

Intervensi untuk Mengatasi Gangguan Perilaku Menentang Anak dengan *Parent Management Training*

Yulia Hairina

Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari

Parent Management Training, in psychology, is one of the intervention for parents in solving problems, especially parents whose children with opposing behavior disorder. This method of training employs behaviour modification technique and the principals of individual study process in changing behavior, that is, in this writing, children's opposing behavior. In the Parent Management Training program, parents will be trained to be a trainer or therapist in which the assumption they have is the biggest potential to change the children's behavior for they have the biggest control to the important aspects in children's natural environment. Besides that, it will enable the children to actualize their newly learned behavior since they do not have to undergo the process received by the therapists into their homes. The focus in solving problems through the Parent Management Training approach is on dyadic relationship and the behavior symptoms is the base in performing intervention. In this particular intervention, parents and therapists work together, in which parents must be willing to do the program that has been compiled in order to change the target's behavior.

Keywords: parent management training, intervention, oppositional deviant disorders.

Parent Management Training sebagai salah satu intervensi dalam penyelesaian masalah bagi orangtua, terutama yang memiliki anak-anak dengan gangguan perilaku menentang. Metode pelatihan ini yang banyak menggunakan teknik modifikasi perilaku dan juga penerapan prinsip-prinsip yang berupa proses belajar individu dalam merubah perilaku, khususnya yang dimaksud dalam tulisan ini ialah perilaku menentang anak. Pada program Parent Management Training ini orangtua akan dilatih sebagai terapis atau trainer dimana asumsinya mereka memiliki potensi paling besar untuk merubah perilaku anak, karena mereka mempunyai kontrol yang paling besar terhadap aspek penting dari lingkungan alamiah anak-anak. Selain itu, juga akan mempermudah bagi anak-anak untuk mengaktualisasikan perilaku baru yang mereka pelajari, karena mereka tidak harus menjalani proses yang diterima oleh terapis ke dalam rumah mereka. Menyelesaikan permasalahan melalui pendekatan Parent Management Training ini penekanannya pada hubungan dyadic dan melalui simptom perilaku untuk menjadi dasar dalam melakukan intervensi. Dalam intervensi ini orangtua dan terapis saling bekerjasama, yang mana pihak orangtua tentunya bersedia melakukan program yang telah disusun untuk merubah perilaku yang menjadi target.

Kata kunci: parent management training, intervensi, gangguan perilaku menentang.

Proses globalisasi telah membawa perubahan yang signifikan di dalam masyarakat, karenanya mereka menjadi lebih aktif berpartisipasi untuk kepentingannya. Pada saat yang bersamaan perkembangan ilmu pengetahuan juga membawa perubahan yang cepat dalam dunia psikologi khususnya antara lain munculnya metode-metode assesmen baru, alat-alat diagnostik baru dan tentunya juga berpengaruh pada treatment atau intervensi bagaimana menangani permasalahan-permasalahan psikologis,

tidak terkecuali masalah psikologi pada anak. Bahkan menurut Kazdin (1988) terdapat 230 metode yang berbeda dalam menangani permasalahan atau masalah perilaku anak.

Suatu perilaku akan didefinisikan sebagai perilaku yang menyimpang (*deviant*) yaitu ketika terjadi suatu disfungsi tentang norma-norma yang terkandung dan peran-peran yang diharapkan suatu masyarakat. Perbedaan antara problem perilaku wajar dengan gangguan perilaku terletak pada kemunculan perilaku bermasalah dalam keseharian dan pada tingkat keparahan perilaku tersebut¹. Perilaku bermasalah pada gangguan perilaku muncul lebih sering, lebih kuat, lebih lama, terjadi pada berbagai situasi berbeda, dan memiliki pola perilaku yang khas dibanding dengan perilaku seusia. Gangguan perilaku pada anak biasanya akan dapat diidentifikasi dan tampak jelas pada usia sekolah. Bagi anak-anak usia sekolah peran mereka diharapkan menjadi murid yang memiliki perilaku yang memadai (*be adequately performing students*). Di sekolah anak dihadapkan pada situasi sosial dan tugas pembelajaran di sekolah, dan di sanalah akan muncul gejala awal dari gangguan perilaku. Manifestasinya antara lain adalah perilaku menentang terhadap

orang dewasa (guru), selalu gelisah dan tidak tenang saat pembelajaran, agresif, dan merusak (Walker, *et. al.* 2002).

Perilaku-perilaku yang ditunjukkan oleh anak yang mengalami gangguan perilaku kemudian berdampak pada sisi akademis karena anak yang mengalami gangguan perilaku akan kesulitan di ajar di dalam kelas tradisional, sehingga akibatnya prestasi akademik menjadi rendah bahkan kemudian anak atau siswa didiagnosa mengalami *learning disabilities* (Hunter 1997, 92-97). Namun ternyata gangguan perilaku pada anak tidak hanya memiliki dampak pada sisi akademis saja, namun juga akan berdampak pada saat anak berinteraksi dengan lingkungan sosialnya baik dengan oranglain ataupun dengan teman sebayanya. Anak yang mengalami gangguan perilaku menunjukkan perilaku antara lain; permusuhan, menyalahkan orang lain, mengganggu dan perilaku agresif baik verbal maupun nonverbal (Walker, Colvin, Ramsey 1995, 2000)².

Gejala-gejala gangguan perilaku ini pada umumnya lebih banyak muncul pada anak laki-laki daripada perempuan sekolah. Secara spesifik di antara anak-anak berusia 12 tahun atau yang lebih muda, kemunculan gangguan perilaku ini terjadi lebih banyak bahkan dua kali lipatnya lebih banyak daripada anak perempuan, namun di antara usia remaja, jumlah yang lebih tinggi di alami oleh anak perempuan daripada anak laki-laki (Yanti 2005, 2).

¹ Dalam bukunya *Child Psychoteraphy: Development and Identifying Effective Treatments*. New York:Guliford. 1988. Tingkat Keparahan Perilaku Anak terbagi menjadi *Mild*: ada 4 gejala yang diperlukan untuk membuat diagnosa hadir dan melakukan kejahatan penyebab permasalahan relatif kecil kepada orang lain. Misal membolos, meninggalkan rumah pada malam hari tanpa ijin. *Moderate*: jumlah masalah perilaku dan pengaruh atas orang lain ada di posisi menengah, antara ringan dan berat. Misal: mencuri, suka merusak. *Severe*: banyak permasalahan perilaku lebih dari yang diperlukan untuk membuat diagnosa hadir atau melakukan kejahatan kepada orang lain. Misal: pemaksaan seks, kekejaman secara fisik, penggunaan senjata, merampok.

² Dalam teori perilaku kognitif, perilaku sosial yang tidak tepat pada anak yang mengalami gangguan perilaku menentang merupakan hasil rendahnya keterampilan sosial yaitu kemampuan anak dalam mengikuti aturan-aturan, mengatur emosi dan perilakunya untuk menjalin interaksi yang efektif dengan oranglain atau lingkungan seperti dikutip dalam buku *Terapi Kognitif Perilaku Anak*. Walker, Colvin & Ramsey. 1995.2000.

Gangguan perilaku yaitu gangguan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial yang disebabkan oleh kontrol diri yang rendah, merupakan kasus atau masalah yang paling banyak terjadi pada anak-anak. Kazdin (2002) menyebutkan bahwa dari seluruh anak-anak yang dirujuk karena mengalami gangguan klinis, sepertiga sampai setengah di antaranya mengalami gangguan perilaku. Bahkan pada populasi yang bukan klinis ditemukan bahwa 50% atau lebih dari anak usia 4-5 tahun telah menunjukkan simptom gangguan perilaku eksternal yang dapat menjadi gangguan tetap. Fenomena seperti ini umum terjadi di banyak negara. Penelitian epidemiologi di beberapa negara seperti di Kanada, Queensland, dan Selandia Baru menunjukkan sekitar 5-7 % anak-anak mengalami gangguan perilaku. Di Indonesia sendiri, walau belum ada angka yang pasti, namun dari jumlah anak yang terlibat kejahatan hukum dan kenakalan maka dapat diprediksikan bahwa cukup banyak anak yang dikatakan mengalami gangguan perilaku.

Banyaknya jumlah anak yang mengalami gangguan perilaku maka perlu mendapat perhatian yang serius untuk segera diberikan intervensi yang tepat. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa gangguan perilaku ini berdampak sangat merugikan, tidak hanya bagi anak-anak dan remaja yang mengalami tetapi juga masyarakat. Meskipun anak dengan masalah perilaku tidak selalu menjadi dewasa yang anti sosial, namun sebagian besar dari mereka setelah dewasa cenderung terlibat tindakan kriminal dan mengembangkan perilaku antisosial, serta bermasalah dengan obat-obatan (Yanti 2005). Mereka juga cenderung memiliki masalah psikologis, sulit menyesuaikan diri dengan pendidikan dan pekerjaan, memiliki perkawinan

yang tidak stabil, resisten terhadap upaya penyembuhan, serta cenderung akan bersikap keras dalam mengasuh anak-anak yang pada akhirnya akan membuat anak-anak mereka mengalami gangguan perilaku juga (Carr A 2001).

Salah satu bentuk penyimpangan atau kelainan perilaku yang paling sering muncul pada masa awal anak-anak adalah gangguan perilaku menentang atau perilaku melawan atau oposisi³ dan biasanya akan semakin parah apabila tidak segera diberikan penanganan yang tepat (Lohey, *et.al.* 2005). Walaupun ada kesulitan yang dihadapi dalam proses assessment gangguan perilaku pada anak (Nevid J.S., Rathus S. A., Greene B 2005)⁴, tapi berdasarkan penelitian⁵ secara umum gangguan perilaku menentang khususnya (dari sampel non klinis) berkisar antara 6 sampai 10%. Sejalan

³ Gangguan perilaku menentang dalam istilah psikologi klinis disebut dengan *Oppositional Defiant Disorder*, termasuk kelompok dari gangguan *disruptive behavior* yang sering dirujuk kepada ahli klinis. Gangguan ini merupakan gangguan yang biasanya paling banyak ditemui pada masa anak-anak bahkan pada masa dewasa. (APA) Gangguan perilaku menentang (*Oppositional Deviant Disorders*) ditandai dengan adanya perilaku menentang dan melanggar aturan. Biasanya muncul dalam bentuk perilaku menolak mengikuti aturan dan otoritas dari orang dewasa seperti orangtua, guru, ataupun orang dewasa lainnya (APA).

⁴ (1) Kesulitan dalam definisi. Banyak hasil penelitian tentang psikopatologi anak menggunakan definisi masalah yang terlalu umum, tanpa memberikan definisi yang tepat dari gangguannya. Kelemahan dalam ketepatan dan definisi yang sfesifik akan menghambat penerapan intervensi yang paling cocok untuk masalahnya. (2) Kesulitan dalam mengontrol perbedaan usia. Banyak hasil penelitian anak yang memakai jarak populasi yang luas seperti usia anak antara 4 sampai 14 tahun, secara kuantitatif berbeda.(3) Kesulitan dalam mengontrol perbedaan jenis kelamin. Nevid. J. S., Rathus, S. A., Greene, B. (2005) *Psikologi Abnormal*. Edisi. Kelima. Jilid 2. Jakarta: Peberbit Airlangga.

⁵ Berdasarkan penelitian Sanders, Gooley dan Nicholson dalam Fraser. 2008

dengan hal tersebut penelitian lain (Yanti 2005) juga menyimpulkan bahwa perilaku menentang adalah sebuah masalah kesehatan masyarakat yang sangat besar berkisar antara 5 sampai 10% di alami anak-anak yang berusia antara 8 sampai 16 tahun. Masalah yang sama, ternyata juga di temukan di Australia (Yanti 2005) yang melaporkan bahwa dari tahun 1999-2003 anak-anak yang berusia 1 sampai 14 tahun dilaporkan mengalami gangguan perilaku menentang, namun untuk di Indonesia masih belum ada data spesifik mengenai berapa banyak persentase ataupun jumlah dari gangguan perilaku menentang khususnya yang di alami anak-anak. Dari BPS (Badan Pusat Statistik) hanya diketahui tentang jumlah kenakalan anak dengan permasalahan-permasalahan sosial yang terjadi di masyarakat bukan jumlah gangguan perilaku menentang secara khusus.

Gangguan perilaku menentang adalah jenis gangguan yang ditunjukkan dengan perilaku dan sikap yang tidak mau patuh pada perintah orang dewasa atau figur otoritas (Boesky D, Hersen M 2002). Gangguan perilaku adalah gangguan psikiatri yang memiliki dua karakteristik utama dalam wujud perilakunya yaitu agresivitas dan (kecenderungan) mengganggu oranglain atau mengacau (*disruptive behavior*). Hal ini juga di ikuti dengan pola-pola sikap, yaitu: tidak kooperatif, menentang atau membangkang, berprasangka atau menunjukkan sikap permusuhan kepada oranglain atau orang dewasa, tapi perilaku tidak termasuk dalam perilaku anti sosial.

Menurut DSM-IV adapun ciri-ciri dari gangguan perilaku menentang adalah sebagai berikut: cenderung bersikap atau berperilaku negative, sikap menentang dan menunjukkan ketidakpatuhan pada figur otoritas. Pola ini akan berlangsung kurang lebih

selama 6 bulan dan di ikuti dengan 4 gejala perilaku lainnya, yaitu sering kehilangan control, melawan tokoh otoritas, yang ditunjukkan dengan kecenderungan untuk berargumentasi dengan orangtua dan guru serta menolak mengikuti permintaan atau perintah aturan orang dewasa. Selain itu, mereka seringkali dengan sengaja mengganggu oranglain, mudah marah, sensitive atau mudah tersinggung, menyalahkan oranglain sebagai penyebab kesalahan atau perilaku buruk mereka, benci kepada oranglain atau dengki dan dendam pada oranglain. Gangguan ini biasanya dimulai sebelum usia 8 tahun dan berkembang secara bertahap selama beberapa bulan atau tahun, biasanya bermula di lingkungan rumah tetapi dapat meluas ke lingkungan lain seperti di sekolah. Selain itu, hambatan pada *perspective-taking*-nya menyebabkan mereka yang memiliki gangguan perilaku ini mudah sekali menyalahkan oranglain, mereka kesulitan memahami maksud dan perasaan oranglain.

Penanganan gangguan perilaku menentang tentu saja perlu dilakukan secara konsisten agar tidak semakin parah tingkat gangguan perilakunya tentunya dengan melibatkan berbagai pihak yang signifikan terhadap perkembangan anak. Beberapa faktor yang saling berinteraksi (Cartledge & Milburn, J.F. 1995) yang merupakan penyebab dari munculnya gangguan perilaku pada anak, faktor-faktor itu antara lain faktor individu seperti temperamen dan pengaruh hormonal, faktor keluarga seperti pola asuh dan stabilitas keluarga dan faktor lingkungan seperti kualitas hubungan dengan sebaya.

Model *Parent Management Training* dapat digunakan sebagai salah satu bentuk intervensi untuk mengatasi gangguan perilaku menentang pada anak. Pendekatan ini menarik karena

menggunakan orangtua untuk melakukan intervensi atau penanganan pada anak-anaknya. Anak yang mengalami masalah dengan perilakunya atau yang disebut memiliki gangguan perilakunya tentunya tidak boleh dipahami secara terpisah dari orangtuanya, karena anak dan orangtua merupakan suatu kesatuan. Dengan asumsi bahwa interaksi yang pertama dan paling lama terjadi adalah interaksi anak dengan orangtua, maka perlu dicermati kembali bagaimana orangtua selama ini telah menciptakan iklim psikologis dalam keluarga. Jika orangtua bisa memberikan sikap positif terhadap anak mereka dan mampu membangun hidup rumah tangga bahagia, serta mampu menetralkan sikap negatif anak, maka kesulitan dalam mengendalikan perilaku anak akan berkurang seiring dengan waktu. Hal inilah yang akan membuat anak memiliki sikap dan perilaku yang lebih baik (Blesky, Fish dan Isabella dalam Berk, 1997).

Selain itu juga, selama ini para terapis atau psikolog sering merasa kesulitan karena keterbatasan waktu dalam memberikan intervensi pada anak yang menderita gangguan perilaku. Maka melalui pendekatan *Parent Management Training* ini maka terapis meminjam tangan orangtua sebagai sosok terdekat dengan anak-anak mereka. Selain itu orangtua mempunyai waktu leluasa dibandingkan dengan terapis.

Parent Management Training diharapkan akan efektif dalam mengurangi gangguan perilaku menentang anak, karena asumsinya akan banyak masalah perilaku anak-anak mulai berkurang saat orangtua belajar lebih banyak tentang perkembangan anak tentunya dengan belajar strategi atau teknik-teknik mengatur perilaku anak secara efektif yang tentunya akan membantu para

orangtua menuntun anak-anak menjadi orang yang lebih bertanggung jawab dan kompeten.

Parent Management Training (PMT)

Parent Management Training pertama kali dikembangkan oleh Dr. Kazdin pada tahun 1960. Kazdin memberikan istilah pelatihan manajemen orang tua "*parent management training*" (PMT) sebuah pendekatan yang "sangat menjanjikan" di dalam treatment gangguan perilaku dan mencatat bahwa "tidak ada teknik lain untuk gangguan perilaku yang telah dipelajari dan yang paling sering menguji cobakan PMT"⁶.

Parent Management Training diciptakan sebagai sebuah program yang menggambarkan strategi terapeutik, di mana orangtua dilatih menggunakan keterampilan untuk memanejemen atau mengatur anak-anak mereka khususnya perilaku yang bermasalah dengan prinsip-prinsip teori belajar behavior dan teknik modifikasi perilaku.

Kadzin menemukan bahwa terdapat hubungan yang erat antara gangguan perkembangan tingkah laku dengan lingkungan terutama lingkungan rumah. Hal ini menandakan di dalam keluarga termasuk di dalamnya penanaman nilai-nilai berpengaruh terhadap perkembangan anak dan berkontribusi pada perilaku-perilaku anak di dalam lingkungan sosialnya.

Peranan orangtua khususnya dalam mengembangkan keterampilan sosial anak sangat besar pengaruhnya bagi perkembangan selanjutnya, orangtua lah yang dapat membantu anak dalam menyelesaikan tahapan tugas-tugas perkembangannya. Orangtua sebagai orang yang paling berpengaruh

⁶ Dr. Alan E. Kadzin adalah penemu dari *Parent Management Training*. Dalam bukunya *Parent Management Training For Conduct Disorder, Oppositional Defiant Disorder and Agresivve Children*.

terhadap perkembangan sosial anak diharapkan dapat membantu anak yang mengalami gangguan perilaku menentang khususnya untuk mengembangkan keterampilan sosial dalam upaya mengurangi gangguan perilakunya. Dalam *Parent Management Training* maka orangtua akan mempelajari keterampilan mengatur hal yang berkaitan dengan perilaku, yaitu manajemen anak-anak dengan lebih efektif.

Unsur-Unsur dasar dalam *Parent Management Training* mencakup:

- Penunjukan yang tepat dan label yang akurat tentang perilaku anak .
- Pemusatan kembali dari keasyikan (*preoccupation*) eksklusif dengan perilaku anti sosial kepada penekanan pada tujuan prososial.
- Mengikuti jejak (*tracking*) sehari-hari mengenai perilaku anak yang spesifik
- Pengaturan penguatan sosial yang terukur
- Penggunaan alternatif untuk hukuman fisik seperti, perhatian yang berbeda, respon yang merugikan (*ignoring*), beristirahat (*time-out*)
- Berkomunikasi secara efektif, misalnya perintah yang jelas, pujian yang tidak melemahkan.
- Belajar mengantisipasi dan memecahkan masalah -masalah baru.

Berikut unsur-unsur yang lain meliputi:

- Sesi *treatment* menyajikan peluang orangtua untuk melihat bagaimana teknik yang telah diterapkan, untuk penggunaan teknis secara praktis dan untuk meninjau ulang program perubahan perilaku itu di dalam suasana rumah
- Terapis atau trainer menggunakan pembelajaran *modeling*, *role-playing* dan latihan untuk menyampaikan bagaimana teknik-teknik itu di implementasikan

- Tujuan program yang segera adalah untuk membantu orangtua mengembangkan keterampilan spesifik. Orangtua mulai menerapkan keterampilan baru mereka untuk perilaku yang secara relative sederhana, mudah diamati, dan tidak terlibat atau dijera dengan interaksi-interaksi yang bersifat merangsang atau menjengkelkan.

- Sebagai kemajuan *treatment*, fokus bergerak kearah perilaku bermasalah

- Program yang dirancang secara berhati-hati untuk konsekuensi penguatan atau hukuman dan menentukan evaluasi ketika pekerjaan telah berlangsung

- Hal itu sangat esensial untuk menghasilkan sesuatu yang lebih baik. *Parent Management Training* harus menjadi efektif dan terapis lebih dulu harus memiliki keterampilan yang berhubungan dengan daya tahan orangtua, konflik pernikahan dan krisis keluarga.

- Terapis yang berpengalaman dan terlatih dengan baik adalah efektif dalam mempromosikan suatu hal yang positif.

Karakteristik *Parent Management Training*

Pada *Parent Management Training* memiliki karakteristik yang membedakan dengan pendekatan lain, meliputi:

- a. Memfokuskan langsung pada observasi tingkah laku sebagai simptom daripada usaha untuk mengetahui penyebab secara intrapsikis atau interpersonal.

- b. Dalam melakukan assesmen secara hati-hati dan menitikberatkan pada perilaku yang spesifik dan terlihat.

- c. Memperhatikan pada peningkatan (akselerasi) atau penurunan dari target perilaku melalui manipulasi eksternal kontingensi

selama pemberian penguatan secara langsung

d. Mengusahakan keterlibatan orangtua untuk melakukan pemantauan diri (*self monitoring*) dan perubahan diri (*self modifikasi*) pada *reinforcement contingency* mereka.

e. Menggunakan evaluasi empirik pada hasil intervensi terapeutik.

Parent Management Training adalah pendekatan yang menekankan pelatihan orangtua untuk mengatasi gangguan perilaku anak-anak, dengan teknik dan prinsip-prinsip modifikasi perilaku, sehingga memungkinkan mereka untuk mengaplikasikan di rumah mereka sendiri dengan memanfaatkan kontak keseharian mereka dengan anak-anak agar bisa bertindak sebagai agen perubahan yaitu perubahan perilaku yang diinginkan kepada anak.

Dalam *Parent Management Training* banyak menggunakan pendekatan behavioural, yang mempunyai asumsi dasar yang meliputi:

a. Semua tingkah laku, normal maupun abnormal merupakan hasil yang secara terus menerus diperoleh dari proses belajar

b. Gangguan perilaku dipelajari dari bentuk atau pola yang maladaptif dan tidak ada asumsi yang berkaitan dengan motif yang berasal dari dalam.

c. Tingkah laku maladaptif seperti itu merupakan manifestasi gangguan yang mendasar atau proses suatu penyakit.

d. Hal tersebut bukan merupakan sesuatu yang mendasar untuk menemukan situasi yang pasti atau bentuk kejadian yang menyebabkan gangguannya dipelajari.

e. Tingkah laku maladaptif merupakan hal yang dipelajari, dapat dihilangkan dan akan diperoleh bentuk tingkah laku yang baru.

f. Treatment yang dilakukan merupakan hasil penerapan dari praktek eksperimen pada ilmu-ilmu

psikologi dan sangat penting untuk mengembangkan metodologi yang tepat dan spesifik, evaluasi yang objektif dan mudah direplikasi.

g. Assesmen merupakan sebuah treatment yang efektif melalui evaluasi terus menerus pada teknik-tekniknya untuk diterapkan pada individu itu sendiri dan masalah-masalah yang spesifik.

h. Terapi tingkah laku mengkonsentrasikan pada masalah-masalah saat ini, dibandingkan untuk mengkonstruksi atau menggali ketidaksadaran pada hal-hal yang berkaitan dengan masa lalu. Terapis akan membantu untuk mengidentifikasi masalah dan stimuli lingkungan saat ini melalui penguatan perilaku yang tidak menyenangkan sehingga akan merubah perilakunya.

i. Treatment akan menghasilkan bentuk-bentuk perubahan perilaku yang dapat diukur.

j. Penelitian dan validasi ilmiah pada teknik-teknik terapeutik yang spesifik akan terus berlangsung bersama terapis tingkah laku.

Prosedur dalam Parent Management Training

Dalam intervensi ini trainer atau terapis bekerja dari suatu model belajar sosial dalam suatu struktur paradigma dengan orang tua untuk menengahi kembali penyimpangan keterampilan orang tua. Para orang tua dilatih untuk mendorong perilaku prososial dan menghilangkan perilaku menentang (antisocial) pada anak-anak mereka. Mungkin sama sederhananya dengan menginstruksikan orangtua bagaimana menjalankan peranan atau sikap yang konsisten dalam melakukan prosedur seperti bagaimana memberikan penguatan positif, atau teknik-teknik *time out* dan lain sebagainya.

Dalam program pelatihan ini akan dilakukan pertemuan sebanyak 4 kali

dengan rincian terdiri dari 10 sesi dan membutuhkan waktu 240 menit atau \pm 4 jam untuk setiap kali pertemuan dan tentunya dengan beberapa kali konseling di luar pertemuan dan tugas-tugas rumah yang akan di evaluasi kemudian. Program pelatihan ini dilakukan kepada orangtua dan akan dilakukan di rumah dan di sekolah. Pelatihan ini akan diberikan oleh seorang trainer yang memiliki pengetahuan khususnya tentang psikologi perkembangan anak (praktisis/ psikolog) serta mengetahui aspek-aspek penting yang berkaitan dengan gaya ataupun pola asuh yang diterapkan dalam keluarga tersebut kepada anak, sehingga prosedur dan teknik-teknik dapat diterapkan dengan baik oleh orangtua.

Program pelatihan sebagian besar diberikan dengan instruksi langsung oleh trainer atau terapis dalam bentuk tertulis, dalam bentuk verbal misalnya: ceramah atau diskusi. Dalam *Parent Management Training* ini, pertama kali orangtua akan belajar secara langsung dengan berpedoman pada buku bacaan (buku manual) yang diberikan oleh trainer atau terapis. Orangtua juga akan belajar untuk mengidentifikasi, menggambarkan, dan mengamati perilaku bermasalah dengan cara-cara yang baru misalnya : bagaimana proses dalam mengobservasi perilaku anak-anak dan kemudian mencatat perilaku tersebut, kemudian trainer atau terapis juga akan menunjukkan dengan tepat kepada orangtua perilaku spesifik yang ingin di rubah dan kemudian juga cara-cara bernegosiasi dengan anak-anak dan lain sebagainya, misalnya: bagaimana cara membuat kontrak perilaku orangtua dan anak yang dinegosiasikan bersama-sama, dimana kemudian hasil negosiasi itu melibatkan guru di sekolah.

Proses belajar dari *parent management training* ini disertai dengan

tayangan-tayangan visual contoh-contoh perilaku anak dan bagaimana menerapkan modifikasi perilaku melalui praktek secara langsung (roleplay dan modelling) tentang beberapa teknik-teknik modifikasi perilaku dalam prinsip-prinsip teori belajar (mis: teori belajar *operant conditioning* yaitu pemberian penguatan positif, hilangnya perlakuan khusus “ *loss of privileges*”, *reward*, *ignoring* hukuman dan penghapusan dan lain sebagainya).

Di tiap sesinya para orangtua juga kemudian diminta aktif untuk memberikan tanggapan dan juga memberikan pertanyaan. Di akhir trainer atau terapis kemudian menjelaskan tahapan-tahapan yang nantinya akan dipraktekkan orangtua selama pelatihan di rumah. Dalam pelatihan ini juga dibuat buku kontrol untuk orangtua sebagai laporan kepada terapis untuk mengecek perilaku anak-anak.

Kesimpulan

Gangguan perilaku menentang pada masa anak-anak dapat berlanjut pada perilaku delinkuensi (kenakalan) di usia remajanya, juga dapat secara bertahap menjadi gangguan perilaku lebih parah lagi (*conduct disorder*) bahkan kepribadian antisosial (*antisocial personality disorder*), karenanya intervensi perlu dilakukan sejak dini. Gangguan perilaku secara umum dapat ditangani lebih mudah dan lebih efektif pada anak yang lebih muda usianya daripada anak yang lebih tua usianya. Usaha preventif pada pada usia muda lebih memungkinkan untuk membatasi atau mencegah peningkatan loncatan perkembangan agresivitasnya.

Keberhasilan program intervensi *Parent Management Training* ini tergantung dari orangtua anak yang mengalami gangguan perilaku menentang. Keaktifan dalam bertanya, diskusi dan keterbukaan dalam

mengungkapkan pengalaman turut menunjang keberhasilan penerapan program intervensi *Parent Management Training* terhadap anak. Selain itu, orangtua diharapkan tetap konsisten dan melibatkan pasangan secara aktif dalam menerapkan program-program parent management training sehari-hari. Selain itu trainer atau terapis yang berpengalaman dan terlatih dengan baik juga akan lebih efektif dalam menghasilkan suatu hasil yang positif.

Referensi

- American Psychiatric Association. 1994. *Diagnostic and Statistical Manual of mental Disorder*. Washington, DC.
- Boesky, D.& Hersen, M. 2002. *Juvenile Offenders with Mental Health Disorders: Who Are They and What Do We Do With Them? Oppositional Defiant Disorder and Conduct Disorder* (36:60). Maryland: American Correctional Association.
- Carletedge, G. & Milburn, J.F. 1995. *Teaching Social Skill to Children And Youth. Innovative Approaches. Needham Heights*. A Division of Simon and Schuster, Inc.
- Carr, A. 2001. *Abnormal Psychology: Psychology Fokus*. East Sussex: Psychology Press.
- Ellen Harris Sholevar, M.D. 2003. *Parent Management Training*, dalam Sholevar, G. Pirooz dan Schwoeri, Linda D. *Family and Couples Therapy Clinical Applications*, p.403-414, Washington: American Psychiatric Publishing.
- Fahiroh, Siti Atiyyatul. 2012. *Gangguan Perilaku Masa Anak Dan Masa Remaja Dan Psikopat*. Di dalam Tesis.
- Hairina, Yulia. 2010. *Efektivitas Parent Management Training dalam meningkatkan Keterampilan Sosial Anak yang mengalami Gangguan Perilaku Oppositional Defiant Disorder*. Yogyakarta.
- Hunter, Paul. 1990. "Learning Disabilities: New Doubts, New Inquiries." *College English* 52 (92-97).
- Kazdin, Alan. 2005. *E. Parent Management Training: Treatment for Oppositional, Aggressive, and Antisocial Behavior in Children and Adolescents*. New York, Oxford University Press.
- Kazdin, Alan. 1988. *E. Child Psychoteraphy: Development and Identifying Effective Treatments*. New York: Guliford.
- Mahabbati, Aini. 2012. *Program Dukungan Perilaku Positif (DPP) untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak dengan Gangguan Perilaku pada Seting Sekolah*. UGM. Yogyakarta.
- Nathan, R. Harvey, R. and Hill, J. 2003. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 13, 106-120 2003 © Whurr Publishers Ltd.
- Nevid. J. S., Rathus, S. A., Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal*. Edisi Kelima. Jilid 2. Jakarta: Peberbit Airlangga.
- Ross, Alan, O . 1980. *Psychological Disorder of Children: A Behavioral Approach to Theory, Research, and Therapy*, New York: McGraw-Hill Book Company, p. 217-234.
- Smith, Robert, M. & Neiswort, John, T. 1985. *The Exceptional Child: A Functional Approach*, Chapter 9, p. 179- 193, New York: McGraw-Hill Book Company.
- Soendari, Tjutju. Makalah. 2011. *Pelatihan Managemen Bagi Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus (Parent Management Training)*. Website: http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/195602141980032.TJUTJU_SOENDARI/Laporan/Laporan_ab_Orang_Tua_ABK.pdf.