

## EFEK VIDEO MODELING UNTUK MENGAJARKAN KETERAMPILAN MENCUCI BAJU PADA INDIVIDU RETARDASI MENTAL SEDANG

**Siti Musyrifah, Yang Roswita, V. Sri Sumijati**  
Magister Profesi Psikologi Program Pasca Sarjana  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

### ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah video modeling dapat mengajarkan keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci pada anak retardasi mental. Subyek dari penelitian ini adalah tiga anak retardasi mental dengan kriteria moderate, bersekolah diSMALB dan pernah mengikuti keterampilan kerja sebelumnya selain keterampilan mencuci baju. Penelitian ini menggunakan A-B-A Follow up Design. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah dengan observasi dan check list berdasarkan analisis keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci tipe "LG WF-H777TC". Pengukuran dilihat dari grafik hasil baseline I, intervensi, baseline II dan follow up. Hasil penelitian menunjukkan hipotesis diterima, bahwa video modeling dapat digunakan untuk mengajarkan keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci pada anak retardasi mental.*

*Kata kunci : Retardasi Mental, Video Modeling, Keterampilan Mencuci Baju*

DSM IV-TR (American Psychiatri Assosiation (APA), 1994) mendefinisikan retardasi mental yaitu sebagai gangguan yang ditandai dengan fungsi intelektual yang berfungsi secara bermakna dibawah rata-rata (IQ kira-kira 70 atau lebih rendah) sebelum usia 18 tahun disertai adanya deficit atau hendaya fungsi adaptif seperti komunikasi, merawat diri sendiri, keterampilan sosial, kesehatan dan keamanan, fungsi akademik dan waktu luang. Di Indonesia retardasi mental juga disebut dengan istilah tuna grahita menunjuk pada individu yang mengalami hambatan perkembangan mental mencakup aspek inteligensi, sosial dan fungsi-fungsi mental (Soemantri, 2006). Fakta dilapangan juga membuktikan bahwa masih banyaknya individu retardasi mental yang bergantung pada orang-orang di sekitarnya dalam melakukan keterampilan hidup sehari-hari (misal: makan, memakai baju, berpergian, membuat makanan, dll). Pada saat individu retardasi mental belum mencapai usia dewasa, sikap ketergantungan tersebut sering kali dianggap wajar oleh orang-orang di sekitarnya. Namun ketika individu

retardasi mental menginjak usia dewasa, sering kali dituntut untuk bersikap lebih mandiri terutama dalam melakukan keterampilan hidup sehari-hari dan keterampilan bekerja (Hasil pengamatan di SLB N Semarang). Untuk itu, perlu adanya pelatihan-pelatihan keterampilan hidup sehari-hari dan keterampilan bekerja yang diberikan kepada individu retardasi mental dewasa agar dapat hidup lebih mandiri. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian Fredmen pada tahun 1972 (dalam Nevid, Rathus & Greene, 2005) yang mengemukakan bahwa penyandang retardasi mental ringan dan sedang pada saat berusia dewasa awal harus mampu mencapai keterampilan sosial dan pekerjaan yang cukup untuk mencari nafkah agar dapat hidup secara mandiri.

Pada individu retardasi mental dengan tingkat sedang pada umumnya mereka akan kesulitan dalam masalah akademik namun mereka dapat belajar untuk berkomunikasi dan paling tidak dapat belajar merawat diri sendiri dan melakukan pekerjaan sederhana dengan latihan yang rutin (Davison, Neale & Kring, 2006). Pengembangan keterampilan yang dilakukan

secara rutin dapat digunakan sebagai bekal dalam kehidupan mereka, baik dalam pengembangan keterampilan hidup sehari-hari maupun keterampilan bekerja. Hal ini dikarenakan, mereka memiliki keterbatasan kemampuan dalam memperoleh prestasi akademis, sehingga hal yang paling mungkin untuk dikembangkan pada individu retardasi mental sedang adalah pengembangan keterampilan-keterampilan hidup dengan latihan-latihan yang rutin.

Pada anak retardasi mental, kemampuan berfikir yang dimilikinya berada dibawah rata-rata sehingga anak umumnya mengalami hambatan dalam kemampuan akademiknya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan kognitif, diantaranya adanya perbedaan motivasi dan adanya masalah yang berkaitan dengan kesesuaian individu di ukur dengan umur mental (Ellis & Dunley dalam Delphie, 2006). Ketidakesesuaian tersebut menyebabkan adanya hambatan yang terjadi pada aspek kognitif dimana kesiapan anak dalam mempelajari tugas-tugas baru (umur mental) tidak sesuai dengan umur kronologisnya.

Video modeling adalah suatu bentuk rekaman video tentang seseorang yang sedang melakukan suatu kegiatan atau perilaku tertentu. Rekaman video itu kemudian ditunjukkan kepada subyek, lalu subyek diberi kesempatan untuk menunjukkan perilaku yang sesuai dengan apa yang ditunjukkan dalam rekaman tersebut (Bellini & Akullian, 2007). Video modeling juga dapat digunakan dalam cakupan yang luas untuk mengajarkan berbagai keterampilan yang ada, seperti keterampilan sosial, komunikasi, keterampilan fungsional, keterampilan bekerja, dan pengelolaan emosional (Dowrick, dkk dalam Bellini & Akullian, 2007).

Dalam penelitian ini target perilaku yang akan diajarkan adalah keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci. Keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci dipilih karena merupakan salah satu keterampilan domestik yang dilakukan sehari-hari, penguasaan terhadap keterampilan ini juga dapat dijadikan bekal bagi individu dalam bekerja (laundry, pekerja rumah tangga, hotel, dll). Keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci ini juga telah dirasakan penting untuk diajarkan sebagai salah satu bekal keterampilan di sekolah, terutama pada sekolah-sekolah anak

berkebutuhan khusus. Keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci akan dimasukkan sebagai kurikulum pendidikan keterampilan di SLB (sekolah Luar Biasa) Semarang (wawancara, 02 Juni 2012). Bengkel kerja mencuci baju dengan mesin cuci ini selain merupakan tempat belajar keterampilan tersebut juga diharapkan dapat menjadi suatu peluang usaha yang akan dikelola secara profesional oleh para siswanya (termasuk individu retardasi mental).

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan, penggunaan video modeling dalam mengajarkan keterampilan hidup sehari-hari pada individu yang mengalami gangguan perkembangan (retardasi mental, autisme) dinilai cukup efektif dan efisien. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan video modeling dalam mengajarkan keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci pada individu retardasi mental sedang.

#### HIPOTESIS

Hipotesis dari penelitian ini adalah penerapan video modeling dapat meningkatkan ketepatan keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci pada individu retardasi mental sedang.

#### METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen dengan desain A-B-A Follow Up. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang anak yang masih bersekolah di SMALB Semarang. Mereka memiliki IQ 35-40 samapai 50-55. Belum memiliki atau menguasai keterampilan mencuci baju menggunakan mesin cuci akan tetapi sudah pernah mengikuti program pendidikan keterampilan kerja sebelumnya (selain program keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi berdasarkan video kamera untuk semua kondisi (baik pada saat baseline awal, pada saat treatment, baseline II maupun follow up). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan analisis kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis individual dengan menggunakan analisa grafik

dengan membandingkan antara hasil baseline, intervensi, paska intervensi dan follow up. Analisis kualitatif diperoleh melalui pembahasan analisis dari hasil penelitian yang dilakukan.

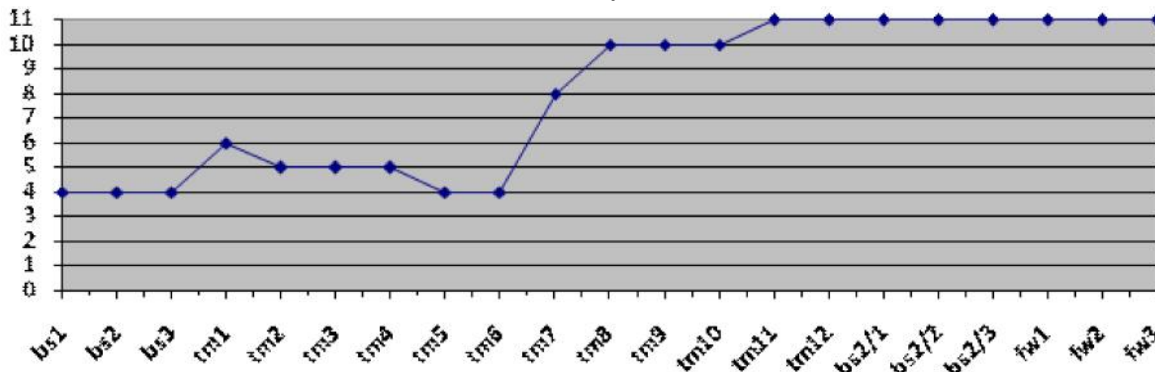
**HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan treatmen yang telah dilakukan, diperoleh perbedaan skor ketiga subjek sebagai berikut:

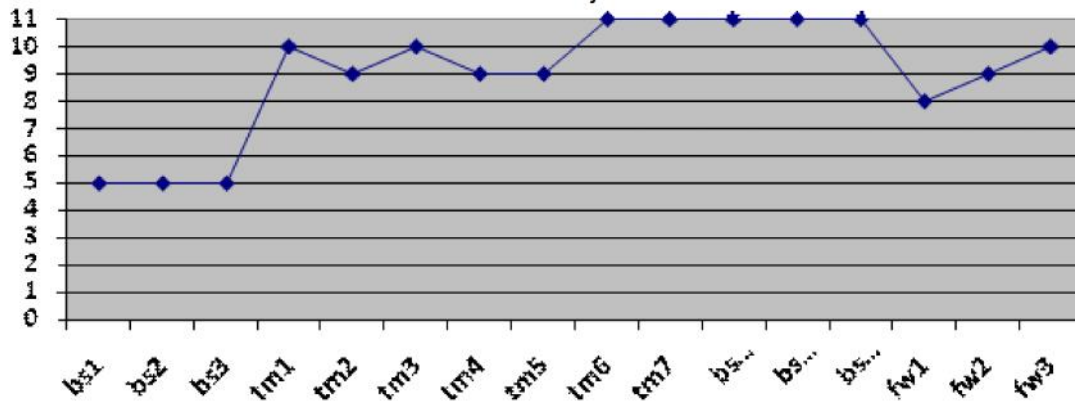
**DISKUSI**

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan kemampuan dalam keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci pada individu retardasi mental sedang. Namun demikian, walaupun video modeling sebagai suatu intervensi dapat meningkatkan keterampilan yang dimiliki oleh seseorang,

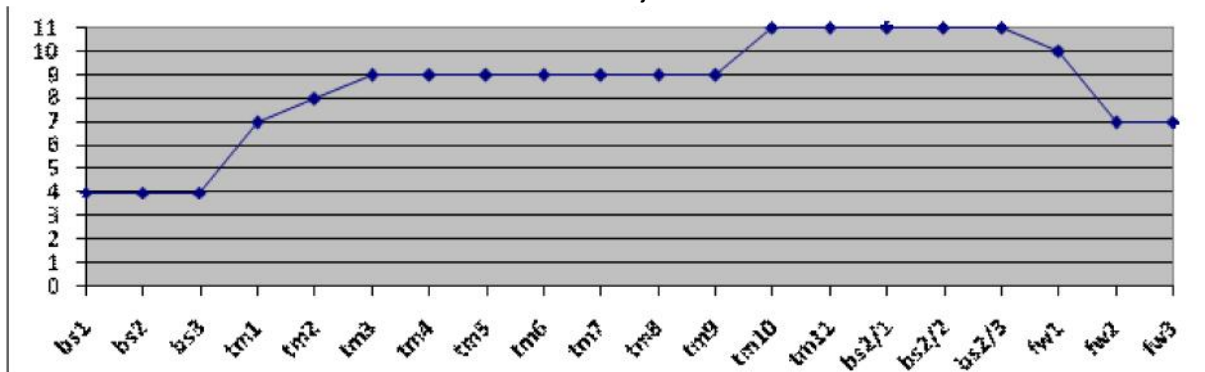
Gb. Subjek R



Gb 2. Subjek H



Gb 3. Subjek J



namun dalam penelitian ini, secara keseluruhan hanya satu orang subjek (subjek R) yang mampu mempertahankan keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci setelah jeda waktu 3 minggu. Hal ini mungkin dikarenakan pada dua orang subjek lainnya (subjek H dan J), terdapat suatu kondisi yang menyebabkan adanya penurunan kemampuan dalam keterampilan mencuci baju setelah jeda waktu yang diberikan.

Pada subjek H, penurunan kemampuan mungkin berhubungan dengan singkatnya waktu dalam mempelajari keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci melalui video modeling. Singkatnya waktu subjek H dalam mempelajari keterampilan tersebut dimungkinkan karena adanya proses transfer learning yang diakibatkan oleh adanya kondisi yang sama (memiliki mesin cuci tipe dua pintu) di rumah. Proses transfer learning yang terjadi pada subjek H selain dapat membawa efek positif (waktu yang lebih singkat dalam mempelajari keterampilan mencuci dengan mesin cuci), nampaknya juga membawa efek negatif yaitu adanya suatu kebingungan dalam proses belajar. Hal ini juga terlihat pada saat awal penelitian sebelum sesi baseline berlangsung. Menurut Anderson (Syah, 2004) dijelaskan bahwa kesulitan dalam mengingat hal-hal yang telah dipelajari dapat ditimbulkan karena adanya gangguan konflik antara item-item informasi atau materi yang ada dalam sistem memori. Pada kondisi subjek H, peristiwa menurunnya kemampuan subjek setelah jeda waktu yang diberikan mungkin diakibatkan oleh adanya gangguan proaktif yaitu adanya ketidakmampuan mengingat sesuatu yang pernah dipelajari karena penguasaan materi dalam tenggang waktu yang pendek akibat dari adanya kondisi yang sama atau serupa sebelum materi diberikan (memiliki mesin cuci walaupun dengan tipe yang berbeda).

Sedangkan pada subjek J, penurunan kemampuan kemungkinan disebabkan karena adanya faktor tidak terduga yang mempengaruhi kondisi subjek. Faktor tidak terduga tersebut yaitu kondisinya ibunya sedang sakit. Hal ini dikarenakan selain subjek merupakan anak tunggal juga adanya kondisi yang sangat dekat dengan ibunya. Subjek sehari-hari selalu bersama ibunya dan hanya ibunya yang paling memahami kondisi subjek. Kondisi ibunya yang sedang sakit sangat terlihat mempengaruhi

kondisi subjek dalam melakukan keterampilan mencuci baju pada saat sesi follow up kedua dan follow up ketiga. Selama sesi follow up kedua dan ketiga berlangsung subjek juga terlihat sedih dan banyak bicara tidak jelas serta diulang-ulang. Kedekatan hubungan antara subjek dengan ibunya menjadi faktor psikologis yang sangat mempengaruhi diri subjek. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Syah (2004) mengenai faktor-faktor yang dapat menyebabkan ketidakmampuan seseorang dalam mengingat sesuatu yang pernah dipelajari, antara lain adalah dapat terjadi karena adanya adanya perubahan situasi lingkungan antara waktu belajar dan waktu mengingat (Anderson, 1990). Berdasarkan data penelitian terdapat beberapa masalah yang berkaitan dalam proses penelitian ini yaitu adanya kesulitan dalam mengalihkan perhatian subjek disaat awal-awal proses intervensi berlangsung (pada subjek R dan subjek J). Kesulitan mengalihkan perhatian ini disebabkan karena subjek melakukan setiap urutan mencuci baju dengan cepat, sehingga tidak adanya jeda urutan antara yang satu dengan yang lainnya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh maka dapat diketahui bahwa video modeling dapat meningkatkan kemampuan subjek dalam keterampilan mencuci baju pada individu retardasi mental sedang sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

### Saran

Bagi orang tua dan guru, berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa video modeling cukup efektif dalam mengajarkan suatu keterampilan pada individu retardasi mental sedang. Oleh karena itu, jika ingin mengajarkan suatu keterampilan lain seperti interaksi sosial, bantu diri dan keterampilan bekerja dapat menggunakan media audio visual yaitu salah satunya dengan video modeling.

Bagi peneliti selanjutnya, ada baiknya bila prosedur penelitian juga menambahkan sesi generalisasi sehingga subjek atau partisipan dapat dilihat kemampuannya dalam penggunaan peralatan yang berbeda. Hal tersebut bertujuan

agar hasil penelitian ini bagi partisipan atau subjek dapat berguna jangka panjang (dapat diterapkan dimana saja, dan dengan alat yang berbeda). Selain itu, desain penelitian juga akan lebih tepat jika menggunakan multiple baseline across participant, sehingga hasil penelitian antar subjek dapat dibandingkan dan efek dari intervensi yang diberikan dapat lebih terlihat. Perlu juga memperhatikan hal-hal yang menjadi hambatan dan kelemahan peneliti selama penelitian ini yaitu dalam pemilihan subjek, harus benar-benar teliti yaitu:

1. Memastikan bahwa subjek benar-benar belum menguasai atau belum pernah melihat orang lain dalam melakukan keterampilan yang akan diajarkan, sehingga tidak akan terjadi efek negatif dari proses transfer learning.
2. Dalam mengalihkan perhatian subjek (ketika subjek tidak melakukan apa-apa atau keliru dalam melakukan urutan dalam keterampilan mencuci baju dengan mesin cuci), dapat menggunakan benda-benda yang lebih menarik perhatian sehingga perhatian subjek akan tetap teralih sebelum diminta untuk kembali berkonsentrasi pada proses intervensi selanjutnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic And Statical manual Of mental Disorder – Text revision* (ed. Ke- 4). Washington, DC.
- Azwar, S. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta ; Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1987). *Social Learning Theory*. Prentice-hall International, Inc. London. 22-40
- Barlow, D.H., dan Hersen, M. (1984). *Single Case Experimental Designs Strategies For Studying Behaviour Change*. Pergamon Press.
- Bellini, S., & Akullian, J. (2007). A Meta-Analysis Of Video Modeling And Video Interventions For Children And Adolescents With Autism Sperctum Disorder. *Exceptional Children*, 73 (3), 264-287.
- Bidwell, M.A., &Rehfeldt, R.A. (2004). Using Video Modelling To Teach Domestic Skill With An Embedded Social Skill To Adults With Savere Mental Retardation. *Behavioral Interventions*. 19, 263-274.
- Charlop, H.,M., & Milstein, P.,J. (1989). Teaching autistic children conversational speech using video modeling. *Journal Of Apllied Behaviour Analysis*. 22, 275-285.
- Charlop-Christy, H.M., Le, L., & Freeman, A.K. (2000).A comparison of video modeling with in vivo modeling for teaching children with autism.*Journal of Autism and Developmental Disorders*, Vol. 30 (6), 537-552.
- D'Ateno, P., Mangiapanello, K., & Taylor, B. A. (2003).Using video modeling to teach complex play sequences to a preschooler with autism. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 5(1), 5-11.
- Davison, C.,.G. Neale, M. J., &Kring, M.N., (2006). Psikologi Abnormal (Noermalasari, F., Trj). Jakarta : PT. Raja Grafindo.
- Delphie, B, Dr, Prof.,(2006). *Pembelajaran anak berkebutuhan khusus (dalam setting pendidikan inklusi)*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Graves, T.B, Collins, B.C, Schuster, J.W, & Kleinert, H. (2005). Using Video Prompting To Teach Cooking Skill to Secondary Students With Moderate Disability. *Education And Training In Development Disabilities*. 40 (1), 34-46.
- Haring, T. G., Breen, C. G., Weiner, J., Kennedy, C.H., & et al. (1995).Using videotape modeling to facilitate generalized purchasing skills. *Journal of Behavioral Education*, 5(1), 29-53.
- Horn, J.A., Mihenberger, R.G., Weil, T., Mowery, J., Conn, M., &Sams, L. (2008). Teaching Laundry Skill To Individuals With developmental Disabilities Using Video Prompting. *International Journal of Behavioral Consultation And Therapy*. 4 (3), 279-286.
- Horner, R.D, &Keilitz, I. (1975).Training Mentally Retarded Adolascents To Brush Their Teeth.*Journal Of Applied behavior Analysis*. 8, 301-309.
- Laarhoven, T.V., & Myers, T.V.L. (2006).Comparison of Three Video-based Instructional Procedures for Teaching Daily Living Skills to Persons with Developmental

- Disabilities. Education and Training in Developmental Disabilities. 41(4), 365–381.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, R.H., (2002). *Psikologi Perkembangan (pengantar dalam berbagai bagiannya)*. Yogyakarta : Gajah Mada University Press.
- Nevid, Rathus & Greene. (2003). *Psikologi Abnormal*. Jilid:2, edisi: 5. Jakarta. Penerbit : Erlangga.
- Nikopoulos, C.K., & Keenan, M. (2004). Effects Of Video Modeling On Social Initiations By Children With Autism. *Journal Of Applied Behavior Analysis*. 37, 93-96.
- Reagon, K.A., Higbee, T.S., & Endico, K. (2006). Teaching Pretend Play Skills to a Student with Autism Using Video Modeling with a Sibling as Model and Play Partner. *Education and treatment Of children*. 29 (3), 1-12.
- Sigafoos, J., O'Reilly, M., Cannella, H., Edrisinha, C., de la Cruz, B., Upadhyaya, M., Lancioni, G. E., Hundley, A., Andrews, A., Garver, C., & Young, D. (2007). Evaluation of a video prompting and fading procedure for teaching dish washing skills to adults with developmental disabilities. *Journal of Behavioral Education*, 16(2), 93-109.
- Sigafoos, J., O'Reilly, M., Cannella, H., Upadhyaya, M., Edrisinha, C., Lancioni, G. E., Hundley, A., Andrews, A., Garver, C., & Young, D. (2005). Computer-presented video prompting for teaching microwave oven use to three adults with developmental disabilities. *Journal of Behavioral Education*, 14(3), 189-201.
- Syah, Muhibbin. (2004). *Psikologi Belajar*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.