

## **PENGARUH TEKNIK *SHAPING* DENGAN *POSITIVE REINFORCEMENT* TERHADAP KECEMASAN BERPISAH PADA ANAK**

Michelle Natasha Lois<sup>1</sup>, I Wayan Sujana<sup>2</sup>, Luh Ayu Tirtayani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Singaraja, Indonesia

e-mail: [marumawir@gmail.com](mailto:marumawir@gmail.com)<sup>1</sup>, [sujanawyn59@gmail.com](mailto:sujanawyn59@gmail.com)<sup>2</sup>, [ayu.tirtayani@gmail.com](mailto:ayu.tirtayani@gmail.com)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* terhadap kecemasan berpisah anak pada seting kelas. Kecemasan berpisah yang dialami oleh anak terhadap figur lekat memiliki dampak yang negatif terhadap interaksi sosial serta keterlibatan anak saat proses pembelajaran di kelas berlangsung. Dampak negatif ini dikhawatirkan semakin meningkat jika kecemasan berpisah anak tidak mendapat penanganan yang tepat. Teknik berperilaku terbukti efektif pada kasus anak dengan kecemasan berpisah. Oleh sebab itu teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* diterapkan dalam penelitian ini sebagai bentuk intervensi terhadap kecemasan berpisah anak. Penelitian eksperimen kasus tunggal ini menggunakan desain A-B dimana A adalah fase *baseline* atau fase tanpa penerapan teknik dan B adalah fase intervensi atau fase penerapan teknik. Pengumpulan data dilaksanakan dengan metode observasi dan wawancara. Data kuantitatif dianalisis secara visual (*visual inspection*), sedangkan data kualitatif dipaparkan secara deskriptif. Hasil analisis menunjukkan bahwa teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* pada seting kelas memiliki pengaruh dalam kecemasan berpisah anak, ditunjukkan dengan menurunnya gejala kecemasan berpisah serta meningkatnya kemandirian anak di dalam kelas.

**Kata-kata kunci:** kecemasan berpisah, *positive reinforcement*, teknik *shaping*

### **Abstract**

The aim of this study was to determine the effect of shaping technique with positive reinforcement toward the anxiety of child's separation in classroom setting. Separation anxiety negatively impact child's social interaction and his classroom learning activities. This negative impact could increase if the anxiety aren't handled appropriately. Behavioral technique has been proven effective in handling child with separation anxiety. Therefore, this study involved behavioral technique called shaping with positive reinforcement as an intervention to child with separation anxiety. This single case experimental study used A-B design, the A phase involved baseline observations of the natural frequency and the B was the intervention phase where the technique applied. Quantitative data were analyzed visually (*visual inspection*) using inter-condition and between condition analysis, also the qualitative data were presented in narrative form. The result of the study showed that shaping with positive reinforcement technique have an influence to child with separation anxiety, indicated by the decreasing of separation anxiety's symptoms and the increasing of child's autonomy in classroom.

**Keywords:** positive reinforcement, separation anxiety, shaping technique

## PENDAHULUAN

Salah satu pengalaman yang dialami anak saat mulai bersekolah adalah perpisahan anak dalam waktu yang cukup lama dengan orangtua untuk mengikuti kegiatan pembelajaran di dalam kelas. Perpisahan ini dapat memunculkan rasa cemas pada anak. Namun, munculnya rasa cemas tersebut adalah hal yang wajar terjadi pada masa awal sekolah. Permasalahan muncul ketika kecemasan yang dialami anak masih muncul setelah melewati masa adaptasi yaitu empat minggu pertama pembelajaran di kelas. Hal tersebut seringkali menjadi alasan munculnya penolakan anak untuk pergi ke sekolah (Dabkowska, 2011) serta reaksi lainnya seperti meminta figur lekat untuk menemani di dalam kelas, menolak dengan menarik atau bahkan menangis apabila figur lekat akan pergi keluar kelas. Anak yang mengalami kecemasan berpisah senantiasa memiliki kebutuhan untuk bersama dengan figur lekatnya untuk menerima cinta dan mendapat dukungan atas aktivitas yang dilakukannya, sehingga ketidakhadiran figur lekat akan membuat anak menjadi defensif serta mengurangi keterlibatan anak dalam pembelajaran di dalam kelas saat anak bersekolah (Hasanah, 2013).

Keterlibatan yang rendah dalam proses pembelajaran di kelas yang disebabkan oleh kecemasan berpisah tentu akan berdampak negatif bagi pendidikan anak sehingga perilaku tersebut harus diatasi dan ditangani sesegera mungkin. Intervensi berupa teknik keperilakuan merupakan bentuk penanganan yang dinilai efektif terhadap kasus anak dengan kecemasan berpisah.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada kelompok B1 di TK Ganesha Denpasar Selatan, terdapat satu anak yang mengalami kecemasan berpisah dengan figur lekat (ibu). Sebagai akibat dari kecemasan berpisah tersebut, anak memiliki keterlibatan yang rendah di dalam kelas dengan menghindari tugas-tugas yang diberikan oleh guru, menolak ditinggalkan oleh figur lekat, menangis dengan kencang, meronta-ronta serta berusaha memanggil kembali figur lekat untuk masuk ke dalam kelas jika figur lekat

keluar. Selain itu, jika anak ditemani oleh figur lekat di dalam kelas, posisi duduk ibu harus tepat berada di samping tempat duduk anak. Anak juga menunjukkan ketidakmandirian saat mengerjakan tugas karena selalu bertanya dan meminta persetujuan kepada figur lekat.

Berdasarkan kasus yang ditangani, maka teknik *shaping* dipilih sebagai teknik yang digunakan untuk mengatasi kecemasan berpisah pada anak. *Shaping* merupakan salah satu teknik dalam membentuk perilaku dengan cara memberikan penguat secara sistematis dan langsung setiap kali tingkah laku ditampilkan (Komalasari, 2014), sementara Martin dan Pear (2015) mendefinisikan *shaping* sebagai pengembangan sebuah perilaku operan baru lewat penguatan aproksimasi suksesif perilaku tersebut dan pemunahan aproksimasi sebelumnya terhadap perilaku tersebut sampai perilaku target yang baru muncul. Dapat disimpulkan bahwa *shaping* merupakan pembentukan perilaku baru dengan cara memberi penguat secara sistematis atau bertahap jika telah muncul perilaku-perilaku yang menyerupai (aproksimasi suksesif) perilaku yang diinginkan (*target behavior*). *Shaping* diterapkan secara bertahap karena perilaku memiliki tingkatan kejadian, sehingga tidak mungkin untuk meningkatkan atau membentuk suatu perilaku seorang individu hanya dengan menunggu sampai perilaku target terjadi dan kemudian baru diberi penguat.

Terdapat dua jenis *shaping* untuk membentuk sebuah respons atau perilaku, yaitu *external shaping* dan *internal shaping/ autoshaping*. *External shaping* adalah proses pembentukan sebuah perilaku dengan penguat yang berasal dari luar subjek. Sedangkan *internal shaping/ autoshaping* merupakan proses pembentukan sebuah perilaku yang berasal dari dalam subjek. *Internal shaping* dapat terjadi dalam lingkungan yang sangat bebas dan sangat tidak berstruktur dan membutuhkan kecerdasan, akal, dan keahlian yang besar dari orang yang melakukan *shaping*.

Aspek-aspek dalam *shaping* antara lain: (1) topografi, yaitu bentuk konfigurasi spasial atau bentuk respons seperti

gerakan fisik yang terlibat pada sebuah perilaku; (2) jumlah, yaitu frekuensi atau durasi dari sebuah perilaku tertentu; (3) latensi, yaitu waktu antara munculnya stimuli dan respons yang dibangkitkan stimulus tersebut atau waktu reaksi; dan (4) intensitas atau daya/kekuatan sebuah respons, merujuk pada efek fisik yang dimiliki respons atau yang secara potensial memengaruhi lingkungan.

Penguat yang diberikan pada teknik *shaping* ini adalah penguat yang bersifat positif (*positive reinforcer*), yaitu sebuah benda, kejadian yang menyenangkan yang diberikan setelah perilaku yang diinginkan ditampilkan dengan tujuan agar tingkah laku yang diinginkan tersebut diulang, meningkat, atau menetap di masa yang akan datang (Komalasari, 2014; Martin & Pear, 2015; Ormrod, 2009). *Positive reinforcement* adalah prinsip yang paling sering digunakan dalam manajemen perilaku. Penelitian Bowen (2004) melaporkan bahwa pendidik lebih memilih intervensi yang bersifat positif atau menyenangkan daripada intervensi yang bersifat aversif, karena intervensi yang bersifat aversif akan mengakibatkan permasalahan lain ketika akan membentuk sebuah perilaku yang baru.

Terdapat dua jenis *reinforcer* dalam *positive reinforcement* yang dapat digunakan dalam modifikasi perilaku, yaitu: (1) *primary/unconditioned reinforcer*, yaitu penguat yang merupakan kepentingan biologis yang berfungsi sebagai konsekuensi untuk meningkatkan perilaku yang mendahuluinya, dapat juga diartikan sebagai penguat yang langsung dapat dinikmati seperti oksigen, suhu udara, makanan dan minuman; (2) *secondary/conditioned reinforcer*, yaitu penguat yang pada awalnya bersifat netral namun bertambah kemampuan penguatnya karena dipasangkan dengan *primary reinforcer* yang memenuhi kebutuhan psikologis dan sosial (Cooper, dkk., 1987; Corey, 2010; Martin & Pear, 2015; Sundel & Sundel, 2005).

Bentuk-bentuk *positive reinforcer* antara lain (Cooper, dkk., 1987; Martin & Pear, 2015; Ormrod, 2009): (1) *tangible reinforcers*, yaitu sebuah benda nyata dan dapat disentuh termasuk sesuatu yang

dapat dimakan; (2) *social reinforcers*, yaitu sebuah gerak-isyarat atau tanda seperti anggukan, senyuman, tepuk tangan, pujian atau ucapan terima kasih; (3) *activity reinforcers*, yaitu kesempatan untuk terlibat dalam aktivitas yang disukai seperti permainan, kegiatan, dan sebagainya.

Kecemasan berpisah adalah rasa takut yang dialami oleh anak bahwa orangtua atau orang terdekatnya akan meninggalkan mereka. Ketika anak jauh dari rumah atau dari orangtua, anak merasa harus tahu keberadaan orangtuanya dan merasa harus selalu bersama mereka (Schroeder & Gordon, 2002). Kecemasan berpisah didefinisikan sebagai kecemasan yang menetap, berlebihan dan berkembang secara tidak tepat mengenai perpisahan dari rumah atau dari figur lekat anak dan menyebabkan ketakutan yang signifikan (Dabkowska, 2011; Lask, 2003).

Untuk menghindari perpisahan dengan figur lekatnya, anak dengan kecemasan berpisah menunjukkan beberapa perilaku yang dapat memunculkan gangguan yang signifikan pada fungsi sosial dan akademisnya. Anak dengan kecemasan berpisah menunjukkan perilaku tantrum, melekat pada orangtua, selalu mengikuti/membuntuti orangtua dari ruangan ke ruangan atau bahkan menolak untuk bermain tanpa kehadiran orangtua (Pincus, dkk., 2005). Pada beberapa kasus, anak bahkan menunjukkan rasa tertekan ketika mulai bersekolah bahkan terjadi aksi berguling dan menangis ketika harus berpisah dengan figur lekat anak.

Gejala dari kecemasan berpisah biasanya memuncak pada usia 9 bulan hingga 13 bulan, menurun setelah usia 2 tahun seiring meningkatnya kemandirian anak di usia 3 tahun. Namun kecemasan berpisah ini dapat meningkat lagi pada usia 4 hingga 5 tahun ketika anak mulai masuk sekolah (Figueroa, 2012). Dalam DSM-V (American Psychiatric Association, 2013), dijelaskan bahwa onset kecemasan berpisah muncul paling awal pada usia pra-sekolah dan bertahan hingga usia sekolah dengan rata-rata usia kemunculan adalah 7,5 tahun.

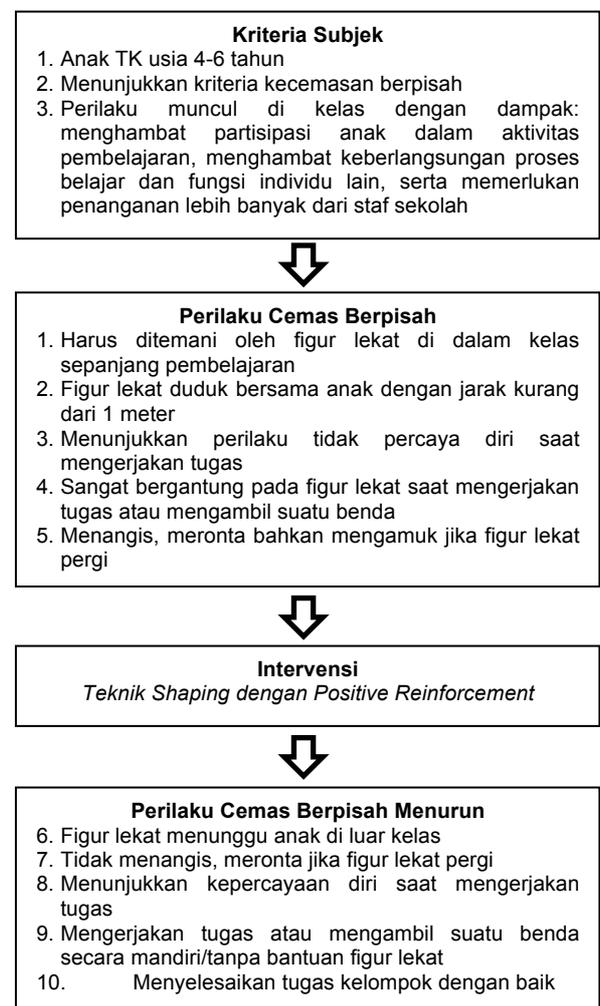
Kecemasan berpisah dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain terjadinya transisi dalam lingkungan baru

(sekolah), adanya hubungan kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*), serta pengalaman keluarga yang buruk. Selain itu penelitian menunjukkan bahwa faktor genetis, jenis kelamin anak, kualitas temperamen anak, pola asuh orangtua serta latar belakang sosial-budaya yang merugikan serta faktor ekonomi orangtua berperan penting dalam perkembangan anak dengan kecemasan berpisah (Dabkowska, 2011; Figueroa, 2012).

Karakteristik anak dengan kecemasan berpisah oleh Wilmschurt (2009) disimpulkan menjadi: (1) perasaan tertekan yang berlebihan akibat mengantisipasi terjadinya perpisahan; (2) ketakutan yang berlebihan bahwa figur lekat mengalami kecelakaan atau marabahaya; (3) kekhawatiran yang berlebihan bahwa suatu peristiwa dapat memicu perpisahan di masa depan; (4) penolakan terhadap sekolah (*school refusal*); (5) ketakutan terhadap kesendirian tanpa figur lekat atau orang dewasa lainnya; (6) penolakan untuk tidur sendiri atau tidur jauh dari rumah; (7) mimpi buruk mengenai perpisahan, dan (8) keluhan fisik yang berulang seperti sakit kepala, mual, dan sakit perut. Sementara Eisen dan Schaefer (2005) menyimpulkan menjadi empat karakteristik, yaitu: (1) *Fear of Being Alone* atau ketakutan akan ditinggal sendirian pada beberapa area tertentu sehingga menyebabkan anak selalu mengikuti figur lekat; (2) *Fear of Abandonment* atau ketakutan akan diabaikan dan cenderung menghindari lokasi-lokasi tertentu karena takut tidak akan bertemu lagi dengan mereka; (3) *Fear of Physical Illness/Somatic Complaints*, merupakan respon yang muncul saat mengantisipasi terjadinya perpisahan, misalnya sakit kepala, sakit perut, meriang, mual, cegukan dan sebagainya; (4) *Worry about Calamitous Events* atau kekhawatiran akan terjadi marabahaya terhadap diri sendiri, orang lain dan/atau figur lekat anak.

Demi keberhasilan penerapan teknik keperilakuan dalam penelitian ini, ada beberapa langkah yang harus diperhatikan (Martin & Pear, 2015), yaitu: (1) menyeleksi perilaku target final dengan menyeleksi satu perilaku yang spesifik; (2) menyeleksi penguat yang tepat, dilakukan dengan observasi dan wawancara; (3) memulai

perencanaan dengan mendata aproksimasi suksesif atau perilaku awal yang akan diberi penguat; (4) mengimplementasikan rencana, dengan cara memberitahu anak tentang tujuan dan rencana sebelum teknik dimulai, kemudian langsung memberi penguatan setiap kemunculan perilaku awal. Perlu diperhatikan bahwa saat memberi penguat agar tidak berpindah ke tahapan yang baru sampai anak sungguh menguasai perilaku yang terdahulu dan tidak memperkuat terlalu lama di salah satu tahap atau memberi penguatan terlalu sedikit.



Gambar 1. Kerangka Berpikir Penelitian

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen kasus tunggal (Kazdin, 2001; Sunanto, dkk., 2005; Sundel & Sundel, 2005) dengan desain A-B (Barlow & Hersen, 1984). Kriteria penghentian fase

didasarkan pada kestabilan data pengukuran dengan simpangan sebesar 15% dari rerata (Barlow & Hersen, 1984; Sunanto, dkk., 2005). Lokasi penelitian adalah TK Ganesha Denpasar yang beralamat di Jalan Raya Sesetan, Kecamatan Denpasar Selatan, Kota Denpasar, Provinsi Bali. Subjek penelitian adalah satu siswa laki-laki di kelas B1 tahun ajaran 2015/2016.

Penelitian ini menggunakan dua variabel dalam penelitian. Pertama, variabel bebas yaitu teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* dan kecemasan berpisah anak sebagai variabel terikat.

Instrumen yang digunakan selama proses penelitian berlangsung adalah: (1) modul penelitian yang berisi panduan dalam menerapkan teknik di dalam kelas; (2) lembar observasi yang digunakan mengukur perilaku di dalam kelas; dan (3) panduan wawancara perkembangan perilaku kecemasan berpisah sebelum dan setelah penerapan teknik yang diberikan pada guru dan orangtua.

Teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* diterapkan dengan cara memberi penguat jika telah muncul perilaku-perilaku yang menyerupai atau mendekati perilaku target (aproksimasi suksesif), sehingga pada akhirnya memunculkan perilaku target tersebut. Jenis penguat yang diberikan adalah penguat yang bersifat menyenangkan dan disukai anak serta diberikan setelah tingkah laku yang diinginkan ditampilkan yang bertujuan agar tingkah laku yang diinginkan tersebut diulang, meningkat atau menetap di masa yang akan datang. Dalam penelitian ini, teknik *shaping* dilaksanakan sesuai dengan prinsip dasar *shaping* yaitu memberikan penguat sesuai dengan perilaku target yang mampu dilakukan anak secara bertahap. Pada tiap tahapan yang mampu dilakukan, anak akan diberikan *reward* berupa spidol warna, buku mewarnai, dan makanan berupa permen.

Pengukuran frekuensi perilaku kecemasan berpisah anak dilakukan dengan observasi setiap perilaku tunggal sebagai 1 perilaku, diobservasi selama 60 menit kegiatan inti di dalam kelas. Pencatatan kemunculan perilaku kecemasan berpisah dilakukan secara *tally*

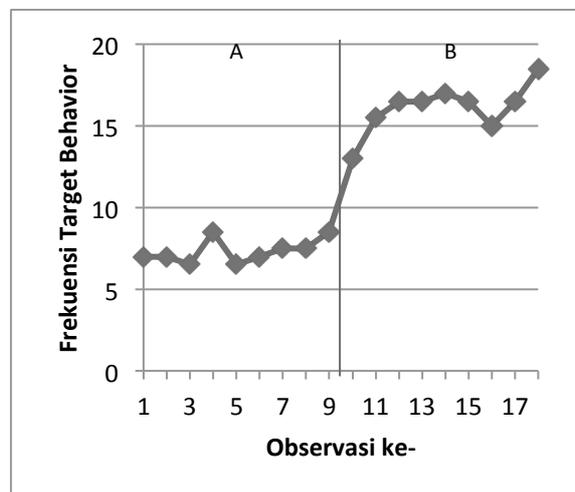
pada lembar observasi dengan *checklist* perilaku. Observasi juga dilakukan untuk mengetahui kesiapan dan keterlibatan partisipan dalam kegiatan belajar dan interaksi sosial sehari-hari di dalam kelas. Pada setiap pengukuran dilibatkan dua orang observer yang tidak terlibat dalam kegiatan kelas.

Pelaksanaan penelitian meliputi fase *baseline* pada 3 Mei 2016 – 23 Mei 2016 dan fase intervensi pada 24 Mei 2016 – 3 Juni 2016. *Interobserver agreement* (IA) secara keseluruhan adalah 100% (Barlow & Hersen, 1984; Sundel & Sundel, 2005). Data dianalisis secara visual dan kualitatif (Barlow & Hersen, 1984; Sunanto, dkk., 2005). Perhitungan kuantitatif melibatkan statistik deskriptif sederhana *mean*, *median* dan *modus*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pada penelitian kasus tunggal, perlakuan dan kontrol terletak pada subjek penelitian sehingga analisis kuantitatif dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran subjek pada kondisi menerima dan tidak menerima intervensi.



Gambar 2. Grafik Frekuensi Perubahan Kecemasan Berpisah Anak

Pada gambar 2, terjadi perubahan perilaku kecemasan berpisah anak yang ditunjukkan dengan meningkatnya perilaku kemandirian anak dari fase *baseline* hingga fase intervensi. Hasil analisis kondisi menunjukkan bahwa:

- 1) Kecemasan berpisah, dalam hal ini tunjukkan dengan gejala menolak ditinggalkan oleh figur lekat dimunculkan anak dengan frekuensi yang cukup tinggi pada fase *baseline* (A). Hal ini ditunjukkan dengan rerata kemandirian yang hanya sebesar 7,33 meskipun ada kecenderungan membaik sebesar 1,5 poin. frekuensi target behavior pada fase ini ada dalam rentang 6,5-8,5.
- 2) Pada fase intervensi (B), kecemasan berpisah anak yang dalam hal ini ditunjukkan dengan gejala menolak ditinggalkan oleh figur lekat menurun. Hal ini ditunjukkan dengan rerata kemandirian anak sebesar 16,11 dimana peningkatan di hari pertama penerapan program adalah sebesar 4,5 poin. meskipun pada observasi ke-15 hingga observasi ke-16 terjadi penurunan frekuensi perilaku anak, namun perilaku anak menunjukkan indikasi membaik sebesar 5,5 poin dalam 9 hari penerapan teknik.

Apabila dilihat dari masing-masing indikator, maka akan diketahui perubahan tingkat kecemasan berpisah anak mulai dari indikator I dimana pada fase *baseline* anak menunjukkan gejala menolak ditinggalkan figur lekat dengan frekuensi yang tinggi ditunjukkan dengan frekuensi kemandirian anak yang memiliki rerata 0,00. Selama fase *baseline*, anak selalu ditemani oleh figur lekat di dalam kelas dengan posisi duduk tepat di samping anak. Sedangkan pada fase intervensi, sejak hari pertama penerapan teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* anak telah mampu secara bertahap menunjukkan perilaku target yang ditunjukkan dengan rerata kemandirian anak sebesar 4,00 dan dalam keadaan yang sangat stabil.

Pada indikator II, subjek penelitian menunjukkan gejala menolak ditinggalkan oleh figur lekat dengan frekuensi yang tinggi, ditunjukkan dengan rerata kemandirian anak sebesar 0,22 di fase

*baseline*. Di fase intervensi, anak telah mampu menunjukkan perubahan pada perilaku kecemasan berpisah yang ditunjukkan dengan perhatian yang menetap pada penjelasan guru meskipun figur lekat keluar kelas. Hal ini diperkuat dengan hasil rerata kemandirian anak sebesar 2,00 dan berlangsung stabil hingga akhir fase intervensi.

Pada indikator III, kecemasan berpisah anak berdampak pada tingkat kemandirian anak dalam mengambil/meletakkan alat-alat belajarnya dengan rerata 4,77 dan kecenderungan arah mendatar, sehingga peningkatan frekuensi kemandirian tidak menunjukkan perubahan ke arah yang membaik. Pada fase intervensi, kecemasan berpisah anak menurun yang ditunjukkan dengan rerata frekuensi kemandirian yang meningkat menjadi 6,66 dengan kecenderungan membaik sebesar 1,5 poin.

Pada indikator IV, dalam fase *baseline*, anak menunjukkan tingkat kecemasan berpisah yang cukup tinggi sehingga mengakibatkan partisipasi anak yang rendah dalam penyelesaian tugas kelompok. Hal ini ditunjukkan dengan rerata perilaku sebesar 2,33 dengan kecenderungan arah mendatar sehingga tidak terjadi perubahan perilaku. Pada fase intervensi, terjadi peningkatan pada kemampuan anak menyelesaikan tugas berkelompok yang ditunjukkan dengan rerata sebesar 3,44 dengan kecenderungan membaik sebesar 4 poin.

Analisis kualitatif terhadap hasil observasi serta wawancara guru dan orangtua menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan anak dalam kegiatan pembelajaran di kelas. Penilaian tidak hanya didasarkan pada kualitas hasil karya, tetapi juga kemampuan mengikuti kegiatan yang diselenggarakan pihak sekolah dan melaksanakan instruksi sebagaimana disampaikan guru. Seiring penerapan teknik, anak menunjukkan antusiasme dan mampu terlibat dalam kegiatan belajar meskipun tidak ditemani oleh figur lekat. Adanya minat mendasari anak untuk memberikan perhatian lebih dan menyebabkan anak mampu secara bertahap terlibat dalam kegiatan belajar yang diselenggarakan di dalam kelas tanpa

merasa khawatir akan ketidakberadaan figur lekat anak.

Di samping keterlibatan, terjadi pula interaksi yang positif dengan teman sebaya di kelas. Anak berupaya melibatkan diri dalam tiap tugas kelompok yang diberikan oleh guru dan seiring penerapan teknik anak semakin banyak melibatkan diri bersama teman dibanding sebelum penerapan teknik. Perubahan perilaku pada figur otoritas, baik guru maupun orangtua juga ditunjukkan oleh anak dan terjadi secara bertahap. Perubahan respon terlihat dari kemampuan anak memberi perhatian terhadap guru di depan kelas dan adanya kontak mata selama guru memberi penjelasan tugas tanpa khawatir akan ketidakberadaan figur lekat anak.

### **Pembahasan**

Hasil pengukuran menunjukkan ada perbedaan yang signifikan pada perilaku kecemasan berpisah anak, sehingga intervensi berupa manajemen keperilakuan dalam membentuk perilaku anak secara bertahap dengan penguatan yang bersifat positif dapat menurunkan kecemasan berpisah dan meningkatkan kemandirian anak di dalam kelas.

Perilaku kecemasan berpisah anak dapat dikarenakan adanya penguatan-penguatan dan pembaruan yang secara tidak langsung diperoleh anak saat berinteraksi di dalam kelas bersama figur lekat. Kemunculan perilaku kecemasan berpisah di dalam kelas yang bertahan lebih dari 6 bulan menjadi dasar pentingnya intervensi diterapkan di dalam kelas.

Pada fase *baseline*, meskipun intervensi belum diterapkan pada subjek penelitian namun ada perubahan perilaku yang cenderung membaik pada perilaku kecemasan berpisah anak. Hal ini disebabkan karena prinsip pembelajaran pada anak usia dini menuntut untuk selalu ada peningkatan yang lebih baik (Sujiono, 2012:6). Penerapan teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* dilakukan setiap hari di dalam kelas sebagai suatu bentuk pembiasaan perilaku terhadap anak. Lingkungan kelas terlibat secara aktif dalam proses pembiasaan sehingga ini menjadi pendukung keberhasilan teknik *shaping* dengan *positive reinforcement*. Pada fase

intervensi ini terjadi kestabilan pada frekuensi perilaku kemandirian anak, meskipun pada observasi ke-16 sempat menurun akibat anak terlambat masuk ke dalam kelas sehingga anak kembali menunjukkan gejala kecemasan berpisah sehingga figur lekat kembali menemani anak di dalam kelas. Namun gejala ini hanya muncul pada interval waktu yang singkat (3 menit) pada awal dari kegiatan inti.

Pada masing-masing indikator, terjadi perubahan perilaku yang cukup signifikan sejak hari pertama intervensi diterapkan. Di indikator I, secara stabil anak mampu melakukan perubahan secara bertahap sesuai dengan aproksimasi suksesif yang ditentukan. Saat hari pertama diterapkan intervensi, ekspresi wajah anak masih menunjukkan kecemasan ketika figur lekat pertama kali mulai duduk menjauh, namun tidak terjadi tangisan atau upaya menarik figur lekat karena pada saat itu *reward* langsung diberikan pada anak. Di hari kedua hingga hari ke-sembilan, anak secara konsisten menunjukkan kemampuan untuk ditinggalkan oleh figur lekat di dalam kelas meskipun saat akan masuk kelas anak masih harus ditemani figur lekat untuk meletakkan tas. Hal ini selaras dengan pendapat Packer dan Pruitt (2010) mengenai perlunya ritual *check-in* ketika anak sampai di sekolah. Saat anak memiliki rasa wajib untuk melapor kepada individu tertentu (dalam hal ini figur lekat) serta disambut secara hangat oleh guru dapat meningkatkan keinginan siswa untuk masuk ke dalam kelas. Perubahan pada indikator II terjadi seiring dengan perubahan yang terjadi pada indikator I. Kemampuan anak untuk ditinggalkan oleh figur lekat ditunjukkan dengan perilaku anak yang tetap memperhatikan guru serta tidak menunjukkan rasa cemas ketika figur lekat keluar kelas. Perilaku ini secara konsisten ditunjukkan oleh anak sejak intervensi diterapkan mulai hari ke-dua hingga hari ke-sembilan.

Di indikator III, kemampuan anak untuk mengambil/meletakkan alat-alat belajarnya secara mandiri sudah ditunjukkan mulai fase *baseline* dengan frekuensi antara 4-5,5 dengan kecenderungan arah mendatar. Hal ini

karena lokasi tempat duduk anak berada tepat di depan lokernya sehingga anak mampu mengambil sendiri alat-alat belajarnya namun ketergantungan anak pada figur lekat untuk mengambil alat-alat belajar yang terletak jauh dari posisi duduknya masih tinggi. Pada fase intervensi, seiring dengan kemampuan anak untuk ditinggalkan figur lekat di dalam kelas kemampuan anak untuk mengambil/meletakkan alat-alat belajarnya secara mandiri juga meningkat dengan rentang 6-8. Penurunan yang terjadi di fase intervensi disebabkan pada observasi ke-13, proses pembelajaran di kelas tidak membutuhkan alat-alat belajar yang banyak karena ada persiapan untuk kegiatan karya wisata sekolah. Sementara pada observasi ke-16, penurunan terjadi karena anak terlambat masuk ke dalam kelas.

Di indikator IV, partisipasi anak dalam penyelesaian tugas kelompok dimunculkan dalam frekuensi yang variabel. Sejak fase *baseline*, anak mampu melakukan tugas-tugas kelompok yang diberikan oleh guru namun tidak akan mau melakukan jika tidak ditemani oleh figur lekat. Di fase intervensi, terjadi penurunan pada observasi ke-10 karena anak masih fokus pada posisi duduk figur lekat sehingga kurang menghiraukan teman-teman di kelompoknya. Peningkatan yang terjadi pada observasi ke-11 hingga observasi ke-13 terjadi karena anak semakin nyaman terhadap keberadaannya di dalam kelompok, sehingga semakin memperlambat kedekatan anak dengan teman-temannya. Sementara penurunan yang terjadi pada observasi ke-14 hingga observasi ke-15 disebabkan aktivitas kelompok yang tidak sebanyak hari-hari sebelumnya.

Hadiah yang disertakan di kelas sebagai penguat atas keberhasilan anak dalam menunjukkan kemandirian disesuaikan dengan minat anak. Pilihan hadiah tersebut antara lain: spidol warna, buku mewarnai dan makanan berupa permen. Penyertaan hadiah yang didasarkan pada minat anak dapat meningkatkan dorongan untuk terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan di kelas. Untuk menjaga antusiasme anak, pemberian dan jenis hadiah yang ditawarkan bervariasi.

Eksresi yang ditunjukkan memiliki pengaruh dalam proses interaksi sosial anak dengan lingkungan. Ekspresi ceria yang ditampilkan anak berdampak positif pada kedekatan sosial anak di dalam kelas. Apabila anak merasa bahagia di dalam kelas, maka kewaspadaan akan meningkat dan selanjutnya anak mampu merespon dengan tepat stimulasi yang disampaikan teman. Kemampuan merespon secara tepat menjadikan anak lebih disukai dan pada akhirnya semakin dilibatkan dalam interaksi yang positif dengan teman.

Penerapan teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* di dalam kelas dapat diterima oleh guru dengan beberapa alasan, antara lain: (1) program ini dapat diterapkan seiring proses pembelajaran, sehingga tidak harus menyediakan setting khusus dalam penanganan siswa; (2) penyediaan hadiah tidak membutuhkan biaya besar karena dapat menggunakan alat-alat tulis yang ada di kelas sehingga terjangkau untuk penyelenggaraan yang dilakukan pihak sekolah; (3) monitoring dan umpan balik dilakukan secara bertahap, sehingga guru juga dapat mencatat perkembangan yang ditunjukkan anak. Beberapa alasan tersebut sesuai dengan kelebihan penerapan intervensi di setting kelas sebagaimana dijelaskan oleh Bowen, dkk., (2004) yakni tidak menyita waktu di luar jam sekolah, hemat biaya, menghasilkan keterampilan sosial bagi anak di setting pembelajaran sehari-hari, serta menambah keterampilan guru dalam upaya menangani perilaku anak yang bermasalah.

Beberapa kelemahan dalam penelitian ini adalah: (1) penerapan teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* dilaksanakan menjelang berakhirnya masa pembelajaran dalam kelas untuk semester genap tahun ajaran 2015/2016, sehingga pada kegiatan inti fasilitator seringkali meninggalkan kelas dan meminta peneliti untuk mengajar di dalam kelas dan mempersiapkan segala perlengkapan belajar bagi siswa lainnya; (2) penerapan teknik seringkali tidak diterapkan secara konsisten karena anak harus mengikuti latihan menjelang pementasan seni akhir tahun, dimana latihan tersebut diadakan di ruangan yang berbeda dengan ruang kelas tempat penelitian dilaksanakan.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, disimpulkan bahwa teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* berpengaruh terhadap kecemasan berpisah anak. Hal ini ditunjukkan dengan menurunnya gejala kecemasan berpisah anak dan meningkatnya perilaku kemandirian anak di dalam kelas. Teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* dapat digunakan pada kasus anak berkecemasan berpisah dengan gejala *fear of being alone* atau ketakutan ditinggalkan sendiri oleh figur lekat dan diterapkan seiring pembelajaran di dalam kelas.

Berdasarkan simpulan di atas dapat diajukan saran sebagai berikut. Bagi guru TK Ganesha Denpasar agar dapat menggunakan teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* pada perilaku kecemasan berpisah anak dengan kriteria serupa di dalam kelas. Bagi Kepala TK Ganesha Denpasar disarankan agar mampu memberikan dorongan atau motivasi kepada guru-guru untuk menerapkan teknik-teknik keperilakuan yang nantinya mampu menurunkan permasalahan yang terjadi pada anak, terutama permasalahan kecemasan berpisah pada anak. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar: (1) menerapkan teknik ini pada kasus-kasus perilaku kecemasan berpisah dengan karakteristik serupa; (2) melengkapi modul dengan gambar-gambar pendukung yang menerangkan cara tepat fasilitator menerapkan teknik di dalam kelas.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. 2014. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5<sup>th</sup> Edition. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Barlow, David H. dan Michael H. 1984. *Single Case Experimental Designs Strategies for Studying Behavior Change*, 2<sup>nd</sup> Edition. New York: Pergamon Press, Inc.
- Cooper, J. O. dkk. 1987. *Applied Behavior Analysis*. Columbus: Merrill Publishing Company.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Dabkowska, M. dkk. 2011. *Separation Anxiety in Children and Adolescents dalam Handbook of Different Views of Anxiety Disorders*. Rijeka: Intech.
- Eisen, A. R., dan Charles E. S. 2005. *Separation Anxiety in Children and Adolescents: An Individualized Approach to Assessment and Treatment*. New York: The Guilford Press.
- Figueroa, Ana. 2012. *Anxiety Disorders dalam IACAPAP Textbook of Child and Adolescent Mental Health*. Geneva: IACAPAP.
- Hasanah, Nur. 2013. *Terapi Token Ekonomi untuk Mengubah Perilaku Lekat di Sekolah*. Jurnal Humanitas, Volume I Nomor 1.
- Kazdin, Alan E. 2001. *Behavior Modification in Applied Settings*. Belmont: Wadsworth Thomson Learning.
- Komalasari, G. dkk. 2014. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Lask, B. dkk. 2003. *Practical Child Psychiatry: The Clinician's Guide*. London: BMJ Publishing Group.
- Martin G. dan Joseph Pear. 2015. *Modifikasi Perilaku Makna dan Penerapannya*, Edisi Kesepuluh. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ormrod, Jeanne Ellis. 2009. *Psikologi Pendidikan*, Jilid 1, Edisi Keenam. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Packer, L. E. dan Sheryl K. P. 2010. *Challenging Kids Challenged Teachers*. Maryland: Woodbine House.
- Pincus, D. B. dkk. 2005. *Adapting Parent-Child Interaction Therapy for Young Children with Separation Anxiety Disorder*. Boston: Education and Treatment of Children.

Schroeder, C. S. dan Betty N. G. 2002.  
*Assessment and Treatment of  
Childhood Problems*, 2<sup>nd</sup> Edition. New  
York: The Guilford Press.

Sunanto, Juang dkk. 2005. *Pengantar  
Penelitian dengan Subjek Tunggal*.  
Tsukuba: CRICED University of  
Tsukuba.

Sundel, M. dan Sandra S. S. 2005.  
*Behavior Change in the Human  
Services*, 5<sup>th</sup> Edition. Thousand Oaks:  
Sage Publications.