, sehingga mereka dapat berperilaku lebih pantas secara sosial dan berkomunikasi dengan orang lain. *Prompt* yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh jenis *prompt* dan menggunakan teknik *most-to-least prompting*, di mana kualitas *prompt* akan diberikan mulai dari yang paling konkrit (*physical*) hingga kurang konkrit (*verbal*) (Çetrez İşcan et al., 2016).

Dukungan lain yang juga disertakan adalah media visual berupa *flashcard* kegiatan berpakaian. Kemudian (Kazdin, 2013) menjelaskan bahwa setiap kali target perilaku muncul maka segera berikan *positive reinforcement*. *Positive reinforcement* adalah pemberian sesuatu yang positif untuk memunculkan perilaku yang diharapkan, sehingga individu dapat melakukan hal yang sama di kemudian hari (Martin & Pear, 2015). *Positive reinforcement* yang digunakan pada penelitian ini adalah *social reinforcers*, meliputi pujian, tepuk tangan, acungan jempol, senyuman, pelukan, dan anggukan kepala, setiap kali subjek dapat menampilkan target perilaku dari keterampilan berpakaian.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian subjek tunggal (*single subject research*). Desain penelitian ini adalah desain A-B-A yang terdiri dari tiga tahap yaitu, *baseline 1* sebagai tahap pengukuran kemampuan awal subjek, *intervensi* sebagai tahap pembentukan perilaku, dan *baseline 2* sebagai tahap *follow up* yang bertujuan untuk memastikan kestabilan keterampilan subjek dalam memakai kaos kaki secara mandiri.

### Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah seorang anak laki-laki berusia enam tahun yang terdiagnosa autisme. Subjek cenderung masih membutuhkan bantuan dari orang lain dalam kegiatan bantu diri. Subjek mampu mengikuti instruksi sederhana seperti duduk di kursi, melakukan kontak mata selama tiga hingga sepuluh detik, dan menirukan gerakan motorik.

### Pengumpulan Data

Pengumpulan data diawali dengan menggunakan salah satu tes psikologi secara formal yaitu VSMS yang langsung ditanyakan kepada orang tua subjek. Pengumpulan data berikutnya menggunakan observasi dan berfokus pada keterampilan membantu diri khususnya dalam kegiatan berpakaian seperti, memakai kaos kaki, celana pendek, baju kaos berlengan pendek, dan masker. Dari seluruh kegiatan berpakaian tersebut nantinya akan dipilih satu di antara yang lain yang akan menjadi target intervensi.

### Rancangan Intervensi

Penerapan intervensi modifikasi perilaku diawali dengan melakukan analisis fungsi perilaku menggunakan formula A-B-C (Biran & Nurhastuti, 2018). A (*antecedent*) adalah segala hal yang menyebabkan kemunculan perilaku yang dipermasalahkan seperti, situasi, tempat, keberadaan seseorang, pun kejadian tertentu. B (*behavior*) adalah perilaku yang dipermasalahkan. C (*consequences*) adalah akibat yang diperoleh setelah terjadinya perilaku tersebut. Seringkali konsekuensi ini yang memelihara perilaku bermasalah seperti, pujian, bebas tugas, dan lain-lain.

Tabel 1. Analisis Perilaku A-B-C

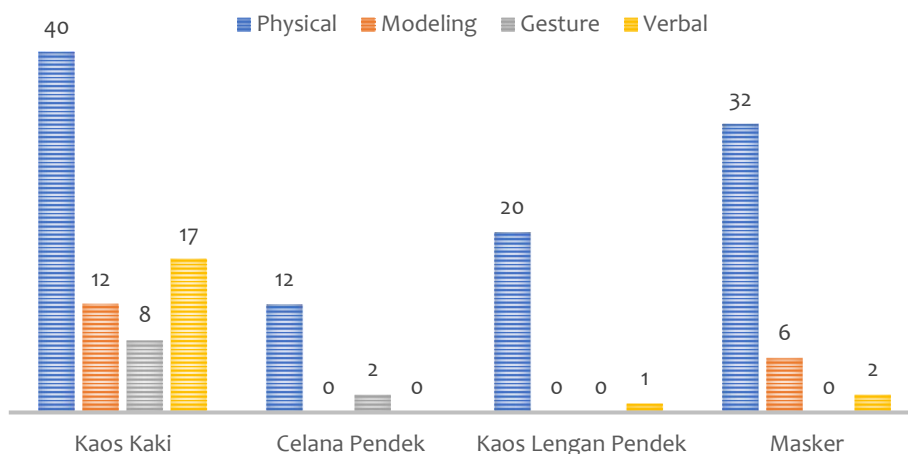
A	B	C
- Subjek tidak pernah dilatih untuk berpakaian sendiri	- Subjek belum mampu memakai pakaiannya sendiri	- Subjek selalu dibantu orang tua untuk memakai pakaiannya
- Orang tua tidak mengetahui cara untuk mengajarkan subjek berpakaian sendiri	- Subjek akan mengambil tangan orang lain agar dibantu memakai pakaiannya	

Berdasarkan hasil asesmen analisis perilaku A-B-C (tabel 1) diketahui bahwa subjek tidak pernah dilatih untuk berpakaian karena orang tua tidak mengetahui bagaimana cara untuk mengajarkan subjek berpakaian secara mandiri. Hal tersebut yang menyebabkan subjek belum mampu memakai pakaiannya sendiri bahkan hingga kini sudah berusia enam tahun. Cara yang subjek lakukan adalah dengan mengambil tangan orang lain sebagai tanda meminta bantuan untuk memakai pakaian. Pada akhirnya subjek selalu dibantu oleh orang tua untuk memakai pakaiannya. Maka dari itu melalui intervensi modifikasi perilaku subjek akan

dilatih untuk dapat berpakaian sendiri, dan secara bersamaan orang tua subjek akan dibekali informasi terkait teknik *chaining* yang dapat diterapkan di rumah pada keterampilan lainnya.

Dalam menentukan salah satu keterampilan berpakaian yang akan diintervensi, maka dilakukan

pengukuran batas kemampuan (*baseline*) subjek di masing-masing keterampilan berpakaian. Pengukuran *baseline* 1 dilakukan dua kali dalam satu minggu dengan lima kali percobaan di setiap pertemuannya. Keterampilan berpakaian yang diukur meliputi, memakai kaos kaki, celana pendek, baju kaos ber lengan pendek, dan masker. Berikut hasilnya.



**Grafik 1. Baseline Keterampilan Berpakaian Sebelum Diberikan Intervensi**

Berdasarkan pengukuran kemampuan awal subjek pada keterampilan berpakaian (grafik 1), diketahui bahwa keterampilan memakai kaos kaki menduduki peringkat pertama sebagai keterampilan yang membutuhkan *prompt* paling banyak, yaitu empat jenis *prompt*. Kemudian diikuti keterampilan menggunakan masker dengan tiga jenis *prompt*, dan keterampilan menggunakan kaos lengan pendek dan celana pendek yang hanya membutuhkan dua jenis *prompt*. Berdasarkan perolehan tersebut maka keterampilan yang akan menjadi target intervensi adalah keterampilan memakai kaos kaki.

Intervensi akan diberikan selama sembilan sesi dengan rincian sebagai berikut: (1) sesi 1-2 pengukuran *baseline* sebelum intervensi; (2) sesi 3-7 pelaksanaan intervensi; (3)

sesi 8-9 pengukuran *baseline* setelah intervensi. Kaos kaki yang digunakan memiliki warna pembeda di masing-masing bagian seperti, warna merah maron di bagian jari-jari kaki dan tumit, warna biru di bagian punggung kaki, telapak kaki, dan bagian yang melewati mata kaki. Adapun tahapan memakai kaos kaki yang akan diajarkan yaitu: (1) mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu; (2) memasukan kaos kaki hingga seluruh jari kaki tertutupi; (3) menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki; (4) menarik kaos kaki hingga menyentuh bagian depan pergelangan kaki; (5) menarik kaos kaki hingga menyentuh tumit; dan (6) menarik kaos kaki hingga melewati mata kaki. Berikut simulasi dari prosedur *forward chaining* memakai kaos kaki.

**Tabel 2. Simulasi Forward Chaining Memakai Kaos Kaki**

1. Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu + *prompting* → respon 1 → *social reinforcer*
2. Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu → respon 1  
Menarik kaos kaki hingga menutupi seluruh jari kaki + *prompting* → respon 2 → *reinforcer*
3. Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu → respon 1  
Menarik kaos kaki hingga menutupi seluruh jari kaki → respon 2  
Menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki + *prompting* → respon 3 → *reinforcer*
4. Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu → respon 1  
Menarik kaos kaki hingga menutupi seluruh jari kaki → respon 2  
Menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki → respon 3  
Menarik kaos kaki hingga menyentuh bagian depan pergelangan kaki + *prompting* → respon 4 → *reinforcer*
5. Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu → respon 1  
Menarik kaos kaki hingga menutupi seluruh jari kaki → respon 2  
Menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki → respon 3  
Menarik kaos kaki hingga menyentuh bagian depan pergelangan kaki → respon 4  
Menarik kaos kaki hingga menyentuh tumit + *prompting* → respon 5 → *reinforcer*
6. Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu → respon 1  
Menarik kaos kaki hingga menutupi seluruh jari kaki → respon 2  
Menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki → respon 3

Menarik kaos kaki hingga menyentuh bagian depan pergelangan kaki → respon 4  
Menarik kaos kaki hingga menyentuh tumit → respon 5  
Menarik kaos kaki hingga melewati mata kaki + *prompting* → respon 6 → *reinforcer*

**Table 3. Pelaksanaan Intervensi Hasil Penelitian**

Sesi Intervensi	Pelaksanaan Intervensi
Sesi 1 – sesi 2	Peneliti mengawali sesi dengan mengajak subjek bermain. Kemudian menjelaskan secara ringkas tentang kegiatan di hari itu menggunakan instruksi verbal dan menampilkan <i>flashcard</i> kegiatan memakai kaos kaki. Peneliti menyiapkan kaos kaki yang dimasukkan di dalam sepatu. Subjek diminta untuk duduk agar memudahkan proses memakai kaos kaki. Ketika subjek dirasa siap maka teknik <i>forward chaining</i> dapat dimulai.
Sesi 3 – sesi 7	<p>Peneliti membuka sesi dengan mengajak subjek bernyanyi. Kemudian menjelaskan secara ringkas tentang kegiatan di hari itu menggunakan instruksi verbal dan menampilkan <i>flashcard</i> kegiatan memakai kaos kaki. Peneliti menyiapkan kaos kaki yang dimasukkan di dalam sepatu. Subjek diminta untuk duduk agar memudahkan proses memakai kaos kaki. Ketika subjek dirasa siap maka teknik <i>forward chaining</i> dapat dimulai.</p> <p>Peneliti membantu subjek untuk mengambil kaos kaki di dalam sepatu. Aktivitas tersebut terus diulang hingga subjek mampu melakukannya dengan <i>prompting</i> paling rendah (<i>verbal prompt</i>) atau tanpa <i>prompt</i> sama sekali (teknik <i>most-to-least</i>). Peneliti kemudian dengan segera memberi <i>sociable reinforcer</i>.</p> <p>Peneliti membantu subjek untuk memasukan jari kakinya ke dalam kaos kaki hingga terpasang. Aktivitas tersebut terus diulang hingga subjek mampu melakukannya dengan <i>prompting</i> paling rendah (<i>verbal prompt</i>) atau tanpa <i>prompt</i> sama sekali (teknik <i>most-to-least</i>). Peneliti kemudian dengan segera memberi <i>sociable reinforcer</i>.</p> <p>Peneliti membantu subjek menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki. Aktivitas tersebut terus diulang hingga subjek mampu melakukannya dengan <i>prompting</i> paling rendah (<i>verbal prompt</i>) atau tanpa <i>prompt</i> sama sekali (teknik <i>most-to-least</i>). Peneliti kemudian dengan segera memberi <i>sociable reinforcer</i>.</p> <p>Peneliti membantu subjek untuk menarik kaos kaki hingga menyentuh bagian depan pergelangan kaki. Aktivitas tersebut terus diulang hingga subjek mampu melakukannya dengan <i>prompting</i> paling rendah (<i>verbal prompt</i>) atau tanpa <i>prompt</i> sama sekali (teknik <i>most-to-least</i>). Peneliti kemudian dengan segera memberi <i>sociable reinforcer</i>.</p> <p>Peneliti membantu subjek untuk menarik kaos kaki hingga melewati tumit. Aktivitas tersebut terus diulang hingga subjek mampu melakukannya dengan <i>prompting</i> paling rendah (<i>verbal prompt</i>) atau tanpa <i>prompt</i> sama sekali (teknik <i>most-to-least</i>). Peneliti kemudian dengan segera memberi <i>sociable reinforcer</i>.</p> <p>Peneliti membantu subjek untuk menarik kaos kaki hingga melewati mata kaki. Aktivitas tersebut terus diulang hingga subjek mampu melakukannya dengan <i>prompting</i> paling rendah (<i>verbal prompt</i>) atau tanpa <i>prompt</i> sama sekali (teknik <i>most-to-least</i>). Peneliti kemudian dengan segera memberi <i>sociable reinforcer</i>.</p>
Sesi 8 – sesi 9	<p>Peneliti membuka sesi dengan mengajak subjek bernyanyi. Kemudian menjelaskan secara ringkas tentang kegiatan di hari itu dengan hanya menggunakan instruksi verbal, tanpa menampilkan <i>flashcard</i> kegiatan memakai kaos kaki. Peneliti menyiapkan kaos kaki yang dimasukkan di dalam sepatu. Subjek diminta untuk duduk agar memudahkan proses memakai kaos kaki. Ketika subjek dirasa siap maka teknik <i>forward chaining</i> dapat dimulai.</p> <p>Subjek mampu mengambil kaos kaki di dalam sepatu, memasukan kaos kaki hingga seluruh jari kaki tertutupi, lalu menariknya hingga menutupi setengah bagian punggung kaki, menyentuh bagian depan pergelangan kaki, menyentuh tumit, melewati mata kaki, hingga kaos kaki terpasang sempurna.</p> <p>Aktivitas tersebut terus diulang sebanyak lima kali percobaan untuk melihat konsistensi kemampuan subjek dalam memakai kaos kaki tanpa adanya <i>prompt</i> dan pemberian <i>sociable reinforcer</i>.</p>

Keberhasilan intervensi dapat dilihat melalui dua cara, yaitu yang pertama adalah capaian subjek dalam melakukan tiap tahapan memakai kaos kaki, dan kedua berdasarkan

penurunan jumlah *prompt* yang diberikan. Berikut penjabarannya.

**Tabel 4. Capaian Memakai Kaos Kaki**

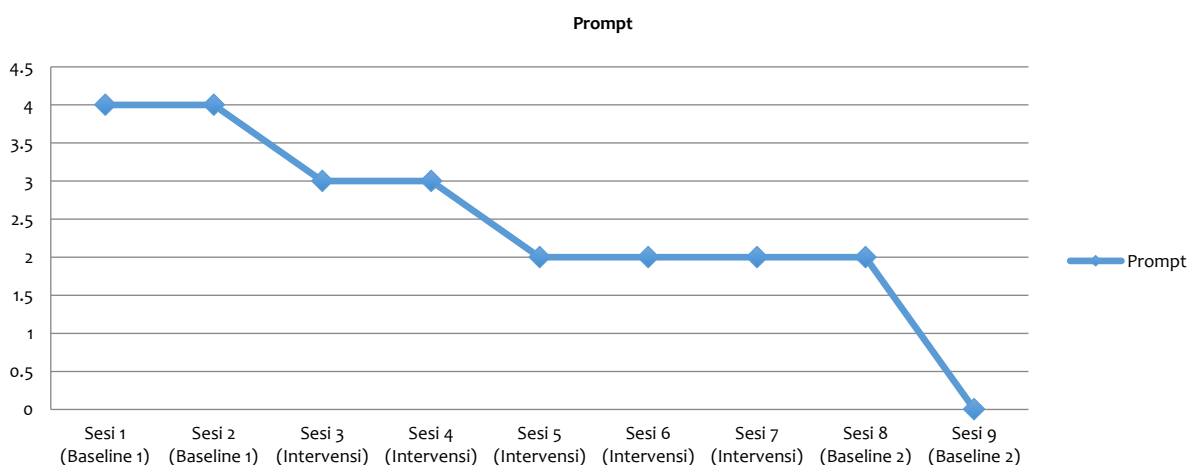
No	Tahapan	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
1	Mengambil kaos kaki yang ada di dalam sepatu	X	√
2	Memasukan kaos kaki hingga seluruh jari kaki tertutupi	X	√
3	Menarik kaos kaki hingga menutupi setengah bagian punggung kaki	X	√
4	Menarik kaos kaki hingga menyentuh bagian depan pergelangan kaki	X	√
5	Menarik kaos kaki hingga menyentuh tumit	X	√
6	Menarik kaos kaki hingga melewati mata kaki	X	√

x: belum mampu

√: sudah mampu

Berdasarkan tabel 4 di atas diketahui bahwa subjek belum mampu melakukan setiap tahapan memakai kaos kaki sebelum diberikannya intervensi. Sesudah diberikannya intervensi, terlihat perubahan yang signifikan bahwa subjek

sudah mampu melakukan seluruh tahapan memakai kaos kaki secara mandiri dan tepat. Secara lebih spesifik Keberhasilan berikutnya pun dilihat berdasarkan penurunan jumlah *prompt* yang diberikan. Berikut penjabarannya.



**Grafik 2. Penurun Jumlah Prompt**

Berdasarkan grafik 2, terlihat bahwa adanya penurunan jumlah *prompt* yang diberikan mulai dari sesi 1 hingga sesi 9. Pada sesi 1 dan sesi 2 (sesi *baseline* pertama) terlihat subjek masih membutuhkan bantuan maksimal dengan empat jenis *prompt* yaitu, *physical*, *modeling*, *gesture*, dan *verbal* untuk dapat memakai kaos kakinya. Subjek diam dan tertidur di karpet ketika hanya diberi *verbal prompt*. Peneliti mencoba menarik tangan subjek (*physical prompt*) dan mengarahkannya ke kaos kaki yang ada di dalam sepatu. *Prompt* tersebut tetap belum berhasil karena subjek justru memasukan kaos kaki ke dalam sepatu. Selain itu, subjek juga beberapa kali mengambil tangan peneliti, mengarahkannya ke kaos kaki, dan meminta untuk dipakaikan. Ketika peneliti memberi *modeling prompt*, subjek hanya diam menatap peneliti dan kemudian menatap ke berbagai arah.

Memasuki sesi 3 hingga sesi 7, terlihat adanya pengurangan jumlah pemberian *prompt*. Pada sesi 3 dan 4 subjek dibantu dengan tiga jenis *prompt* yaitu, *physical*, *gesture* dan *verbal prompt* ketika mengambil kaos kaki di dalam sepatu. Akan tetapi pada sesi intervensi ini subjek sudah tidak lagi menarik tangan peneliti untuk membantunya. Selama proses berlangsung subjek lebih aktif dibanding pertemuan sebelumnya. Subjek tidur-tiduran di atas karpet mat yang terpasang luas di setengah ruangan

kelas, dan bergerak ke berbagai arah di kelas. Oleh sebab itu peneliti mencoba untuk mengurangi jumlah kursi dan karpet mat di kelas untuk meminimalisir distraksi sehingga subjek hanya dapat tidur-tiduran di 1 karpet mat saja. Peneliti pun menjadi lebih mudah dalam memberikan instruksi karena berada di dekat subjek. Posisi sepatu yang diletakan di hadapan subjek juga membantu proses intervensi menjadi lebih terarah.

Mengingat bahwa salah satu karakteristik anak dengan gangguan autisme adalah lemah dalam tugas pemahaman verbal dan bahasa ekspresif, maka pada sesi ke 4 peneliti menambahkan *flashcard* aktivitas memakai kaos kaki ketika memberikan instruksi kepada subjek. Hasilnya adalah subjek mampu menatap *flashcard* selama 21 detik dan ketika subjek mulai terdistraksi atau berpaling dari aktivitas memakai kaos kaki, peneliti akan menunjukkan *flashcard* ke hadapannya dan subjek dapat kembali fokus untuk duduk tenang.

Pada sesi 5 hingga sesi 7 terlihat adanya pengurangan jumlah pemberian *prompt* yang awalnya tiga jenis menjadi dua jenis *prompt* saja yaitu, *gesture* dan *verbal prompt* saja. Subjek menunjukkan kemajuan pada sesi 6. Subjek mampu mengambil kaos kaki di dalam sepatu hanya dengan *verbal* dan *gesture prompt*. Meskipun di percobaan pertama hingga

ketiga subjek masih dibantu dengan seluruh jenis *prompt* untuk dapat menarik kaos kaki hingga seluruh jari kaki tertutupi, namun pada percobaan terakhir subjek mampu memasukan kaos kaki hingga seluruh jari kakinya tertutupi secara mandiri tanpa *prompt*. Subjek juga sudah tidak mudah terdistraksi dan mampu mengikuti instruksi peneliti meskipun tidak disertai dengan *flashcard*. Pada sesi ke 7 jumlah pemberian *prompt* tetap stabil secara grafik, yaitu hanya *gesture* dan *verbal prompt*. Subjek pun masih menunjukkan kemampuan yang konstan pada aktivitas mengambil kaos kaki di dalam sepatu dan menariknya hingga seluruh jari kaki tertutupi. Setelah diberikannya lima kali percobaan pada sesi 7, secara mengejutkan subjek mampu melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu menarik kaos kaki hingga melewati punggung, tumit, dan mata kaki secara mandiri tanpa *prompt* apapun.

Sesi 8 adalah sesi *baseline* kedua atau sesi *follow up* yang bertujuan untuk melihat kestabilan kemampuan subjek dalam memakai kaos kaki secara mandiri. Sesi 8 dilaksanakan satu minggu setelah sesi 7. Hasilnya adalah subjek tetap menunjukkan kemampuannya memakai kaos kaki secara mandiri, dimulai dari mengambil kaos kaki dengan *verbal* dan *gesture prompt*, kemudian memasukan kaos kaki hingga seluruh jari kaki tertutupi, dan menarik kaos kaki melewati mata kaki hingga kaos kaki dapat terpasang tanpa *prompt*. Subjek menyadari bahwa ada bagian yang belum tepat. Hal itu dibuktikan oleh subjek dengan menarik dan meregangkan bagian tumit kaos kaki yang belum terpasang tepat di tumit kakinya. Peneliti menunggu hingga lima detik untuk melihat usaha yang subjek lakukan. Akhirnya subjek hanya membutuhkan sedikit bantuan untuk merapikan kaos kaki di bagian tumitnya.

*Follow up* kedua kembali dilakukan pada sesi 9 untuk melihat kestabilan kemampuan subjek dalam memakai kaos kaki, yaitu 10 hari setelah sesi 8. Hasilnya adalah subjek kembali menunjukkan kestabilannya dalam memakai kaos kaki tanpa membutuhkan *prompt* apapun, termasuk juga mampu merapikan bagian tumit secara mandiri. Meski di awal percobaan subjek terlihat memberi isyarat meminta bantuan kepada peneliti, namun setelah peneliti menolaknya subjek mampu memakai kaos kaki secara mandiri hingga terpasang dengan tepat. Grafik pemberian *prompt* yang semakin menurun menandakan bahwa dari satu sesi ke sesi berikutnya terlihat adanya penurunan jumlah pemberian *prompt* pada subjek dalam aktivitas memakai kaos kaki. Itu artinya subjek sudah mampu memakai kaos kaki secara mandiri tanpa bantuan yang signifikan dari orang lain. Semakin tinggi penguasaan keterampilan memakai kaos kaki di setiap percobaan, maka terjadi penurunan penggunaan *prompt* yang diberikan kepada subjek.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan subjek mampu memakai kaos kaki secara mandiri melalui intervensi modifikasi perilaku dengan teknik *chaining*, *prompting*, dan *reinforcement* yang diberikan dalam 9 sesi. Subjek menunjukkan peningkatan keterampilan memakai kaos kaki

berdasarkan penurunan pemberian jumlah *prompt* di tiap *chain* atau tahapannya.

Hasil penelitian ini turut didukung dengan perolehan serupa dari beberapa penelitian sebelumnya, yaitu penelitian oleh (Zahra & Sahid, 2019) di mana membuktikan pemberian *prompting*, *reinforcement*, *modelling* dan *chaining* dapat meningkatkan kemampuan menggunakan kaos pada anak autis berusia lima tahun di salah satu TK di Depok. Penelitian oleh (Hanapy, 2015) pun turut membuktikan efektivitas penerapan modifikasi perilaku dalam mengajarkan siswa autis di Yogyakarta untuk menggunakan kaos kaki secara mandiri. Hasil penelitian oleh (Çetrez İşcan et al., 2016) mengungkapkan bahwa *most-to-least prompting* efektif untuk mengajarkan keterampilan berpakaian siswa autis dan juga keterampilan umum untuk tempat dan orang yang berbeda.

Keberhasilan yang diperoleh anak autis dalam menyelesaikan tugas-tugas tersebut dengan tepat bukan tidak beralasan. Hal ini karena anak-anak autisme berkembang melalui jadwal, rutinitas, dan sangat serius mengikuti aturan. Kekuatan tersebut merupakan modal yang baik untuk mengajarkan keterampilan hidup sehari-hari (Jacobs & Betts, 2012). Anak-anak dengan gangguan autisme tetap memiliki kemampuan untuk melakukan seluruh tugas yang disebut keterampilan sehari-hari (*daily living skills*) meski mereka mempelajarinya dengan kecepatan yang lebih lambat (Jacobs & Betts, 2012).

Terdapat beberapa hal yang berpeluang untuk mendukung proses pelaksanaan intervensi pada penelitian ini yaitu, penggunaan *flashcard* aktivitas memakai kaos kaki memudahkan peneliti untuk mengambil perhatian subjek ketika terdistraksi, pun sebagai instruksi visual bagi subjek. Hal itu seperti yang disampaikan oleh (Kidder & McDonnell, 2017) bahwa *prompting* yang bersifat visual seperti *modeling* atau dukungan media visual lainnya dapat membantu anak autis dalam menghadapi tantangan baru, sehingga mereka dapat berperilaku lebih pantas secara sosial dan berkomunikasi dengan orang lain. Hal berikutnya adalah pengurangan barang-barang yang tidak mendukung proses intervensi untuk meminimalisir distraksi, seperti mainan, jumlah kursi, dan karpet yang tidak digunakan. Hal yang tidak kalah penting dan juga perlu diperhatikan adalah ukuran kaos kaki yang masih memungkinkan untuk diregangkan secara lebar, serta adanya warna pembeda di beberapa bagian tertentu, seperti jari kaki dan tumit. Hal itu bertujuan untuk memudahkan subjek memahami bagian depan dan belakang kaos kaki.

## KESIMPULAN

Berdasarkan perolehan data yang dimulai dari tahap *baseline 1*, intervensi, dan *baseline 2*, maka dapat disimpulkan bahwa intervensi modifikasi perilaku melalui teknik *forward chaining* yang juga didukung dengan *prompting* dan *positive reinforcement*, terbukti efektif dapat meningkatkan keterampilan memakai kaos kaki pada anak autisme. Hal itu dikarenakan memecah setiap tugas menjadi serangkaian langkah kecil dan dipraktikkan berulang kali merupakan

metode yang sangat efektif untuk mengerjakan rutinitas yang kompleks pada anak autisme. Dari penelitian ini orang tua dan guru disarankan dapat menggunakan *flashcard* untuk membantu anak-anak dengan gangguan autisme dalam memahami suatu instruksi. Orang tua dan guru dapat menerapkan teknik *forward chaining* untuk melatih keterampilan lainnya pada anak autisme. Pemberian *social reinforcement* pun dapat diberikan segera ketika anak menampilkan perilaku yang dilatih atau dibentuk. Bagi peneliti berikutnya disarankan dapat menambah waktu pelaksanaan *follow up* untuk memastikan kestabilan dari suatu keterampilan yang diajarkan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alwell, M., & Cobb, B. (2009). Functional life skills curricular interventions for youth with disabilities: A systematic review. In *Career Development for Exceptional Individuals* (Vol. 32, Issue 2, pp. 82–93). <https://doi.org/10.1177/0885728809336656>
- American Psychiatric Association, D.-5 T. Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. American Psychiatric Association.
- Ardic, A., & Cavkaytar, A. (2014). Effectiveness of the modified intensive toilet training method on teaching toilet skills to children with autism. <https://www.jstor.org/stable/23880609>
- Bennett, K. D., & Dukes, C. (2014). A Systematic Review of Teaching Daily Living Skills to Adolescents and Adults with Autism Spectrum Disorder. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1(1), 2–10. <https://doi.org/10.1007/s40489-013-0004-3>
- Biran, M., & Nurhastuti. (2018). *Pendidikan Anak Autisme*. Goresan Pena.
- Boyd, B. A., McDonough, S. G., & Bodfish J. W. (2012). Evidence-based Behavioural Interventions for Repetitive Behaviours in Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 42, 1236–1248.
- Carbone, V. J., O'Brien, L., Sweeney-Kerwin, E. J., & Albert, K. M. (2013). Teaching eye contact to children with autism: A conceptual analysis and single case study. *Education and Treatment of Children*, 36(2). <https://doi.org/10.1353/etc.2013.0013>
- Çetrez İşcan, G., Nurçin, E., & Fazlıoğlu, Y. (2016). Educational Research and Reviews Effect of most-to-least prompting procedure on dressing skill of students with Autism. 11(18), 1766–1774. <https://doi.org/10.5897/ERR2016.2933>
- Flynn, L., & Healy, O. (2012). A review of treatments for deficits in social skills and self-help skills in autism spectrum disorder. In *Research in Autism Spectrum Disorders* (Vol. 6, Issue 1). <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2011.06.016>
- Green, S. A., & Carter, A. S. (2014). Predictors and Course of Daily Living Skills Development in Toddlers with Autism Spectrum Disorders. *Journal Autism Development Disorder*, 44, 256–263.
- Hanapy, L. (2015). *Penggunaan Metode Lovaas Applied Behavior Analysis (ABA) Dalam Penatalaksanaan Perilaku Anak Autis Kelas Dasar di SLB Penyelenggara Pendidikan Autis di Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jacobs, D., & Betts, D. (2012). *Everyday Activities to Help Your Young Child with Autism Live Life to the Full*. Jessica Kingsley Publisher.
- Kadar, M., McDonald, R., & Lentin, P. (2012). Evidence-based practice in occupational therapy services for children with autism spectrum disorders in Victoria, Australia. *Australian Occupational Therapy Journal*, 59(4). <https://doi.org/10.1111/j.1440-1630.2012.01015.x>
- Karsih. (2012). Meningkatkan Kemampuan Bantu Diri Anak Autistik Melalui Metode Intervensi dan Tingkat Kecerdasan. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 26, 115–124.
- Kaur, G., & Kumar, M. (2013). Effect of Stimulus Shaping & Prompting in Developing Dressing Skills in Trainable Mentally Challenged Children among Age Group of 6-12 Years. In *International Journal of Science and Research* (Vol. 4). [www.ijsr.net](http://www.ijsr.net)
- Kazdin, A. (2013). *Behavior Modification in Applied Settings (7th Edition)*. Waveland Press, Ins.
- Kidder, J. E., & McDonnell, A. P. (2017). Visual Aids for Positive Behavior Support of Young Children With Autism Spectrum Disorders. *Young Exceptional Children*, 20(3). <https://doi.org/10.1177/1096250615586029>
- Lucker, K. D. (2009). A Review of Self-Help Skills for People with Autism: A Systematic Teaching Approach by Stephen R. Anderson, Amy L. Jablonski, Marcus L. Thomeer, and Vicki Madaus Knapp. *Behavior Analysis in Practice*, 2(1). <https://doi.org/10.1007/bf03391740>
- Martin, G., & Pear, J. (2015). *Behavior Modification: What It Is and How To Do It*. Pearson Education.
- Miltenberger, R. G. (2016). *Principles and Procedures Behavior Modification*. [www.cengage.com/highered](http://www.cengage.com/highered)
- Palmen, A., Didden, R., & Lang, R. (2012). A systematic review of behavioral intervention research on adaptive skill building in high-functioning young adults with autism spectrum disorder. In *Research in Autism Spectrum Disorders* (Vol. 6, Issue 2, pp. 602–617). <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2011.10.001>
- Palmer, M., San Jose Caceres, A., Tarver, J., Howlin, P., Slonims, V., Pellicano, E., & Charman, T. (2020). Feasibility Study of the National Autistic Society EarlyBird Parent Support Programme. *Autism*, 24(1), 147–159.
- Parung, C. A. L., & Pandjaitan, L. N. (2022). Integrasi Psikoedukasi dan Flashcards untuk Melatih Komunikasi Pada Anak Autism Spectrum Disorder. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(3), 382–392.
- Shrestha, A., Anderson, A., & Moore, D. W. (2013). Using Point-Of-View Video Modeling and Forward Chaining to Teach a Functional Self-Help Skill to a Child with Autism. *Journal of Behavioral Education*, 22(2). <https://doi.org/10.1007/s10864-012-9165-x>
- Walsh, L., Lydon, S., & Healy, O. (2014). Employment and Vocational Skills Among Individuals with Autism Spectrum Disorder: Predictors, Impact, and Interventions. In *Review Journal of Autism and Developmental Disorders* (Vol. 1, Issue 4, pp. 266–275). Springer New York LLC. <https://doi.org/10.1007/s40489-014-0024-7>
- Wertalik, J. L., & Kubina, R. M. (2017). Interventions to Improve Personal Care Skills for Individuals with Autism: A Review of the Literature. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 4(1), 50–60. <https://doi.org/10.1007/s40489-016-0097-6>
- Zahra, G. M., & Sahid, M. H. (2019). *Penatalaksanaan Okupasi Terapi pada Autism Spectrum Disorder (ASD) Usia 5 Tahun dalam Aktivitas Memakai Kaos Menggunakan Kerangka Acuan Behavior Therapy di TK Lazuardi Global Compassionate School Limo Depok: Studi Kasus*.