

## Peningkatkan Keterampilan Bina Diri Melalui Teknik *Shaping* pada Siswa Tunagrahita Ringan

Ivo Anggraini<sup>1</sup>, Marlina<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup>universitas negeri padang, indonesia,  
Email: ivoanggraini5@gmail.com

### Kata kunci:

Bina diri, teknik *shaping*, tunagrahita ringan.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses meningkatkan keterampilan bina diri dengan teknik *shaping* dan untuk membuktikan bahwa teknik *shaping* dapat meningkatkan keterampilan bina diri tunagrahita kelas V di SLB Negeri 2 Pariaman. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian ini adalah guru kelas V/C. Penelitian ini berkolaborasi dengan guru kelas dan peneliti sebagai pelaksana. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. Masing-masing siklus terdiri dari empat kali pertemuan. Data keterampilan bina diri diperoleh melalui observasi, tes dan catatan lapangan. Setelah diberikan perlakuan pada siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa teknik *shaping* dapat meningkatkan keterampilan bina diri siswa tunagrahita ringan kelas V di SLB Negeri 2 Pariaman.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License. This license lets others remix, tweak, and build upon your work even for commercial purposes, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms ©2018 by author and Universitas Negeri Padang.

### Pendahuluan

Pendidikan bina diri adalah pendidikan yang diberikan kepada siswa berkebutuhan khusus dalam melakukan kegiatan sehari-hari yang bertujuan agar siswa dapat mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain. Siswa tunagrahita dengan rendahnya tingkat kecerdasan yang dimilikinya mengakibatkan mereka tidak mampu mengurus diri mereka yang berkaitan dengan aktivitas hidup sehari-hari. Aktifitas hidup sehari-hari ini meliputi kegiatan mandi, makan, minum, berpakaian, menggunakan toilet, menggosok gigi dan kegiatan merawat diri lainnya (Wantah, 2007). Dengan ketidakmampuan siswa tunagrahita dalam mengurus dan merawat diri tak jarang ditemui kondisi mereka terkesan jorok dan bau, sehingga masyarakat masih banyak yang belum bisa menerima kehadiran mereka dengan baik (Basuni, 2012). Secara umum pendidikan bina diri bertujuan agar siswa tunagrahita tidak lagi bergantung kepada orang lain dalam mengurus, merawat dan menolong dirinya. Tujuan khusus bina diri bagi anak tunagrahita adalah mengembangkan kemampuan siswa tunagrahita ringan dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari mulai dari merawat diri, mengurus diri, menolong diri, serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan sosial anak tunagrahita (Aulia, 2017).

Dalam kurikulum Sekolah Luar Biasa pelajaran bina diri ini terdapat dalam mata pelajaran program khusus. Dengan bimbingan khusus yang diberikan siswa tunagrahita ringan dapat mengembangkan kemampuan yang masih mereka miliki sehingga ketergantungan siswa tunagrahita ringan dapat dikurangi atau dihilangkan (Saptunar, 2012). Program keterampilan bina diri terdiri atas tujuh aspek yang pertama keterampilan merawat diri, mengurus diri, menolong diri dan selanjutnya yaitu keterampilan berkomunikasi, bersosialisasi, keterampilan hidup sehari-hari dan mengisi waktu luang (Gemida, 2016).

Dari ketujuh ruang lingkup bina diri yang telah disebutkan diatas keterampilan bina diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keterampilan dalam menolong diri. Keterampilan menolong diri

adalah pelajaran yang berkaitan dengan kegiatan yang biasa dilakukan untuk mengatasi berbagai masalah dalam kehidupan sehari-hari. Aktifitas yang dimaksud adalah berbagai pekerjaan sehari-hari di rumah yaitu memasak sederhana, menyapu, mencuci pakaian, menyetrika pakaian (Apriyanto, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di kelas V/C SLB Negeri 2 Pariaman yang terdiri dari 1 orang siswa berinisial A. Pada saat pelajaran bina diri menyetrika baju kemeja, guru tidak mencontohkan terlebih dahulu bagaimana langkah-langkah dalam menyetrika baju. Namun guru langsung saja memberikan perintah kepada siswa untuk melakukan langkah-langkah dalam menyetrika baju. Jika siswa tidak bisa atau kesulitan melakukannya guru langsung memperbaiki hasil pekerjaan yang telah dilakukan oleh siswa. Kemudian guru langsung melanjutkan pelajaran menyetrika baju ke langkah berikutnya, tanpa meminta siswa untuk mengulang kembali langkah yang belum dikuasai oleh siswa.

Selain itu pada saat siswa mengerjakan langkah-langkah kegiatan menyetrika baju, guru kurang memperhatikan bagaimana cara siswa dalam mengerjakannya. Seperti pada saat siswa menggosok tangan baju guru tidak memperhatikan apakah siswa mengerjakannya sudah rapi atau belum. Guru juga kurang memperhatikan arah setrika pada saat siswa menyetrika baju. Ketika siswa telah berhasil melakukan satu langkah kegiatan menyetrika guru terkadang kurang memberikan penguatan berupa pujian atau *reward* terhadap setiap langkah yang berhasil dilakukan siswa.

Sehingga pada saat proses pembelajaran berlangsung siswa terlihat kurang bersemangat dan menunjukkan kegiatan yang dilakukan dengan asal-asalan saja. Dengan materi tentang pelajaran bina diri yang selalu berganti setiap minggunya mengakibatkan siswa yang masih belum bisa menyetrika baju harus berganti dengan pelajaran yang selanjutnya.

Berdasarkan hasil asesmen keterampilan menyetrika baju siswa berada dibawah nilai standar yang peneliti tetapkan yaitu 50%. Dari hasil asesmen siswa hanya memperoleh nilai kemampuan menyetrika baju hanya 25%. Asesmen ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang nantinya akan digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk merencanakan program pembelajaran bagi siswa (Marlina, 2015)..

Ada banyak teknik yang digunakan dalam meningkatkan keterampilan bina diri bagi siswa tunagrahita ringan seperti stimulus fading, forward and backward chaining, rewarding or positive reinforcement, modeling and shaping (Kaur & Kumar, 2015). Dalam pelajaran bina diri menyetrika baju kemeja, penyampaian materi pembelajaran diberikan mengacu pada karakteristik siswa tunagrahita ringan yaitu materi pelajaran diberikan dengan membagi beberapa tahapan kegiatan menjadi beberapa langkah kecil agar siswa tunagrahita ringan dapat dengan mudah mengikutinya. Hal ini dikarenakan dengan rendahnya tingkat kecerdasan yang dimilikinya, siswa tunagrahita ringan kurang mampu menerima beberapa perintah secara bersamaan. Dari beberapa teknik tersebut peneliti menggunakan teknik *shaping* dalam meningkatkan keterampilan bina diri (menyetrika baju kemeja) pada siswa tunagrahita ringan.

Teknik *shaping* merupakan salah satu teknik yang digunakan oleh seorang guru dalam mengajarkan pembelajaran bina diri kepada siswa tunagrahita ringan untuk mengurangi perilakunya yang selalu bergantung kepada orang lain disekitarnya dalam hal mengurus dirinya yang bersifat pribadi. Menurut (Dewi, 2016) teknik *shaping* adalah suatu teknik yang dilakukan untuk mencapai tujuan akhir atau perilaku yang diharapkan dengan cara memecah tahapan yang dipelajari menjadi langkah-langkah yang lebih kecil, yang disertai dengan adanya pemberian penguatan disetiap tahapan yang berhasil dikuasai oleh siswa. Sedangkan (Faz, 2015) berpendapat bahwa *shaping* merupakan sebuah prosedur yang dilakukan untuk membentuk suatu pola perilaku yang belum pernah dimunculkan. Jadi dapat disimpulkan bahwa teknik *shaping* adalah prosedur yang digunakan dalam mencapai perilaku sasaran dilakukan dengan membagi setiap tahapan kegiatan yang dimulai dari tahap yang

mudah ke tahap yang lebih sulit dengan adanya pemberian penguatan untuk setiap perilaku yang muncul.

Menurut (Gutbrod, 2014) Penerapan teknik *shaping* dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu menentukan perilaku akhir yang diinginkan atau *target behavior*, menentukan tingkah laku awal yang dimiliki oleh anak atau *baseline*, menentukan langkah-langkah pembentukan perilaku atau *task analysis*, mulai memperbaiki perilaku.

## Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas. Metode pengumpulan data yaitu dengan menggunakan observasi, studi dokumentasi dan tes. Observasi dilakukan dengan berpedoman kepada cacatan lapangan dan instrument observasi. Studi dokumentasi berupa photo atau video yang dilakukan setiap pembelajaran bina diri (menyetrika baju kemeja). Sedangkan tes yang dilakukan berupa tes lisan dan tes perbuatan. Tes lisan dilakukan dengan melakukan tanya jawab untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa terhadap kegiatan menyetrika baju kemeja. Dan perbuatan digunakan untuk mengukur bagaimana keterampilan siswa dalam menyetrika baju kemeja. Subjek penelitian ini adalah guru kelas V/C. Penelitian ini berkolaborasi dengan guru kelas dan peneliti sebagai pelaksana. Penelitian ini dilakukan di kelas V/C SLB Negeri 2 Pariaman yang dilaksanakan pada jam pelajaran bina diri.

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

### Hasil

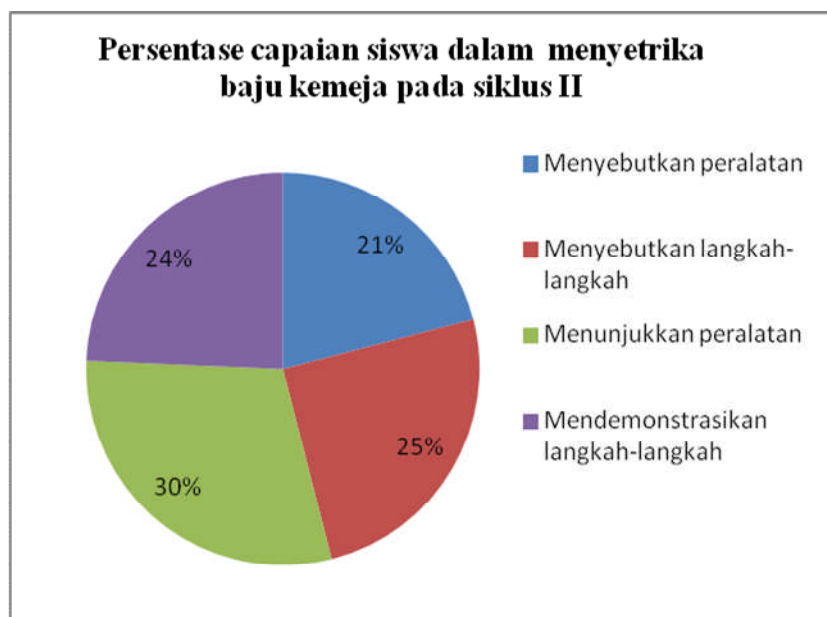
Adapun proses pembelajaran menyetrika baju kemeja menggunakan teknik *shaping* yaitu, pada kegiatan awal pembelajaran peneliti melakukan kegiatan apersepsi, mengajak siswa berdoa sebelum belajar dan menjelaskan tujuan serta manfaat dari menyetrika baju. Kemudian pada kegiatan inti proses pembelajaran dilakukan dengan cara peneliti terlebih dahulu menjelaskan peralatan yang digunakan dalam menyetrika baju. Peneliti juga melakukan tanya jawab dengan siswa tentang apa saja langkah-langkah yang kita lakukan pada saat menyetrika baju kemeja. Selanjutnya pada tahap mempraktekkan langkah-langkah menyetrika baju kemeja peneliti terlebih dahulu mencontohkan langkah-langkah menyetrika baju kemeja mulai dari langkah awal sampai langkah terakhir. Setelah peneliti mencontohkan satu langkah kegiatan menyetrika baju, siswa selanjutnya diminta untuk mengulang kembali langkah tersebut. Kemudian jika siswa tidak berhasil melakukannya dengan benar atau tidak sesuai dengan yang telah dicontohkan sebelumnya, peneliti kemudian mengulang kembali mencontohkan langkah tersebut sampai siswa berhasil melakukannya dengan benar. Jika siswa telah berhasil melakukan satu langkah yang telah dicontohkan maka peneliti memberikan *reward* kepada siswa berupa pujian, mengacungkan jempol dan melakukan tos dengan siswa.

Berdasarkan analisis data diagram menunjukkan bahwa teknik *shaping* dalam pelaksanaan pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan menyetrika baju kemeja siswa tunagrahita ringan. Pada siklus I nilai yang diperoleh oleh siswa aspek menyebutkan peralatan yang digunakan dalam menyetrika siswa memperoleh nilai 56%, dalam aspek menunjukkan peralatan yang digunakan dalam menyetrika siswa memperoleh nilai 20%, dalam aspek menunjukkan peralatan menyetrika baju siswa memperoleh nilai 63% dan dalam aspek mendemonstrasikan langkah-langkah kegiatan menyetrika baju siswa memperoleh nilai 55%. Gambaran peningkatan kemampuan menyetrika baju kemeja pada siswa tunagrahita ringan pada siklus I dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 1. Grafik persentase capaian siswa tunagrahita ringan dalam menyetrika baju kemeja melalui teknik *shaping*

Grafik di atas menunjukkan bahwa nilai siswa mengalami peningkatan setelah diberikan tindakan melalui teknik *shaping*. Meskipun nilai yang diperoleh belum maksimal. Oleh karena itu peneliti dan kolaborator sepakat untuk melanjutkan pada siklus II. Pada siklus II nilai yang diperoleh siswa dalam menyetrika baju kemeja aspek menyebutkan peralatan yang digunakan dalam menyetrika siswa memperoleh nilai 63%, dalam aspek menunjukkan peralatan yang digunakan dalam menyetrika siswa memperoleh nilai 75%, dalam aspek menunjukkan peralatan menyetrika baju siswa memperoleh nilai 89% dan dalam aspek mendemonstrasikan langkah-langkah kegiatan menyetrika baju siswa memperoleh nilai 73%. Gambaran peningkatan kemampuan menyetrika baju kemeja pada siswa tunagrahita ringan pada siklus II dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 2. Grafik persentase capaian siswa tunagrahita ringan dalam menyetrika baju kemeja melalui teknik *shaping*

Dari hasil yang diperoleh di atas dapat diketahui nilai siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Meskipun siswa masih memerlukan bimbingan dari peneliti. Berdasarkan perolehan nilai yang didapatkan dari siklus satu dan siklus dua. Maka dapat dikatakan penggunaan teknik *shaping* dalam meningkatkan keterampilan bina diri (menyetrika baju kemeja) siswa tunagrahita ringan mengalami peningkatan. Berdasarkan kesepakatan peneliti dan kolaborator pelaksanaan tindakan dihentikan pada siklus II ini.

### **Pembahasan**

Setelah dilakukan tindakan dengan menggunakan teknik *shaping* untuk meningkatkan keterampilan menyetrika baju kemeja pada siswa tunagrahita ringan, siswa terlihat dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Siswa juga dapat melakukan langkah-langkah kegiatan menyetrika baju kemeja yang peneliti contohkan. Hal ini sejalan dengan langkah-langkah perbaikan tingkah laku menggunakan teknik *shaping* menurut Hardiyanti, AM, Huda (2017) yaitu setiap langkah kegiatan dimulai dengan langkah-langkah yang kecil. Jika langkah yang sudah dicapai hilang, maka pengulangan dimulai dari langkah dari awal. Sehingga dengan menggunakan teknik *shaping* ini keterampilan menyetrika baju kemeja siswa mengalami peningkatan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Kaur & Kumar, 2015) bahwa teknik *shaping* merupakan teknik yang dapat digunakan untuk mengajarkan berbagai keterampilan, termasuk keterampilan dalam menyetrika baju kemeja.

Berdasarkan hasil penelitian, pada siklus I keterampilan siswa dalam menyetrika baju kemeja mengalami peningkatan setelah diberikan tindakan menggunakan teknik *shaping*, namun masih belum maksimal. Hal ini dikarenakan masih terdapat beberapa kekurangan yaitu siswa dalam menyetrika baju terkadang masih sering lupa terhadap langkah-langkah dalam menyetrika baju. Hasil setrikaan pun masih belum rapi. Kemudian setelah pemberian tindakan dilanjutkan pada siklus II nilai siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Meskipun siswa masih memerlukan bimbingan dari peneliti. Keterampilan bina diri khususnya menyetrika sangat penting diberikan kepada siswa tunagrahita, agar siswa mampu untuk berpenampilan rapi dan bersih dengan mandiri tanpa bantuan dari orang lain.

### **Kesimpulan**

Dalam melaksanakan pembelajaran bina diri menyetrika baju kemeja ini peneliti melakukan tindakan dengan cara melakukan tanya jawab dengan siswa tentang peralatan yang digunakan dalam menyetrika baju kemeja, dan apa manfaat dan tujuan kita menyetrika baju. Selain itu peneliti juga terlebih dahulu mencontohkan langkah-langkah menyetrika baju kemeja mulai dari langkah yang pertama. Kemudian siswa diminta untuk mengulangi kegiatan yang peneliti lakukan hingga pada langkah yang terakhir. Pada saat siswa berhasil melakukan satu langkah yang peneliti contohkan, peneliti kemudian memberikan pujian dan tepuk tangan kepada siswa. Dan apabila siswa tidak bisa melakukan satu kegiatan yang peneliti lakukan, peneliti kemudian mencontohkan kembali kegiatan tersebut sampai siswa berhasil melakukannya.

Selanjutnya setelah dilakukan tindakan dengan menggunakan *shaping* pada siklus I keterampilan siswa dalam menyetrika baju kemeja mengalami peningkatan namun masih belum maksimal. Kemudian setelah pemberian tindakan dilanjutkan pada siklus II nilai siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Meskipun siswa masih memerlukan bimbingan dari peneliti.

### **Daftar Rujukan**

Apriyanto, Nunung. (2015). *Seluk Beluk Tunagrahita Dan Strategi Pembelajarannya*. Yogyakarta: Javalitera

- Basuni, M. (2012). Pembelajaran Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan Khusus, IX*, 12–22.
- Dewi, Shofa Yunne Nisrina. (2016). *Efektivitas Penggunaan Strategi Shaping Terhadap Pembelajaran Keterampilan Mengukur Tekanan Udara Ban Pada Anak Tunagrahita Kategori Ringan Kelas Viii Di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Sleman*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hardiyanti, G., AM, M. S., & Abdul, H. (2017). The Effect of Shaping Technic toward the Ability of Wearing T-Shirt for Child with Intellectual Disability ( Pengaruh Teknik Shaping Terhadap Kemampuan Memakai Kemeja Anak Tunagrahita ). *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan Luar Biasa, 4*(1), 56–62. Retrieved from <http://journal.um.ac.id/index.php/jppplb/article/view/8224>
- Gemida, D. (2016). *Modul Guru Pembelajar*. Bandung: Pusat Pengembangan dan Pemberdayaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Taman Kanak-Kanak dan Pendidikan Luar Biasa, Direktorat Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Gutbrod, T. (2014). *Evaluating the Efficacy of Shaping with a Percentile Schedule of Reinforcement to Increase Duration of Sustained interaction in Children Diagnosed with Autism*. ProQuest Dissertations and Theses. University of South Florida Major. Retrieved from [http://proxy.bc.edu/login?url=http://search.proquest.com/docview/1566656365?accountid=9673%5Cnhttp://bcprimo.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/BCL/services\\_page??url\\_ver=Z39.88-2004&rft\\_val\\_fmt=info:ofi/fmt:kev:mtx:dissertation&genre=dissertations+%26+theses](http://proxy.bc.edu/login?url=http://search.proquest.com/docview/1566656365?accountid=9673%5Cnhttp://bcprimo.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/BCL/services_page??url_ver=Z39.88-2004&rft_val_fmt=info:ofi/fmt:kev:mtx:dissertation&genre=dissertations+%26+theses)
- Kaur, G., & Kumar, M. (2015). Effect of Stimulus Shaping & Prompting in Developing Dressing Skills in Trainable Mentally Challenged Children among Age Group of 6-12 Years. *International Journal of Science and Research (IJSR), 4*(9), 2013–2016.
- Marlina, M. (2015). Asesmen Anak Berkebutuhan Khusus: Pendekatan Psikoedukasional Edisi Revisi.
- Saptunar. (2012). Meningkatkan Keterampilan Menyetrika Pakaian Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus, 1*(1), 102–112.
- Wantah. M J (2007). *Pengembangan kemandirian anak tunagrahita mampu latih*. Jakarta: Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.