

EFEKTIVITAS METODE SHAPING UNTUK MENGURANGI PERILAKU MALADAPTIF PADA ANAK DENGAN ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD) (SINGLE SUBJECT RESEARCH DI SD NEGERI 12 PISANG)

Zuri Aqti Aqyun¹, Marlina², Mega Iswari³, Yosa Yulia Nasir⁴

^{1, 2, 3, 4}Universitas Negeri Padang, Jl. Prof. Dr. Hamka, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

Email: zuriaqtiqyun2001@gmail.com

Article History

Received: 15-05-2026

Revision: 29-05-2026

Accepted: 02-06-2026

Published: 05-06-2026

Abstract. This study aims to analyze the effectiveness of the shaping method in reducing maladaptive behavior in children with ADHD at Pisang 12 Public Elementary School. The study used an experimental approach with the Single Subject Research (SSR) method with a reversal design (A1–B–A2), which consisted of an initial baseline phase (A1), an intervention phase (B), and a second baseline phase (A2). The subject of the study was a child with ADHD who exhibited maladaptive behaviors such as disturbing friends, shouting, throwing objects, and difficulty sitting still in class. Data were collected through direct observation using a frequency recording sheet of target behaviors during the learning process. Data analysis was carried out visually within and between conditions, including directional trends, data stability, level changes, and percentage overlap. The results showed that in the initial baseline condition (A1), the frequency of maladaptive behavior was at 10 events with a horizontal trend. After being given intervention using the shaping method in the intervention phase (B), the frequency of maladaptive behavior decreased to 4–6 events with a downward trend. In the second baseline condition (A2), the frequency of maladaptive behavior remained at a lower level, namely 3–4 events. The overlap between conditions A1 and B was 0%, while between conditions B and A2 it was 33.3%. These results indicate that the shaping method is effective in reducing maladaptive behavior in children with ADHD.

Keywords: Shaping Method, Maladaptive Behavior, ADHD Children, Single Subject Research

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas metode *shaping* dalam mengurangi perilaku maladaptif pada anak dengan ADHD di SD Negeri 12 Pisang. Penelitian menggunakan pendekatan eksperimen dengan metode *Single Subject Research* (SSR) desain *reversal* (A1–B–A2), yang terdiri atas fase *baseline* awal (A1), fase intervensi (B), dan fase *baseline* kedua (A2). Subjek penelitian adalah seorang anak dengan ADHD yang menunjukkan perilaku maladaptif seperti mengganggu teman, berteriak, melempar benda, dan kesulitan duduk tenang di kelas. Data dikumpulkan melalui observasi langsung menggunakan lembar pencatatan frekuensi perilaku target selama proses pembelajaran berlangsung. Analisis data dilakukan secara visual dalam kondisi dan antar kondisi, meliputi kecenderungan arah, stabilitas data, perubahan level, dan persentase *overlap*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kondisi *baseline* awal (A1) frekuensi perilaku maladaptif berada pada angka 10 kejadian dengan kecenderungan arah mendatar. Setelah diberikan intervensi menggunakan metode *shaping* pada fase intervensi (B), frekuensi perilaku maladaptif menurun menjadi 4–6 kejadian dengan kecenderungan arah menurun. Pada kondisi *baseline* kedua (A2), frekuensi perilaku maladaptif tetap berada pada tingkat yang lebih rendah, yaitu 3–4 kejadian. Persentase *overlap* antara kondisi A1 dan B sebesar 0%, sedangkan antara kondisi B dan A2 sebesar 33,3%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa metode *shaping* efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif pada anak dengan ADHD.

Kata Kunci: Metode *Shaping*, Perilaku Maladaptif, Anak ADHD, *Single Subject Research*

How to Cite: Aqyun, Z. A., Marlina., Iswari, M., & Nasir, Y. Y. (2026). Efektivitas Metode Shaping untuk Mengurangi Perilaku Maladaptif pada Anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* (*Single Subject Research* di SD Negeri 12 Pisang). *PEDAGOGIC: Indonesian Journal of Science Education and Technology*, 6 (3), 664-676. <http://doi.org/10.54373/ijset.v6i3.5806>

PENDAHULUAN

Perilaku maladaptif merupakan perilaku yang tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan sehingga menghambat kemampuan individu dalam menyesuaikan diri, baik secara akademik maupun sosial. Pada anak usia sekolah, perilaku ini dapat muncul dalam bentuk impulsivitas, agresivitas, dan kesulitan mengikuti instruksi yang berdampak pada proses pembelajaran di kelas (Satriyawan & Ichsan, 2020). Kondisi tersebut sering ditemukan pada anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), yaitu gangguan perkembangan neurobiologis yang ditandai oleh inatensi, hiperaktivitas, dan impulsivitas yang berlebihan dibandingkan dengan tingkat perkembangan anak (Hallahan et al., 2013). Anak dengan ADHD umumnya mengalami kesulitan mengendalikan perilaku dan mematuhi aturan, sehingga sering menampilkan perilaku seperti mengganggu teman, meninggalkan tempat duduk, atau menyela pembicaraan (Marlina & Kusumastuti, 2019). Jika tidak ditangani secara tepat, perilaku maladaptif dapat menghambat perkembangan sosial-emosional dan keberhasilan belajar anak (Kronfli & Dezayas, 2024).

Dalam perspektif behavioristik, perilaku maladaptif terbentuk melalui proses penguatan (*reinforcement*) yang terjadi secara berulang (Skinner, 2019). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang mampu membentuk perilaku adaptif melalui penguatan positif yang terstruktur. Salah satu teknik yang dapat digunakan adalah metode *shaping*, yaitu pembentukan perilaku secara bertahap dengan memberikan penguatan pada setiap respons yang mendekati perilaku target (Anjani & Tjakrawiralaksana, 2019). Metode ini dinilai sesuai untuk anak dengan ADHD karena memungkinkan perubahan perilaku dilakukan secara bertahap sesuai kemampuan anak (Efendy & Nainggolan, 2022).

Hasil studi pendahuluan di SD Negeri 12 Pisang menunjukkan adanya seorang anak kelas III dengan ADHD yang menampilkan berbagai perilaku maladaptif selama proses pembelajaran. Perilaku yang sering muncul antara lain meninggalkan tempat duduk tanpa izin saat pembelajaran berlangsung, berbicara atau menyela ketika guru maupun teman sedang berbicara, berteriak secara tiba-tiba di kelas, serta kesulitan mempertahankan perhatian terhadap tugas yang diberikan. Selain itu, anak juga menunjukkan perilaku agresif seperti mendorong atau memukul teman ketika merasa terganggu, serta sering menolak atau tidak menyelesaikan instruksi yang diberikan guru.

Perilaku-perilaku tersebut menyebabkan proses belajar menjadi kurang kondusif, mengganggu konsentrasi teman sekelas, dan menghambat keterlibatan anak dalam kegiatan pembelajaran. Penanganan yang dilakukan guru selama ini masih terbatas pada pemberian teguran dan nasihat secara verbal tanpa disertai penguatan positif yang terstruktur, sehingga

perilaku maladaptif tersebut cenderung berulang dan belum menunjukkan perubahan yang signifikan.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji penggunaan metode *shaping* pada anak berkebutuhan khusus, namun sebagian besar berfokus pada pembentukan keterampilan tertentu, seperti keterampilan komunikasi, bina diri, atau perilaku akademik. Penelitian yang secara khusus menguji efektivitas metode *shaping* untuk mengurangi perilaku maladaptif pada anak dengan ADHD menggunakan desain *Single Subject Research* (SSR) di lingkungan sekolah dasar masih relatif terbatas.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan metode *shaping* untuk mengurangi perilaku maladaptif yang ditunjukkan melalui indikator perilaku spesifik, seperti meninggalkan tempat duduk tanpa izin, menyela pembicaraan, perilaku agresif terhadap teman, dan ketidakpatuhan terhadap instruksi guru. Penelitian ini menggunakan desain SSR reversal (A1–B–A2) sehingga perubahan perilaku dapat diamati secara mendalam dan sistematis pada konteks pembelajaran di kelas. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas metode *shaping* dalam mengurangi perilaku maladaptif pada anak dengan ADHD.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan *Single Subject Research* (SSR) atau penelitian subjek tunggal (Marlina, 2023). Pendekatan SSR digunakan untuk menganalisis perubahan perilaku individu secara sistematis melalui pengukuran berulang pada setiap fase penelitian sehingga pengaruh intervensi terhadap perilaku target dapat diamati secara langsung. Desain yang digunakan adalah *reversal design* A1–B–A2 yang terdiri atas fase baseline awal (A1), fase intervensi (B), dan fase baseline kedua (A2). Pada fase baseline awal (A1), peneliti melakukan observasi terhadap frekuensi perilaku maladaptif subjek dalam kondisi alami tanpa pemberian perlakuan. Perilaku maladaptif yang diamati meliputi meninggalkan tempat duduk tanpa izin, menyela pembicaraan guru atau teman, berbicara keras saat pembelajaran berlangsung, serta tidak mengikuti instruksi guru. Data pada fase ini digunakan sebagai data dasar (baseline) untuk menentukan target perubahan perilaku.

Pada fase intervensi (B), diterapkan metode *shaping* dengan memberikan penguatan positif secara bertahap terhadap perilaku yang semakin mendekati perilaku target. Tahap pertama difokuskan pada kemampuan subjek untuk tetap duduk di tempat selama 5–10 menit tanpa meninggalkan kursi. Tahap kedua diarahkan pada kemampuan mengikuti instruksi guru sederhana tanpa penolakan. Tahap ketiga menargetkan kemampuan menunggu giliran

berbicara dan tidak menyela pembicaraan orang lain selama kegiatan pembelajaran. Tahap keempat diarahkan pada kemampuan mempertahankan perilaku adaptif secara konsisten selama proses pembelajaran berlangsung. Setiap keberhasilan pada tahapan tersebut diberikan reinforcement positif berupa pujian verbal, pemberian token (bintang penghargaan), tepuk apresiasi, serta kesempatan memperoleh aktivitas yang disukai siswa. Penguatan diberikan segera setelah perilaku yang diharapkan muncul untuk meningkatkan kemungkinan perilaku tersebut terulang kembali.

Setelah intervensi selesai, dilakukan fase baseline kedua (A2) untuk mengetahui kestabilan perubahan perilaku setelah perlakuan dihentikan. Data pada setiap fase dianalisis menggunakan analisis visual dalam SSR yang meliputi kecenderungan arah (trend), stabilitas data, perubahan level, serta persentase overlap antar fase untuk mengetahui efektivitas metode shaping dalam mengurangi perilaku maladaptif subjek.

Tabel 1. Kondisi demografi subjek penelitian

Aspek	Hasil asesmen
Perilaku maladaptif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak sabar menunggu giliran 2. Mengganggu teman 3. Mengambil barang tanpa izin 4. Melempar benda 5. Mendorong 6. Meninggalkan tempat duduk 7. Meminta mengulangi instruksi

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 12 Pisang pada kegiatan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) yang berlangsung setiap hari Selasa, Kamis, dan Jumat. Pengamatan dilakukan selama 30 menit pada setiap sesi pembelajaran. Dalam penelitian ini, guru kelas berperan sebagai intra-observer untuk membantu memastikan konsistensi pencatatan data, sedangkan peneliti bertindak sebagai observer utama sekaligus pelaksana intervensi metode shaping.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi langsung dengan instrumen berupa lembar observasi berbentuk *tally sheet* untuk mencatat frekuensi kemunculan perilaku maladaptif. Perilaku yang diamati meliputi meninggalkan tempat duduk tanpa izin, menyela pembicaraan guru atau teman, berbicara di luar konteks pembelajaran, serta tidak mengikuti instruksi guru. Setiap kemunculan perilaku dicatat secara langsung selama sesi pengamatan berlangsung. Observasi dilakukan secara kontinu pada seluruh fase penelitian, yaitu baseline awal (A1), intervensi (B), dan baseline akhir (A2). Penggunaan prosedur observasi yang sama pada setiap fase bertujuan untuk menjaga objektivitas dan konsistensi pengukuran sehingga

perubahan frekuensi perilaku maladaptif yang terjadi dapat menggambarkan pengaruh intervensi secara lebih akurat.

HASIL

Penelitian ini dibagi menjadi tiga kondisi, yaitu fase *baseline* (A1), fase intervensi (B), dan fase *baseline* (A2). Penelitian dilaksanakan sebanyak 14 kali pertemuan di lingkungan sekolah. Pada Fase *baseline* (A1) merupakan kondisi awal untuk mengetahui tingkat perilaku maladaptif anak sebelum diberikan intervensi. Pada fase ini, peneliti melakukan observasi terhadap perilaku maladaptif anak selama proses pembelajaran tanpa memberikan perlakuan khusus. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan teknik pencatatan kejadian (frekuensi), yaitu mencatat setiap kali perilaku maladaptif muncul. Fase *baseline* pertama dilakukan selama 4 kali pertemuan, yang dimulai pada tanggal 06 – 09 januari 2026 dan hasil pengamatan menunjukkan bahwa frekuensi perilaku maladaptif yang muncul masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 10 kejadian.

Tabel 2. Kondisi *baseline* (A1)

Tanggal	Waktu		Tally terjadinya target behavior	Total kejadian
	Start	Stop		
06 januari	12.00	12.30	IIIIIIIIII	10
07 januari	12.00	12.30	IIIIIIIIII	10
08 januari	12.00	12.30	IIIIIIIIII	10
09 januari	12.00	12.30	IIIIIIIIII	10

Selanjutnya, fase intervensi (B) merupakan kondisi pemberian perlakuan berupa penerapan metode *shaping* untuk mengurangi perilaku maladaptif anak. Pada fase ini, anak diberikan penguatan positif secara bertahap setiap kali menunjukkan perilaku yang mendekati perilaku yang diharapkan. Fase intervensi dilaksanakan selama 6 kali pertemuan, dimulai pada tanggal 14 – 23 januari 2026. Hasil observasi pada fase ini menunjukkan adanya penurunan frekuensi perilaku maladaptif secara bertahap dibandingkan dengan fase *baseline* pertama, yang menandakan bahwa metode *shaping* memberikan pengaruh positif terhadap perubahan perilaku anak.

Tabel 3. Kondisi Intervensi (B)

Tanggal	Waktu		Tally terjadinya target behavior	Total kejadian
	Start	Stop		
14 januari	12.00	12.30	IIII	5
15 januari	12.00	12.30	IIII	5
19 januari	12.00	12.30	IIII	6
21 januari	12.00	12.30	IIII	4
22 januari	12.00	12.30	IIII	4

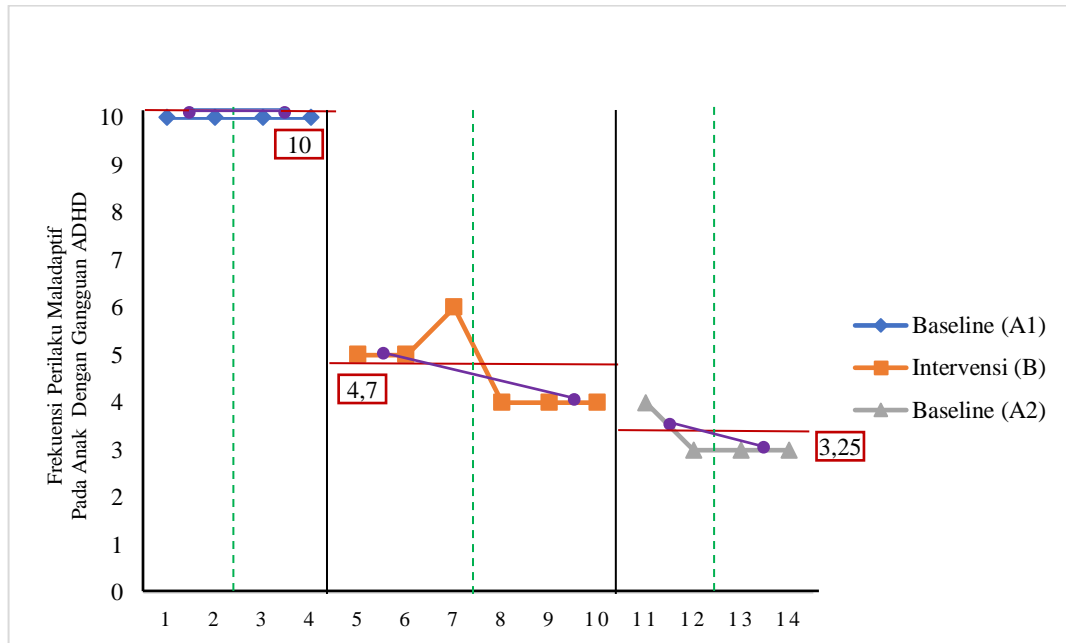
23 Januari	12.00	12.30	III	4
------------	-------	-------	-----	---

Fase terakhir adalah fase *baseline* kedua (A2), yaitu kondisi ketika intervensi dihentikan. Pada fase ini, peneliti kembali melakukan observasi terhadap perilaku maladaptif anak tanpa memberikan perlakuan metode *shaping*. Fase *baseline* kedua dilaksanakan selama 4 kali pertemuan. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa frekuensi perilaku maladaptif tetap berada pada tingkat yang lebih rendah dibandingkan fase *baseline* pertama. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku yang terbentuk selama fase intervensi dapat dipertahankan meskipun intervensi telah dihentikan.

Tabel 4. Kondisi baseline (A2)

Tanggal	Waktu		Tally terjadinya target behavior	Total kejadian
	Start	Stop		
26 januari	12.00	12.30	III	4
27 januari	12.00	12.30	III	3
05 Februari	12.00	12.30	III	3
06 Februari	12.00	12.30	III	3

Analisis Dalam Kondisi






Gambar 1. Analisis Dalam Kondisi

Keterangan:

- Baseline A1 =
- Intervensi B =
- Baseline A2 =
- Trend =
- Split Middle =
- Mean Level =

Tabel 5. Tabel analisis dalam kondisi

No	Kondisi	A1	B	A2
a.	Panjang kondisi	4	6	4
b.	Estimasi kecenderungan arah	 (=)	 (-)	 (-)
c.	Kecenderungan stabilitas	100% Stabil	33,3% Tidak Stabil	75% Tidak stabil
d.	Kecenderungan jejak data	(=)	(-)	(-)
e.	Level stabilitas dan rentang	9,25-10,75	4,24-5,15	2,95-3,55

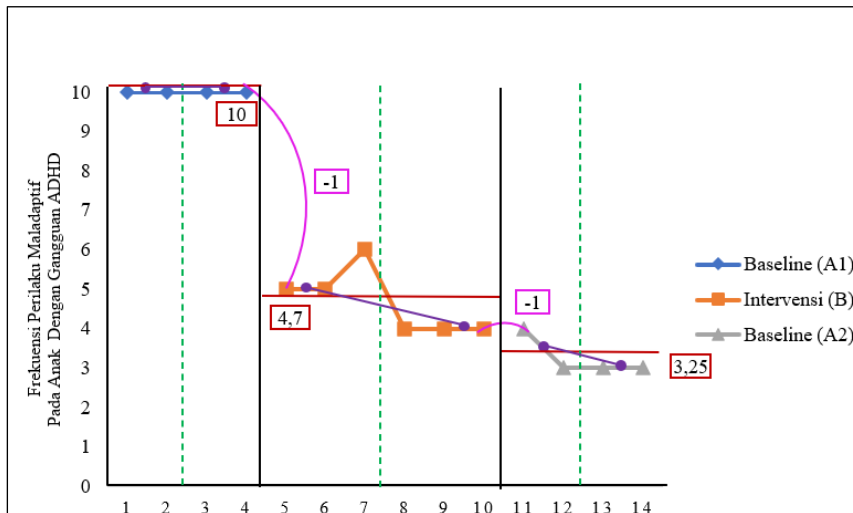
Kondisi awal perilaku maladaptif subjek sebelum diberikan intervensi metode *shaping* pada penelitian ini menunjukkan kecenderungan yang relatif tetap. Berdasarkan tabel analisis data dalam kondisi, diketahui bahwa panjang kondisi pada fase *Baseline* 1 (A1) dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan. Pada fase ini, estimasi kecenderungan arah menunjukkan (=) atau mendatar, yang berarti tidak adanya perubahan signifikan pada perilaku subjek. Kecenderungan stabilitas berada pada angka 100% dengan kategori stabil, serta jejak data juga menunjukkan kondisi tetap (=). Level stabilitas dan rentang berada pada angka 9,25–10,75, dengan level perubahan sebesar $10-10 = 0$, yang menunjukkan tidak adanya peningkatan maupun penurunan perilaku.

Selanjutnya pada fase intervensi (B), di mana subjek diberikan perlakuan menggunakan metode *shaping*, dilakukan selama 6 kali pertemuan. Pada fase ini, estimasi kecenderungan arah menunjukkan penurunan (-), yang berarti perilaku maladaptif mulai berkurang. Namun, kecenderungan stabilitas berada pada angka 33,3% dengan kategori tidak stabil, yang menunjukkan bahwa perubahan perilaku belum konsisten. Jejak data pada fase ini juga menunjukkan penurunan (-). Level stabilitas dan rentang berada pada angka 4,24–5,15, serta level perubahan menunjukkan $5-4 = -1$, yang berarti terjadi penurunan perilaku maladaptif meskipun masih fluktuatif selama proses intervensi berlangsung.

Selanjutnya pada fase *baseline* (A2), yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, estimasi kecenderungan arah tetap menunjukkan penurunan (-). Hal ini mengindikasikan bahwa perilaku maladaptif subjek terus menurun meskipun intervensi telah dihentikan. Kecenderungan stabilitas berada pada angka 75% dengan kategori tidak stabil, dan jejak data juga menunjukkan tren menurun (-). Level stabilitas dan rentang berada pada angka 2,95–3,55, dengan level perubahan sebesar $4-3 = -1$, yang menunjukkan adanya penurunan lanjutan pada perilaku maladaptif.

Berdasarkan keseluruhan hasil analisis dalam kondisi, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *shaping* memberikan pengaruh terhadap penurunan perilaku maladaptif pada anak dengan ADHD. Hal ini terlihat dari perubahan kecenderungan arah dari kondisi stabil pada *baseline* awal menjadi menurun pada fase intervensi dan tetap menurun pada *baseline* kedua, meskipun tingkat kestabilan data masih menunjukkan variasi.

Analisis Antar Kondisi



Keterangan :

- Baseline A1 =
- Intervensi B =
- Baseline A2 =
- Trend =
- Split Middle =
- Mean Level =
- Trend batas atas =

Berdasarkan grafik analisis data antar kondisi pada penelitian ini, aspek yang dianalisis meliputi banyak variabel, perubahan kecenderungan arah, perubahan kecenderungan stabilitas, level perubahan, dan overlap data. Berikut penjelasannya:

- Banyak variabel yang diubah dalam adalah perilaku maladaptif agar dapat dikurangi melalui intervensi yang di berikan. Variabel yang diukur ini didasarkan pada hasil observasi dan asesmen pada subjek anak ADHD, sehingga perilaku maladaptif harus diturunkan.
- Analisis perubahan kecenderungan arah dapat dilihat pada fase Baseline 1 (A1) menunjukkan kecenderungan arah yang mendatar, yang kemudian mengalami perubahan menjadi menurun pada fase Intervensi (B) dan kembali menurun pada fase Baseline (A2). Dengan

demikian, dapat disimpulkan bahwa perubahan kecenderungan arah dalam penelitian ini bergerak dari kondisi mendatar ke menurun, lalu berakhir pada kondisi yang lebih menurun dengan frekuensi yang rendah dibandingkan sebelumnya.

- Perubahan kecenderungan stabilitas terlihat dari konsistensi data pada setiap fase. Pada fase Baseline (A1) menunjukkan bahwa data berada pada kondisi yang stabil dengan persentase stabilitas 100%, kemudian menunjukkan kecenderungan tidak stabil pada fase Intervensi (B) dengan persentase stabilitas 33,3%, selanjutnya pada fase Baseline (A2), kecenderungan stabilitas berubah menjadi tidak stabil dengan persentase stabilitas 75%, meskipun tidak stabil di 3 pertemuan terakhir pada pertemuan 12-14 siswa mendapatkan frekuensi 2 saja, hal itu menandakan bahwa setelah diberikan intervensi perilaku maladaptif tetap dapat diturunkan frekuensi perilakunya. Dapat disimpulkan bahwa perubahan stabilitas dalam penelitian ini bergerak dari kondisi stabil pada tahap awal Baseline (A1) dan tidak stabil pada tahap intervensi B, dan tidak stabil juga pada tahap akhir Baseline (A2) menuju kondisi yang stabil pada tahap akhir setelah intervensi dihentikan.
- Level perubahan antar kondisi menunjukkan bahwa pada fase Baseline (A1) ke Intervensi (B), diperoleh hasil perubahan sebesar -1 yang dihitung dari selisih data total frekuensi pertama pada fase intervensi dengan data total frekuensi terakhir pada fase Baseline (A1). Selanjutnya, pada fase Intervensi (B) ke Baseline (A2), diperoleh hasil perubahan sebesar -5 yang dihitung dari selisih data total frekuensi terakhir fase Baseline (A1) dengan data total frekuensi pertama fase fase intervensi B. Penurunan frekuensi perilaku pada kedua transisi baik yang diukur dari fase Baseline (A1) ataupun A2 menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memiliki pengaruh positif dan perilaku maladaptif dapat diturunkan.
- Perubahan level antara kondisi Baseline 1 (A1) dan intervensi (B) menunjukkan penurunan sebesar $5-10 = -5$, yang berarti terjadi penurunan signifikan pada perilaku maladaptif saat intervensi diberikan. Sementara itu, perubahan level antara kondisi intervensi (B) dan Baseline 2 (A2) menunjukkan hasil $4-4 = 0$, yang berarti tidak ada perubahan tambahan setelah intervensi dihentikan, namun hasil penurunan perilaku tetap bertahan.
- Menentukan overlap data pada Baseline (A1), dan data fase intervensi (B) sebagai berikut:
 - 1) Overlap A1 ke B; (1) Menentukan batas atas serta atas bawah fase (A1), batas atas (12,5) dan batas bawah (11), (2) Jumlah pada poin (B) dalam rentang fase baseline (A) yaitu 0, dan (3) Perolehan angka poi lalu si bagi keseluruhan jumlah data poin lalu dikali 100% untuk mendapat overlap data. $\frac{2}{6} \times 100\% = 33,3\%$.

- 2) Overlap A2 ke B; (1) Menentukan batas atas serta atas bawah fase (A1), batas atas (5,15) dan batas bawah (4,25), dan (2) Jumlah pada poin (B) dalam rentang fase baseline (A) yaitu 0.

Perolehan angka poin lalu si bagi keseluruhan jumlah data poin lalu dikali 100% untuk mendapat overlap data, $\frac{3}{4} \times 100\% = 75\%$.

DISKUSI

Penelitian ini dilakukan sebanyak 14 kali pertemuan di SDN 12 Pisang. Penerapan metode *shaping* dilakukan dengan cara membentuk perilaku anak secara bertahap melalui pemberian penguatan positif untuk setiap respons yang mendekati perilaku yang diinginkan. Dalam proses ini, anak tidak langsung dituntut untuk menunjukkan perilaku yang sempurna, tetapi di beri target-target kecil yang sesuai dengan perilaku yang diharapkan. Setiap keberhasilan kecil, seperti kemampuan untuk duduk dengan lebih tenang, tidak mengganggu teman, atau mengikuti instruksi, akan mendapat penguatan berupa pujian, perhatian, atau reward (Efendy & Nainggolan, 2022). Dalam pelaksanaannya, guru dan pendamping terlebih dahulu mengidentifikasi perilaku yang ingin di ubah, kemudian menyusun tahapan perilaku dari yang paling mudah sehingga yang kompleks. Selain itu, penguatan di berikan dengan konsisten setiap kali anak menunjukkan kemajuan dalam perilakunya (Rotta et al., 2022). Pendekatan ini berlandaskan prinsip penguatan dalam teori behavioristik yang berpendapat bahwa perilaku yang diberikan penguatan cenderung untuk diulangi kembali (Skinner, 2019). Setelah menjalani proses pembelajaran secara berulang, anak mulai menunjukkan perubahan perilaku yang lebih adaptif. Pada tahap selanjutnya, penguatan di berikan secara bertahap agar anak dapat diarahkan untuk memahami perilaku.

Penerapan metode *shaping* dalam penelitian ini didasarkan pada karakteristik anak dengan ADHD yang cenderung menunjukkan perilaku impulsif, kesulitan mempertahankan perhatian, serta rendahnya kemampuan kontrol diri dan kepatuhan terhadap instruksi (Sari & Marlina, 2020). Kondisi tersebut menyebabkan anak sering menampilkan perilaku maladaptif seperti mengganggu teman, tidak dapat duduk tenang, dan mudah terdistraksi selama proses pembelajaran. Menurut Barkley (2020), anak dengan ADHD memiliki hambatan dalam fungsi eksekutif yang berdampak pada pengendalian perilaku dan regulasi diri. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang bersifat terstruktur, konsisten, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode shaping efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif pada subjek ADHD. Efektivitas tersebut terlihat dari penurunan frekuensi perilaku maladaptif secara konsisten dari fase baseline awal (A1) ke fase intervensi (B), kemudian tetap bertahan pada fase baseline akhir (A2). Pada fase A1, perilaku maladaptif masih muncul dengan frekuensi tinggi dan relatif stabil, menunjukkan bahwa tanpa intervensi subjek mengalami kesulitan mengontrol perilaku impulsif, agresif, dan ketidakpatuhan terhadap instruksi. Setelah intervensi diberikan, terjadi perubahan level yang cukup besar disertai kecenderungan arah data yang menurun. Temuan ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku yang terjadi bukan sekadar fluktuasi alami, melainkan merupakan dampak dari intervensi yang diberikan.

Penurunan perilaku maladaptif selama fase intervensi terjadi karena metode shaping memecah perilaku target menjadi beberapa tahapan kecil yang lebih mudah dicapai oleh subjek. Dalam penelitian ini, subjek tidak langsung dituntut untuk menunjukkan perilaku yang sepenuhnya adaptif, tetapi terlebih dahulu diperkuat ketika mampu menunjukkan perilaku yang mendekati target, seperti tetap duduk di tempat selama beberapa menit, mengikuti instruksi sederhana, dan mengurangi perilaku menyela pembicaraan. Strategi ini sesuai dengan teori operant conditioning Skinner (2019) yang menjelaskan bahwa perilaku yang memperoleh penguatan positif cenderung meningkat frekuensinya dan muncul kembali pada situasi berikutnya.

Keberhasilan intervensi juga dipengaruhi oleh konsistensi pemberian reinforcement. Penguatan berupa pujian verbal, perhatian positif, dan reward sederhana diberikan segera setelah perilaku yang diharapkan muncul. Penguatan yang diberikan secara langsung membantu subjek memahami hubungan antara perilaku yang ditampilkan dengan konsekuensi yang diterimanya. Bagi anak dengan ADHD yang umumnya memiliki kesulitan dalam kontrol diri dan mempertahankan perhatian (Barkley, 2020), reinforcement yang cepat dan konsisten menjadi faktor penting dalam membentuk perilaku baru.

Selain faktor reinforcement, keberhasilan intervensi dipengaruhi oleh kesesuaian target perilaku dengan kemampuan subjek. Target yang disusun secara bertahap membuat subjek mampu mencapai keberhasilan-keberhasilan kecil selama proses intervensi. Keberhasilan tersebut meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri anak untuk mempertahankan perilaku positif yang telah dipelajari. Kondisi ini terlihat dari semakin berkurangnya frekuensi perilaku maladaptif pada setiap sesi intervensi serta meningkatnya kemampuan subjek dalam mengikuti kegiatan pembelajaran tanpa mengganggu teman atau meninggalkan tempat duduk.

Temuan penelitian semakin diperkuat oleh hasil analisis antar kondisi yang menunjukkan persentase overlap antara fase A1 dan B sebesar 0%. Hasil ini mengindikasikan bahwa data pada fase intervensi sepenuhnya berbeda dari kondisi awal sehingga intervensi memberikan pengaruh yang kuat terhadap perubahan perilaku subjek. Sementara itu, persentase overlap antara fase B dan A2 sebesar 33,3% menunjukkan bahwa sebagian besar perubahan perilaku tetap bertahan meskipun intervensi telah dihentikan. Bertahannya perubahan perilaku pada fase A2 mengindikasikan bahwa perilaku adaptif yang terbentuk mulai terinternalisasi dalam diri subjek dan tidak hanya muncul karena adanya reinforcement sesaat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anjani dan Tjakrawiralaksana (2019) serta Efendy dan Nainggolan (2022) yang menunjukkan bahwa metode shaping efektif dalam membentuk perilaku adaptif pada anak berkebutuhan khusus melalui pemberian penguatan positif secara bertahap. Namun, penelitian ini memberikan temuan yang lebih spesifik bahwa shaping tidak hanya mampu menurunkan perilaku maladaptif selama intervensi berlangsung, tetapi juga mampu mempertahankan perubahan perilaku setelah intervensi dihentikan. Dengan demikian, metode shaping dapat menjadi alternatif intervensi yang efektif untuk mengurangi perilaku maladaptif anak dengan ADHD dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode shaping efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif pada anak dengan ADHD di SD Negeri 12 Pisang. Efektivitas tersebut ditunjukkan oleh penurunan frekuensi perilaku maladaptif, seperti impulsivitas, agresivitas, dan kesulitan mengikuti instruksi, selama pemberian intervensi serta bertahannya perubahan perilaku pada fase setelah intervensi dihentikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pemberian penguatan positif secara bertahap mampu membantu anak mengembangkan perilaku yang lebih adaptif, meningkatkan kemampuan kontrol diri, dan menyesuaikan perilaku dengan tuntutan pembelajaran di kelas. Penelitian ini memberikan kontribusi empiris bahwa metode shaping dapat menjadi salah satu alternatif intervensi yang efektif untuk mendukung pengelolaan perilaku anak dengan ADHD di lingkungan sekolah dasar, khususnya dalam mengurangi perilaku maladaptif yang menghambat proses belajar dan interaksi sosial.

REFERENSI

- Anjani, S., & Tjakrawiralaksana, M. A. (2019). Penerapan teknik *shaping* untuk meningkatkan durasi *on-task behavior* pada anak dengan masalah atensi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 184–198.
- Barkley, R. A. (2020). *Taking charge of ADHD: The complete, authoritative guide for parents* (4th ed.). Guilford Publications.
- Efendy, M., & Nainggolan, E. E. (2022). Pendekatan behavioral untuk mengurangi perilaku mengganggu pada siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 12653–12661.
- Garry, M., & Pear, J. (2015). *Behavior modification: What it is and how to do it* (10th ed.). Pearson Education.
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2013). *Exceptional learners: An introduction to special education* (12th ed.). Pearson Education.
- Kronfli, I. F., & Dezayas, L. (2024). *Spring 2024 syllabus for EAB 3764 applied behavior analysis* (pp. 1–12). University of Florida.
- Kuncoro, D. A. (2017). Merubah perilaku maladaptif pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1–10.
- Marlina. (2023). *Single subject research (Penelitian subjek tunggal)*. PT RajaGrafindo Persada.
- Marlina. (2025). *Gangguan emosi dan perilaku*. Afifa Utama Publisher. https://repository.unp.ac.id/id/eprint/35703/1/MARLINA_FIP_UNP_Buku%20Teks%20GEP_OK.pdf
- Marlina, & Kusumastuti, G. (2019). *Strategi penanganan anak ADHD*. Prenadamedia Group.
- Rotta, K., Li, A., Curiel, E. S. L., Curiel, H., & Poling, A. (2022). Women in behavior analysis: A review of the literature. *Behavior Analysis in Practice*, 15(2), 592–607. <https://doi.org/10.1007/s40617-021-00628-5>
- Sari, L. M., & Marlina, M. (2020). Efektivitas bermain lotto untuk meningkatkan konsentrasi belajar bagi anak ADHD. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 310–316.
- Satriyawan, A. N., & Ichsan, A. S. (2020). Modifikasi perilaku anak: Implementasi teknik pengelolaan diri dan keterampilan sosial di Ngawi, Jawa Timur. *Al-Adzka: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 10(1), 21–32.
- Skinner, B. F. (2019). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. B. F. Skinner Foundation.