

PENINGKATAN KEMANDIRIAN MAKAN ANAK TUNAGRAHITA BERAT MELALUI LATIHAN MODIFIKASI PERILAKU

Familia Rada, Sekolah Tinggi Pastoral, Malang, Indonesia
Bernadeta Sri Jumilah, Sekolah Tinggi Pastoral, Malang, Indonesia

Corresponding Autor:

Name : Familia Rada
E-mail : radafamil185gmail.com

Article History:

Submit :

Revision :

Accepted :

Published:

semnas@stp-ipi.ac.id

Copyright © 2023 STP- IPI Malang

Abstract

This community service activity aims to improve the eating independence of children with severe intellectual disabilities through behavior modification-based self-help training. The training was conducted over six weeks at SLB Pelita Kasih Bandar Lampung using shaping, prompting, and fading techniques. The results showed a significant improvement from complete dependence to independence without assistance in the 12th session. Positive reinforcement effectively increased the children's motivation and focus. This activity contributes to the motor, emotional, and independence development of children with severe intellectual disabilities. It is recommended that this program be implemented continuously in other special schools with similar characteristics.

Keywords: independence, eating, behavioral modification, severe intellectual disability

Penulis Koresponden:

Nama :

Surel :

Histori Artikel:

Submit :

Revisi :

Diterima :

Terbit :

semnas@stp-ipi.ac.id

Copyright © 2023 STP- IPI Malang

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian makan anak tunagrahita berat melalui pelatihan bantu diri berbasis modifikasi perilaku. Pelatihan dilaksanakan selama enam minggu di SLB Pelita Kasih Bandar Lampung dengan teknik *shaping*, *prompting*, dan *fading*. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dari ketergantungan penuh menjadi mandiri tanpa bantuan pada sesi ke-12. Penguatan positif efektif meningkatkan motivasi dan fokus anak. Kegiatan ini berkontribusi pada perkembangan motorik, emosional, dan kemandirian anak tunagrahita berat. Disarankan agar program ini diterapkan secara berkelanjutan di sekolah luar biasa lain yang memiliki karakteristik serupa.

Kata Kunci: kemandirian, makan, modifikasi perilaku, tunagrahita berat

PENDAHULUAN

Anak tunagrahita berat merupakan individu yang memiliki kemampuan intelektual dibawa rata-rata dan mengalami hambatan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Kondisi ini berdampak pada keterlambatan dalam berbagai aspek perkembangan, termasuk

dalam keterampilan bantu diri (*self-help skills*), seperti makan, berpakaian, dan menjaga kebersihan diri (Heward, 2013). Keterbatasan dalam kemandirian makan menyebabkan anak tunagrahita berat sering kali bergantung penuh pada bantuan orang lain, baik dari orang tua maupun guru pendamping. Ketergantungan yang berkelanjutan ini dapat menghambat perkembangan kemampuan aktif anak, serta menurunkan rasa percaya diri mereka dalam berinteraksi dengan lingkungan (Hallahan, Kauffman, & Pullen, 2015).

Kemampuan makan secara mandiri merupakan bagian penting dari keterampilan bantu diri yang perlu dilatih sejak dini. Melalui pelatihan yang terstruktur dan sistematis, anak tunagrahita berat dapat dilatih untuk melakukan aktivitas makan secara mandiri sesuai dengan kemampuannya. Hal ini sejalan dengan teori belajar behavioristik yang dikemukakan oleh Skinner (1953), yang menekankan bahwa perilaku manusia dapat dibentuk melalui proses penguatan (*reinforcement*) terhadap perilaku yang diinginkan. Pendekatan ini juga didukung oleh Baer, Wolf, dan Risley (1968) yang menjelaskan bahwa perubahan perilaku yang diharapkan dapat dicapai melalui penerapan prinsip-prinsip *Applied Behavior Analysis* (ABA), yaitu dengan memberikan stimulus, penguatan positif, dan pengurangan bantuan (*fading*) (Baer et al., 1968). Dalam konteks pelatihan anak tunagrahita berat, metode modifikasi perilaku menjadi strategi yang efektif untuk mengembangkan kemampuan bantu diri, terutama kemandirian makan. (Untuk et al., 2015) dan pemberian penguatan positif, anak dapat belajar memegang sendok, menyendok makan, serta mengarahkan ke mulut secara mandiri (Sundel & Sundel, 2005). Kegiatan pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan adaptif anak tunagrahita berat serta memberikan kontribusi positif bagi orang tua dan pendidik dalam melatih kemandirian makan secara berkelanjutan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian makan anak tunagrahita berat melalui metode modifikasi perilaku, di SLB Pelita Kasih Bandar Lampung agar anak yang dilatih memiliki kemampuan makan secara mandiri demi mengurangi bantuan penuh dari orang lain.

METODE

Kegiatan pelatihan ini menggunakan metode modifikasi perilaku (*behavior modification method*). Metode ini didasarkan pada teori belajar behavioristik, yang menekankan bahwa perilaku baru dapat dibentuk melalui proses latihan bertahap dan pemberian penguatan positif terlebih lagi hal ini dilakukan pada seorang anak tunagrahita berat yang duduk dibangku kelas 2 C1 di SLB Pelita Kasih Bandar Lampung. Masa pelatihan juga dijalankan selama 12 sesi sebagaimana disesuaikan dengan anak yang memiliki kemampuan memahami dibawa rata-rata anak-anak pada umumnya. Dalam konteks pelatihan kemandirian makan pada anak tunagrahita berat, metode modifikasi perilaku diterapkan dengan cara memberikan pembelajaran secara bertahap (*shaping*), yaitu membentuk keterampilan makan mandiri mulai dari tahap sederhana hingga tahap yang lebih kompleks. Pada tahap awal, anak diberi bantuan fisik dan verbal (*prompting*) untuk memegang sendok, menyendok makanan, dan mengarahkan ke mulut. Setelah anak mulai mampu, bantuan dikurangi secara bertahap perlahan (*fading*), sehingga anak belajar melakukannya sendiri. Setiap keberhasilan anak, sekecil apapun, diberi penguatan positif (*positive reinforcement*) seperti pujian atau senyuman agar perilaku tersebut diulang kembali. Melalui latihan yang konsisten selama tiga bulan, anak menunjukkan peningkatan kemampuan makan mandiri,

dari yang sebelumnya masih belepotan menjadi lebih rapi dan teratur. Dengan demikian, metode modifikasi perilaku ini efektif dalam meningkatkan kemandirian anak tunagrahita berat melalui pelatihan aktivitas bantu diri (*self-help skills*). Sebagaimana merupakan perwujudan strategi pengabdian yang aplikatif dan efektif dalam meningkatkan kemandirian bantu diri.

PROSES KEGIATAN

Tahap Pra Pelaksanaan

Tahap persiapan merupakan bagian penting dalam pelatihan bantu diri makan karena menentukan efektivitas pelaksanaan kegiatan. Sebagai guru wali kelas 2 C1 di SLB Pelita Kasih Bandar Lampung, peneliti memiliki pemahaman mendalam mengenai karakteristik dan kebutuhan anak tunagrahita berat di kelas. Oleh karena itu, tahapan awal kegiatan difokuskan pada identifikasi kemampuan dasar dalam aktivitas makan.

Tahap Persiapan

Pertama, Peneliti melakukan observasi langsung terhadap perilaku makan anak dalam situasi sehari-hari di kelas dan pada jam makan. Pengamatan difokuskan pada kemampuan anak dalam memegang sendok, menyendok makanan, mengarahkan ke mulut, serta kemampuan motorik halus dan koordinasi tangan-mata. Data tersebut menjadi dasar dalam menentukan titik awal pembelajaran dan tingkat bantuan yang diperlukan oleh anak tunagrahita berat tersebut.

Kedua, berdasarkan hasil identifikasi, peneliti menggunakan alat dan bahan yang dimiliki oleh anak tunagrahita tersebut. Peralatan yang digunakan meliputi tempat bekal bersekat, sendok dengan ukuran dan pegangan khusus agar mudah digenggam, meja makan menggunakan meja kelas yang tingginya sudah disesuaikan dengan tinggi, serta celemek pelindung agar anak dapat belajar dengan nyaman. Jenis makanan yang digunakan memiliki tekstur lunak, mudah disendok, dan tidak mudah tumpah, atau lauk potong kecil, pemilihan alat dan bahan ini bertujuan untuk menciptakan kondisi latihan yang aman, menarik dan tidak menimbulkan frustrasi pada anak.

Ketiga, setelah alat dan bahan siap peneliti menyusun jadwal pelatihan yang dilaksanakan dua kali dalam seminggu dengan durasi setiap sesi 45 menit. Jadwal ini diatur agar tidak

mengganggu rutinitas belajar anak dan tetap mempertimbangkan waktu istirahat. Selain itu peneliti merancang bentuk penguatan positif (*positive reinforcement*) yang diberikan setiap kali anak menunjukkan perilaku yang diterapkan. Bentuk penguatan meliputi pujian verbal, senyuman tulus, dan tepukan tangan lembut, yang terbukti efektif dalam menumbuhkan motivasi dan memperkuat pembiasaan perilaku positif pada anak tunagrahita berat.

Dengan persiapan yang terencana dan kontekstual ini, pelatihan bantu diri makan diharapkan berjalan sistematis dan sesuai dengan kebutuhan individual anak, tahap persiapan ini sekaligus menjadi fondasi bagi pelaksanaan kegiatan berikutnya, yaitu tahap latihan bertahap dengan penerapan metode modifikasi perilaku secara konsisten di lingkungan belajar yang suport dan aman.

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan tahap utama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada pelatihan bantu diri makan bagi anak tunagrahita berat di kelas 2 C1 SLB Pelitah Kasih Bandar Lampung. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan dua kali dalam seminggu oleh guru kelas yang sekaligus berperan sebagai pelaksana kegiatan. Seluruh proses pelatihan dilakukan berdasarkan metode modifikasi perilaku (*behavior modification*) yang menekankan pembentukan perilaku baru melalui pelatihan bertahap dan pemberian penguatan positif.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pemberian pembelajaran bertahap (*shaping*), yaitu anak diajarkan keterampilan dasar makan secara bertahap. Pada tahap awal, guru memperkenalkan langkah sederhana, seperti memegang sendok dengan benar, menyendok makanan, hingga mengarahkan sendok ke mulut. Pembelajaran dilakukan berulang dengan memperhatikan tempo dan kemampuan anak, agar anak dapat memahami dan meniru gerakan dengan baik.

Tahap berikutnya adalah pemberian bantuan (*prompting*). Pada bagian ini, pelatih memberikan bantuan fisik dan verbal secara langsung untuk membantu anak mengikuti setiap gerakan dengan benar. Bantuan fisik berupa menuntun tangan anak saat memegang sendok atau menyendok makanan, sedangkan bantuan verbal diberikan melalui instruksi sederhana seperti "Ayo pegang sendoknya" atau "Dimasukan ke mulut". Pendampingan ini dilakukan secara intensif agar anak memahami keterkaitan gerakan dan tujuan makan yang benar.

Setelah anak menunjukkan tanda-tanda kemajuan dilanjutkan dengan pengurangan bantuan (*fading*). Pada tahap ini, intensitas bantuan fisik maupun verbal dikurangi secara bertahap agar anak mulai berlatih melakukan kegiatan makan secara mandiri. Pelatih hanya memberikan arahan seperlunya, sambil mengamati kemampuan anak dalam mempertahankan perilaku mandiri tersebut.

Tahap terakhir adalah pemberian penguatan positif (*positive reinforcement*). Setiap keberhasilan anak, sekecil apapun, diberi apresiasi berupa pujian, senyuman, atau kata-kata motivasi dari pelatih. Penguatan positif ini diberikan untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan memperkuat perilaku makan mandiri yang telah terbentuk. Melalui proses pembelajaran

yang konsisten dan penuh kesabaran ini, anak tunagrahita berat menunjukkan peningkatan kemampuan dalam melakukan aktivitas makan secara lebih mandiri dan teratur.

Tahap Pasca Pelaksanaan

Tahap pasca pelaksanaan merupakan tahap akhir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pada tahap ini, dilakukan beberapa kegiatan, antara lain:

Evaluasi

Tahap Evaluasi dilakukan dengan: 1) Melakukan observasi rutin terhadap perkembangan anak setiap minggu, 2) Mencatat peningkatan kemampuan makan mandiri, mulai dari ketetapan memegang sendok sehingga kerapian saat makan, 3) Memberikan penyesuaian strategi apabila ditemukan kesulitan atau hambatan selama proses latihan.

Pelaporan

Pada tahap pelaporan dilakukan pemeriksaan terhadap evaluasi, yang akan diberikan kepada pihak yang berhak mengambil tindak lanjut bagi anak tunagrahita berat tersebut seperti pihak sekolah. Isi laporannya adalah hasil perkembangan anak selama pelatihan tiga bulan, yang menunjukkan adanya peningkatan kemandirian dan kerapian dalam aktifitas makan.

HASIL KEGIATAN

Pelatihan kemandirian makan ini sudah dilaksanakan selama 3 bulan, sejak Maret hingga Mei 2025. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan anak, yang sebelum dilatih cara makannya masih tercecer karena kurangnya koordinasi antara tangan dan mata, sehingga anak menjadi mandiri dalam hal makan. Dalam kegiatan pelatihan ini, penulis membuat jadwal pelatihan per seminggu dengan perhitungan seminggu dua kali pelatihan yang dilaksanakan di ruang kelas C1 SLB Pelita Kasih Bandar Lampung.

Pada bagian ini diuraikan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pola penulisan hasil kegiatan, sama dengan pola penulisan yang diuraikan pada PROSES KEGIATAN.

Tabel 1. Jadwal dan Hasil Pelatihan Bantu Diri Makan Anak Tunagrahita Berat

<i>Har i/ ses i</i>	<i>Mingg u ke</i>	<i>Aspek keterampil an yang dilatih</i>	<i>Indikator Observasi</i>	<i>Skor kema m puan (1-5)</i>	<i>Bentuk bantua n</i>	<i>Respon/ Hasil anak</i>	<i>Keterangan Perkembang an</i>
--	------------------------------	--	--	---	--	---	---

1	1	Memegang sendok dan mengangkatnya	Anak mampu memegang sendok dengan posisi jari benar	2	Bantuan fisik total	Anak masih kaku dan butuh pegangan penuh	Tahap awal shaping
2	1	Memegang sendok dan mengangkatnya	Anak mencoba mengangkat sendok sendiri	2	Bantuan fisik dan verbal	Masih lemah tapi mulai berinisiatif	Tahap awal shaping
3	2	Menyendok makanan dengan bantuan penuh	Anak menyendok makanan dengan panduan tangan pendamping	3	Bantuan fisik penuh	Masih lemah tapi mulai berinisiatif	Respon terhadap pujian mulai muncul
4	2	Menyendok makanan tanpa bantuan penuh	Anak menyendok makanan dengan panduan tangan pendamping	3	Bantuan fisik sebagian	Gerakan mulai terarah meskipun masih tumpah	Awal proses fading
5	3	Menyendok dan makan secara berurutan	Anak mampu menyendok sebagian dengan sedikit bantuan fisik	3	Bantuan verbal	Gerakan lebih stabil	Perilaku positif meningkat
6	3	Mengunyah dan menelan mandiri	Anak mampu menyendok sebagian tanpa bantuan fisik	3	Bantuan verbal	Kadang salah arah, tapi antusias	Reinforcement sosial efektif
7	4	Makan ½ porsi tanpa bantuan	Anak mampu membawa sendok ke mulut dengan bantuan verbal	3	Bantuan verbal	Tumpahan berkurang	Progres konsisten
8	4	Makan ½ porsi tanpa bantuan	Anak mampu membawa sendok ke mulut dengan	3	Bantuan verbal	Sudah hafal urutan gerakan	Progres konsisten

			bantuan verbal				
9	5	Makan penuh tanpa bantuan	Anak mulai bisa membawa sendok ke mulut dengan tepat	4	Bantuan verbal ringan	Sudah mau makan sendiri	Target hampir tercapai
10	5	Makan penuh tanpa bantuan	Anak mampu membuat dua tahap berturut-turut	4	Bantuan verbal ringan	Gerakan lebih rapi	Perilaku stabil
11	6	Makan penuh dengan posisi duduk yang benar	Anak mampu menyelesaikan satu porsi dengan tetap menjaga posisi duduk selama makan	4	Tanpa bantuan	Makan mandiri sedikit tumpah	Perilaku stabil
12	6	Makan penuh dengan posisi duduk yang benar	Anak mampu makan rapi tanpa bantuan dan tanpa tumpah	5	Tidak ada bantuan	Sudah mandiri dan fokus	Tujuan pelatihan tercapai



Gambar 1. Pelatihan kemandirian makan anak tunagrahita berat

Pelatihan ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam aspek motorik halus, koordinasi tangan-mata, dan kepercayaan diri anak. Program ini terbukti efektif diterapkan secara konsisten di sekolah luar biasa dengan pendekatan individual.

PEMBAHASAN

(Tunagrahita, 2019). Proses perubahan perilaku ini memperlihatkan efektivitas penggunaan metode modifikasi perilaku (behavior modification) dalam konteks pembelajaran anak berkebutuhan khusus. Menurut Skinner (1953), perilaku manusia dapat dibentuk melalui proses belajar yang melibatkan stimulus dan penguatan (reinforcement). Dalam kegiatan ini, setiap keberhasilan anak diberi penguatan positif berupa pujian, senyuman, atau tepukan lembut sebagai bentuk social reinforcement. Pemberian penguatan positif terbukti memotivasi anak untuk mengulangi perilaku yang diharapkan pada sesi latihan berikutnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Sundel & Sundel (2005) bahwa reinforcement merupakan faktor penting dalam mempertahankan dan memperkuat perilaku baru yang telah dipelajari.

Selain itu, penggunaan teknik *shaping*, *prompting*, dan *fading* memberikan hasil yang efektif dalam meningkatkan kemampuan bantu diri anak. Pada tahap awal, anak tunagrahita berat diberi bantuan fisik penuh dalam memegang sendok dan menyendok makanan. Namun, seiring waktu, bantuan tersebut dikurangi secara bertahap hingga anak mampu melakukannya secara mandiri. Proses *fading* ini penting agar anak tidak bergantung pada pendamping dalam jangka panjang (Miltenberger, 2012). Perubahan perilaku positif yang muncul secara perlahan menunjukkan bahwa anak mulai memahami hubungan antara tindakan dan konsekuensinya, sebuah prinsip dasar dalam teori belajar behavioristik.

Peningkatan skor kemampuan yang dicatat dalam tabel hasil menunjukkan bahwa metode pelatihan berbasis modifikasi perilaku tidak hanya efektif dari segi keterampilan motorik, tetapi juga berdampak pada peningkatan *self-esteem* dan konsentrasi anak selama makan. Anak yang awalnya sering menolak atau mudah teralihkan, mulai menunjukkan minat dan fokus yang lebih baik selama proses pelatihan. Hal ini mendukung temuan Hallahan, Kauffman, & Pullen (2009) yang menyatakan bahwa anak tunagrahita berat dapat mengembangkan kemampuan adaptifnya apabila diberikan pembelajaran yang terstruktur, konsisten, dan berulang.

Secara praktis, hasil kegiatan ini memperlihatkan bahwa pelatihan bantu diri makan tidak hanya mengembangkan keterampilan dasar anak tunagrahita berat, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap aspek emosional dan sosial. Anak tampak lebih percaya diri, tidak mudah frustrasi, dan mampu menunjukkan ekspresi kebahagiaan setiap kali berhasil menyelesaikan tugas makan dengan baik. Somantri (2007) menjelaskan bahwa keberhasilan anak tunagrahita berat dalam aktivitas bantu diri merupakan indikator penting dari kemandirian sosial yang akan mempermudah mereka beradaptasi di lingkungan keluarga maupun sekolah.

Dengan demikian, metode modifikasi perilaku terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian anak tunagrahita berat melalui pelatihan bantu diri makan. Pendekatan ini dapat dijadikan model intervensi yang aplikatif bagi guru, orang tua, maupun pendamping anak tunagrahita berat. Pelaksanaan yang konsisten, penguatan positif yang tepat, serta evaluasi berkala menjadi kunci keberhasilan dalam proses pelatihan semacam ini.

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan bantu diri makan anak tunagrahita berat di SLB Pelita Kasih Bandar Lampung berhasil mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan kemandirian anak dalam aktivitas makan secara bertahap dan terukur. Melalui penerapan metode modifikasi perilaku (*Behavior Modification Method*) yang mencakup teknik *shaping*, *prompting*, *fading*, dan *positive reinforcement*, terjadi peningkatan signifikan pada kemampuan anak, dari tahap memegang sendok dengan bantuan penuh hingga mampu makan secara mandiri tanpa bantuan.

Progres yang ditunjukkan selama dua belas sesi pelatihan memperlihatkan perubahan positif tidak hanya pada keterampilan motorik, tetapi juga pada aspek emosional dan sosial anak, seperti peningkatan fokus, rasa percaya diri, serta respon positif terhadap penguatan sosial. Dengan demikian, metode modifikasi perilaku terbukti efektif dan aplikatif dalam mengembangkan kemandirian anak tunagrahita berat dalam konteks pelatihan bantu diri. Program ini direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan di sekolah luar biasa lain dengan dukungan guru dan orang tua agar kemandirian anak semakin optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah, dewan guru, serta seluruh tenaga kependidikan di SLB Pelita Kasih Bandar Lampung atas dukungan dan kerja sama yang telah diberikan selama proses pelaksanaan kegiatan pelatihan bantu diri makan bagi anak tunagrahita berat di kelas 2 C1, juga kepada orang tua peserta didik yang telah memberikan izin, dukungan moral, serta kesediaan untuk melanjutkan latihan di rumah sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan berkesinambungan.

Juga rasa syukur yang mendalam kepada Dosen Pembimbing yang dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan ketulusan hati telah membimbing penulis selama proses pelaksanaan kegiatan dan proses penyusunan artikel ini, kepada rekan-rekan sejawat yang senantiasa memberikan semangat, bantuan, serta dukungan moral sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga kerja sama dan dukungan dari berbagai pihak menjadi berkat serta motivasi untuk terus berkontribusi dalam peningkatan kualitas pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus. Semoga Kerjasama yang terjalin dapat terus berlanjut dalam upaya meningkatkan kualitas layanan pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus.

DAFTAR REFERENSI

Baer, D.M., Wolf, M.M., & Risley, T.R (1968). *some current dimensions of applied behavior analysis*. *journal of applied behavior analysis*, 1(1), 91-97.

Hallahan, D. E., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2013). *Exceptional Learners: An Introduction to Special Education: Pearson New International Edition*. Pearson Higher Ed.

Heward, W. L. (2013). *Exceptional Children: An introduction to special Education* (10th ed). Pearson.

Hallahan, D. P., Pullen, P. C., Kauffman, J. M., & Badar, J. (2020). Exceptional learners. In *Oxford research encyclopedia of education*.

Miltenberger, R. G. (1997). *Behavior modification: Principles and procedures*. Pacific Grove, CA:: Brooks/Cole Publishing Company.

Skinner, B. F. (1965). *Science and human behavior* (No. 92904). Simon and Schuster.

Somantri, S. (2006). Psikologi anak luar biasa. *Bandung: Refika Aditama*, 37.

Sundel, M., & Sundel, S. S. (2017). *Behavior change in the human services: Behavioral and cognitive principles and applications*. SAGE publications.

Baer, D. M., Wolf, M. M., & Risley, T. R. (1968). *SOME CURRENT DIMENSIONS OF APPLIED BEHAVIOR ANALYSIS ' I*, 91–97.

Tunagrahita, A. (2019). *No Title*. 9.

Untuk, S., Perilaku, M., Anak, S., & Ringan, K. I. (2015). *Jurnal psikologi tabularasa volume 10, no.2, oktober 2015: 236 – 247*_____.
10(2), 236–247.

PENERAPAN APA STYLE EDISI KE-7.

(Penjelasan dan contoh penerapan disajikan dengan jenis huruf berbeda)

PENULISAN KUTIPAN DALAM TEKS.

1. Kutipan Langsung (Sampai dengan 40 kata)

Misalnya mengambil sumber berupa buku yang ditulis oleh Antonius Sumantri pada tahun 2022, pada halaman 121:

Menurut Sumantri (2020), "kecemasan yang dialami seseorang dapat timbul akibat dari dorongan pemenuhan kebutuhan hidupnya" (p. 121). Atau Sumantri (2020) mengemukakan bahwa "kecemasan yang dialami seseorang timbul akibat adanya dorongan pemenuhan kebutuhan hidupnya" (p. 121)

2. Kutipan Langsung (Lebih dari 40 kata)

Bila sumber yang dikutip lebih 40 kata, misalnya dengan contoh sumber yang sama berupa buku yang ditulis oleh Antonius Sumantri pada tahun 2020, pada halaman 121:

Sumantri (2020) menyatakan bahwa:

Kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Selain itu kecemasan merupakan respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau datang tanpa ada penyebabnya yang bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Rasa cemas yang muncul dan berlebih akan berpengaruh terhadap kinerja dan dapat menurunkan motivasi dan rasa percaya diri (p. 121).

3. Parafrase (disarankan)

Parafrase merupakan pengutipan yang direkomendasikan untuk mengurangi tingkat similaritas (yang menjadi indikasi adanya plagiasi) yang terdeteksi oleh alat pendeteksi, namun tidak menghilangkan makna kutipan dari penulis asli, misalnya dari contoh sebelumnya:

Menurut Sumantri (2020), setiap individu akan mengalami kecemasan sebagai respon terhadap ancaman. Namun bila kecemasan terjadi secara berlebihan dapat berdampak negatif terhadap performance seseorang.

4. Pengutipan Sumber dari Satu Penulis

Dalam mengutip sumber dari penulis lain, selalu gunakanlah nama belakang tanpa menggunakan singkatan nama depan, lalu ikuti koma dan tahun terbit. Misalnya mengambil sumber yang ditulis tahun 2020 oleh Antonius Sumantri:

(Sumantri, 2020)

5. Pengutipan Sumber Dua Penulis

Bila terdapat dua penulis dalam satu sumber, tetap menggunakan nama belakang masing-masing dan pisahkan dengan simbol dan (&), lalu ikuti koma dan tahun terbit. Misalnya mensitasi tulisan di tahun 2020 oleh Antonius Sumantri dan Fitra Kurnia Mardigo:

(Sumantri & Mardigo, 2020)

6. Pengutipan Sumber dari Tiga atau lebih Penulis

Bila terdapat tiga penulis atau lebih dalam satu sumber, maka gunakan nama belakang dari penulis pertama diikuti oleh dkk (atau et.al), lalu ikuti koma dan tahun terbit. Misalnya

merujuk pada tulisan di tahun 2020 oleh Antonius Sumantri, Fitra Kurnia Mardigu, dan Antonia Umi Umlemlem:

(Sumantri, et al., 2020)

7. Pengutipan Sumber dari Institusi, Grup, atau Organisasi

Jika mengutip tulisan yang bersumber dari lembaga/institusi, grup, atau organisasi maka tulis nama institusi, grup, atau organisasi tersebut lalu diikuti koma dan tahun terbit. Sebagai catatan, ketika menuliskan kutipan tersebut untuk yang pertama kali, maka format penulisannya adalah nama lengkap institusi atau organisasi tersebut. Selanjutnya bila ada singkatan atau nama pendek dari institusi atau organisasi dimaksud, pengutipan yang kedua dan selanjutnya menggunakan nama singkatnya atau nama pendeknya. Sebagai contoh bila kita mengutip sumber yang berasal dari organisasi profesi psikologi di Indonesia yakni Himpunan Psikologi Indonesais (HIMPSI) di tahun 2019:

Organisasi profesi psikologi merupakan organisasi yang didirikan di Jakarta pada tanggal 11 Juli 1959 dengan nama Ikatan Sarjana Psikologi, disingkat ISPsi yang dikemudian hari berganti nama menjadi Himpunan Psikologi Indonesia, disingkat HIMPSI. (Himpunan Psikologi Indonesia, 2019). Organisasi ini merupakan wadah berhimpunnya profesional psikologi seperti Sarjana Psikologi, Magister Psikologi, Doktor Psikologi dan Psikolog (HIMPSI, 2019).

PENULISAN DAFTAR REFERENSI

Daftar referensi adalah daftar sumber kutipan yang dibutuhkan penulis dan pembaca untuk mendukung nilai *trust* dari setiap sumber yang dicantumkan pada tulisan atau artikel. Penulisan daftar referensi dilakukan secara alafabetis, yaitu mulai dari A-Z dari nama belakang penulis, dengan mengikuti contoh format penulisan sebelumnya. Perlu diperhatikan juga penulisan huruf besar kecil, huruf miring (*italic*), titik, dan koma.

1. Artikel Jurnal

Format penulisan untuk sumber dari artikel jurnal adalah: Penulis. (Tahun). Judul artikel jurnal (Sentence case). Nama Jurnal (Capital Each Word, *Italic*), Volume(Issue), Halaman DOI / URL Artikel Jurnal:

Subasno, Y. (2022). Gender awareness in children to fight stereotypes through education and Christian religion. *International Journal of Social Relevance & Concern*, 10(12), 16-24. <https://doi.org/10.26821/IJSRC.10.12.2022.101208>

2. Artikel Berita Online

Format penulisan untuk sumber dari artikel berita online adalah: Penulis. (Tahun, Bulan Tanggal). Judul artikel berita. Nama Kanal Berita Online. URL:

Mulia, B. (2020, February 20). Kepala BRIN sebut alat deteksi tsunami mati masih tahap riset. DetikNews. <https://news.detik.com/berita/d-6562522/kepala-brin-sebut-alat-deteksi-tsunami-mati-masih-tahap-riset>

3. Buku atau E-book

Format penulisan untuk sumber dari buku atau e-book adalah: Penulis. (Tahun). Judul buku (Edisi). Penerbit:

Kusumawanta, G.B. (2015). *Imam diosesan* (cetakan-1). Pohon Cahaya.

4. Buku dengan Editor Berbeda

Format penulisan referensi untuk buku dengan editor yang berbeda adalah: Penulis. (Tahun). Judul pada Chapter. Editor. Judul Buku (Halaman). Penerbit:

Wiwin. (2021). Solidaritas Alumni IPI di Masa Pandemi: Praktik Teologi Publik. In F.X. E. Armada Riyanto, CM. *Teologi Publik* (pp. 351-361). Kanisius.

5. Situs Website

Format penulisan referensi dari situs website adalah: Penulis (Tahun, Bulan Tanggal). Judul halaman artikel online. URL:

Rihardini, F. (2019, Februari 10). *Pastoral care di sekolah: Pengembalaan siswa demi peningkatan kesejahteraan dan kesehatan fisik, emosi, sosial, dan moral*. <https://www.kunzhong.sch.id/berita/pastoral-care-di-sekolah>