

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Pustaka

1. Pengertian Pengendalian Emosi

a. Emosi

Definisi Emosi suatu komponen yang ada dalam diri manusia berupa perasaan dan keadaan fisiologis. Emosi sebagai keadaan manusia sebagai proses merespon kejadian. Bentuk emosi berdasarkan kompleksitas dapat berupa keadaan yang menyenangkan ataupun keadaan yang menyedihkan, ekspresi wajah individu, dan sebagai keadaan penggerak sesuatu. Jadi emosi itu sendiri adalah kegiatan badaniah secara eksternal, atau tindakan menyedihkan atas suatu peristiwa atau keadaan tertentu.

Menurut Lazarus, emosi merupakan suatu tindakan yang penuh pada diri organisme, seperti perubahan fisik dalam bernafas, detak jantung, perubahan kelenjar, dan kondisi mental seperti kondisi yang menyenangkan ditandai dengan perasaan yang kuat dan biasanya disertai dengan dorongan yang mengacu pada suatu bentuk tingkah laku.

Variabel emosi terbagi menjadi dua bagian, yaitu: (1) *action*, berupa tingkah laku atau aksi menghindari, mendekati, menjauhi dari tempat atau orang, menyerang, menangis, ekspresi wajah dan postur tubuh. (2) *physiological reaction* berupa aktifitas sistem saraf otonomi, aktivitas otak, dan sekresi hormonal. Emosi diartikan sebagai pemecah masalah dalam kehidupan individu atau lebih dikenal sebagai proses coping.¹ Menurut peneliti emosi merupakan sebuah perasaan yang mempengaruhi diri seseorang dari reaksi suatu kejadian sebagai bentuk ekspresi diri manusia. Emosi diantaranya rasa sedih, marah, senang, bahagia.

b. Bentuk Permasalahan Emosi Pada Anak

Karakter emosi pada anak yang mengarah ke arah bertentangan dapat diamati dari survei yang telah dilakukan

¹ Riana Mashar, *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*, (Jakarta:Prenada Media Group,2011) 16.

Izzaty (2005). Hasil dari survei menunjukkan suatu masalah yang dijumpai yaitu agresivitas, kecemasan, *temper tantrum*, kesulitan dalam melatih fokus diri, kesulitan dalam melakukan emosi, menangis, berbohong, takut yang berlebihan. Secara detailnya permasalahan pada anak terbagi menjadi tiga yaitu :

1) Agresivitas

Tingkah manusia yang mengancam atau merendahkan yang terlihat melalui ekspresi wajah, gerakan, kekerasan secara fisik, maupun verbal yang timbul karena adanya suatu permusuhan atau perasaan marah. Tindakan ini dilakukan dengan sengaja oleh pelaku untuk memenuhi tujuan yang ingin dicapai. Agresivitas memiliki tujuan diantaranya untuk mempertahankan diri dari orang-orang. selain itu untuk membuat lawan menjadi tidak berdaya dengan cara meraih keunggulan.

Agresi yang muncul pada anak dalam bentuk aliran mengucapkan kata kotor meskipun mereka tidak paham dengan ucapan yang telah dilontarkan. Kemudian pemberontakan dalam bentuk tindakan fisik misalnya gigitan, tendangan, cakaran, pukulan dan melakukan tindakan dengan tujuan untuk menyakiti fisik.²

2) Kecemasan

Reaksi sementara yang dirasakan seseorang ketika dia mengalami ancaman di situasi tertentu. Kegelisahan atau kecemasan merupakan rasa takut yang muncul tanpa kejelasan dalam waktu yang lama. Ketakutan ini dibersamai dengan rasa gelisah dan kecemasan terhadap munculnya dugaan tentang datangnya peristiwa buruk yang akan menimpa. Gejala-gejala yang di alami anak ketika mengalami kecemasan diantaranya gelisah, menangis, sulit tidur, mimpi buruk, sulit makan, gangguan pencernaan, kesulitan bernafas, *tics*, ketidakmauan ditinggal sendiri, dan menarik diri. Faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan disebabkan oleh pola asuh yang tidak sesuai, saat masa awal kehidupan anak dalam pembentukan *basic trust* atau dasar dari kepercayaan.

² Riana Mashar, *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*, (Jakarta:Prenada Media Group,2011) 87.

3) Temper Tantrum

Temper tantrum merupakan amarah pada anak yang terjadi ketika dia sedang memperlihatkan perilaku yang tidak sesuai atau sikap negatif untuk menolak sesuatu. Perilaku ini biasanya di ikuti dengan tingkah menangis, berguling-guling dilantai, menjerit, melemparkan barang, sering memukuli barang, menendang dan berbagai jenis kegiatan. *Temper tantrum* ini muncul akibat seorang anak tidak memiliki kemampuan dalam mengontrol emosinya, meluapkan kemarahan yang tepat, dan terjadinya tingkah *regresi* atau *fixasi* dalam perkembangan.³ Menurut penulis dalam kehidupan sehari-hari manusia akan mengalami segala bentuk-bentuk permasalahan emosional di lingkungan sosial maupun keluarga. Bentuk permasalahan berupa kondisi dalam diri manusia berupa ekspresi visual maupun verbal.

c. Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi adalah hal yang perlu diperhatikan dalam kehidupan seseorang karena untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan yang muncul dari adanya suatu permasalahan batin. Pengendalian emosi sangatlah penting agar dalam berkehidupan dengan masyarakat dapat tercipta kehidupan nyaman dan tentram. Ketika menghadapi kondisi emosional yang memuncak kita membutuhkan pengendalian dengan cara pengalihan, penyesuaian kognitif dan strategi koping. Awalnya kita perlu melakukan pengalihan atau *displacement*. Pengalihan merupakan suatu strategi yang digunakan dalam menyalurkan atau mengalihkan emosi seseorang. Cara yang digunakan adalah dzikirullah, rasionalisasi dan katarsis.

Dzikirullah adalah strategi dalam mengalihkan seseorang ketika menghadapi permasalahan ataupun kesusahan yang melanda pada diri seseorang. Dzikir yang digunakan seperti membaca al qur'an, melakukan wirid, berdoa, atau pun menyebut lafadz-lafadz Allah yang baik. Dampak dari kita melafadzkan dzikirullah hati kita menjadi lebih tentram serta dapat memberikan energi positif pada

³ Riana Mashar, *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*, (Jakarta:Prenada Media Group,2011) 92.

jiwa sehingga menghilangkan ataupun meredakan bentuk energi negatif.

Pengalihan selanjutnya yaitu dengan rasionalisasi. Rasionalisasi merupakan ketika manusia berfikir dia mampu menciptakan suatu pengalihan tujuan menjadi bentuk lain. Menurut Atkinson dan Hilgar (1991), tujuan dari rasionalisasi ada dua (1) mengurangi rasa kecewa ketika mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan . (2) memberikan pilihan yang cocok atas suatu tindakan dengan memberikan alasan yang rasional. dalam kehidupan manusia perlu mengambil pelajaran dari suatu kejadian meskipun dari suatu hal yang dirasa adalah tidak baik. Nama lain dari istilah tersebut adalah hikmah. Hikmah merupakan kegiatan merenungkan dan kesungguhan dan manfaat ilmu-ilmu dan peristiwa atau kejadian. Dengan adanya hikmah manusia menjadi tidak begitu merenungi kejadian yang di alaminya. Ketika tujuan manusia tidak tercapai kita dapat mengambil kebaikan dari kejadian tersebut dan membuang segala emosi negatif yang ada.⁴

Katarsis adalah mimik wajah yang terlihat ketika melakukan pelepasan emosi. Katarsis juga disebut sebagai mengulang kembali kejadian emosional pada diri manusia yang menyakitkan dalam psikoterapi. Teori katarsis yang dikemukakan oleh Scheff memberikan sebuah pandangan penyingkapan emosional akan memberikan keuntungan berupa kesehatan. Pengalihan emosional dengan meluapkan emosi yang ada dan menghilangkannya sebelum emosi tersebut meningkat menjadi berlebihan dengan memberikan persepsi positif agar mampu mengendalikan emosi yang menekankan dengan perasaan saat ini. beberapa orang memiliki masalah dalam mengungkapkan nya karena takut akan celaan yang akan diterimanya apabila mereka bercerita menjadikannya kurang terbuka. Padahal dengan meluapkan masalah yang ada memperoleh rasa lega dan ketenangan. Selain itu akan meningkatkan

⁴ R. Rachmy Diana, "Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam", *Jurnal Psikologi*, Vol. XXXVII No 82 (Januari, 2015) 4.

insight, self reflection, dan perspektif seseorang terhadap masalah daripada hanya mengeluarkan emosi.⁵

Dari penjelasan diatas dapat dipahami bahwa pengendalian emosi sangatlah dibutuhkan karena akan berdampak pada diri sendiri maupun lingkungan.

d. Kriteria Pengendalian Emosi

Hurlock memiliki pendapat bahwa kriteria pengendalian emosi dapat diterima atau tidak secara sosial tergantung pada respon positif orang lain terhadap pengendalian emosi. Namun respon positif saja tidak cukup karena memerlukan kriteria lain yaitu efek yang terjadi setelah pengendalian emosi terhadap kondisi fisik dan psikis, pengendalian emosi tidak merugikan kesejahteraan fisik dan psikis seseorang. Artinya dengan mengendalikan emosi, kondisi fisik dan psikis individu harus ditingkatkan. Dari situ Hurlock menjelaskan tiga kriteria emosi sebagai berikut:⁶

- 1) Mampu melakukan pengendalian diri yang dapat diterima secara sosial.
- 2) Dapat memahami tingkat pengendalian yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan mereka dan memenuhi harapan masyarakat.
- 3) Mampu menilai secara kritis suatu situasi sebelum bereaksi dan memutuskan bagaimana menanggapi.

Dalam psikologi perkembangan menjelaskan, remaja merupakan masa transisi, sehingga banyak yang mengatakan bahwa pada masa ini, anak mengalami krisis ketika mengemukakan emosi dan menjadi lebih sensitif. Misi dari psikologi perkembangan adalah memberi bimbingan dan memberi arahan kepada remaja agar dapat mengatasi masa-masa krisis.

Pengendalian emosi yang sehat dapat dicapai ketika mempunyai kekuatan ego. Yaitu suatu kemampuan dalam mengendalikan diri dari tindakan luapan emosi. Pengendalian emosi yang benar meliputi kemampuan dalam mengendalikan perasaan, respon fisiologis,

⁵ Novi Qonitatin dkk, " Pengaruh Katarsis dalam Menulis Ekspresif sebagai Intervensi Depresi Ringan Pada Mahasiswa" Jurnal Psikologi Undip, Vol. 9, No. 1 (April,2011).

⁶ Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan Edisi 5*, (Jakarta: Erlangga, 1973) 376.

persepsi emosi, dan respon emosional. Pengendalian emosi berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi yang dirasakan nya dan respon emosional yang ditampilkan (fisiologis, perilaku, dan suara) sehingga individu tidak merasa terlalu emosional dan merespon dengan benar.⁷ Menurut penulis seseorang yang mampu memenuhi kriteria dalam pengendalian emosi yang baik akan mudah diterima oleh lingkungan. Kriteria pengendalian emosi tersebut merupakan keadaan seseorang berupa kemampuan seseorang dalam menilai suatu permasalahan sebelum bereaksi dan melakukan langkah apa yang seharusnya dilakukan.

e. Strategi Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi dalam perspektif islam adalah sebuah gambaran dari berbagai jenis emosi yang dirasakan oleh individu, yaitu rasa marah, rasa takut, cinta, senang, benci, dan malu. Cara-cara untuk mengendalikan emosi menurut Al Qur'an dan Sunah sebagai berikut:

- 1) Memohon lindungan kepada Allah dari tipu daya dan godaan setan dengan cara membaca taawudz karena sumber dari segala rasa marah berasal dari setan, sehingga Allah melindungi kita dari segala godaan setan dan bisa meredam emosi yang muncul. Dalam H.R Bukhari dan Muslim dikemukakan mengenai “ *sungguh saya mengetahui ada satu kalimat jika dibaca oleh orang ini, marahnya akan hilang. Jika dia membaca ta'awudz, marahnya akan hilang*”.
- 2) Berdiam diri dan mampu menjaga lisan nya, “ *jika kalian marah, diamlah*” (H.R Ahmad dan Syuaib Al-Arnauth)
- 3) Diperintahkan untuk ambil posisi yang lebih rendah dari sebelumnya, “*apabila kalian marah dan dia dalam posisi berdiri, hendaknya dia duduk. Karena dengan itu marahnya bisa hilang. Jika belum juga hilang, hendak dia mengambil posisi tidur*”(H.R Ahmad, Abudaud).
- 4) Mengingat hadis
“ *Siapa yang berusaha menahan amarahnya, padahal dia mampu meluapkan nya, maka dia akan Allah*

⁷ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2017) 22

panggil dihadapan seluruh makhluk pada hari kiamat, sampai Allah menyuruhnya untuk memilih bidadari yang dia kehendaki”.

- 5) Segera mengambil wudhu ataupun mandi
 Saat kita bisa mengendalikan emosi kemudian mengekspresikan nya, kita memperoleh keuntungan bisa mengendalikan emosi lebih cepat dan kembali kedalam kehidupan emosi seperti normal. Orang yang mampu mengendalikan emosi dengan baik sejatinya memiliki iman yang kokoh dan memiliki keteguhan dalam berkeyakinan dan akan mendapatkan nikmat maupun kebahagiaan karena bisa berhasil mengalahkan nafsu yang dimilikinya.⁸

f. Jenis-Jenis Pengendalian Emosi

Jenis-jenis dalam pengendalian emosi terbagi menjadi dua bagian, yaitu:

- 1) Eksternal
 Proses pengendalian emosi eksternal dilakukan oleh orang-orang yang berada disekitarnya dengan cara memberikan arahan atau pengertian kepada orang yang sedang mengalami emosi, seperti diberikan kesempatan untuk menyampaikan keinginannya melalui bahasa lisan maupun sebuah tindakan. Jadi orang tersebut menyampaikan keinginan nya melalui orang terdekatnya sehingga mampu mengurangi emosinya.
- 2) Internal
 Pengendalian emosi internal ini berasal dari dalam diri sendiri, semisal orang itu mengalami kekecewaan yang mendalam kepada seseorang lebih baik meluapkan segala emosi nya dengan cara menangis. Ketika mampu meluapkan segala emosi nya sendiri dia tidak akan memarahi orang lain kepada sekitarnya. Jika tidak mampu meluapkan emosinya sendiri kemungkinan orang tersebut akan meluapkan emosi

⁸ Shinta Mutiara Puspita, "Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini", Jurnal Program Studi PGRA, Vol. 5, No. 1 (1 Januari 2019).

kepada orang lain sehingga akan menimbulkan permasalahan baru.⁹

g. Pentingnya Pengendalian Emosi

Proses pengendalian emosi yang baik jika kita menginginkan individu mampu berkembang secara normal seperti yang telah dijelaskan oleh Hurlock, ada dua alasan yang dibutuhkan individu dalam mengendalikan emosi nya, diantaranya:

- 1) Sebuah kelompok sosial berharap semua individu dapat belajar mengendalikan emosi mereka kemudian ada sebuah kelompok sosial yang akan menilai apakah yang mereka lakukan berhasil atau tidak, karena setiap ekspresi emosi yang tidak bisa dikendalikan itu sulit untuk diterima.
- 2) Ketika sudah mempelajari tentang ekspresi dalam emosi, maka akan mudah dalam mengendalikannya bahkan bisa menghilangkan emosi tersebut. Jadi dari masa kecil sudah mulai diajarkan untuk mengendalikan emosi akan semakin mudah untuk mereka mengendalikan emosi.¹⁰

2. Pengertian Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*)

a. Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*)

Metode dalam bahasa Yunani diperoleh dari kata *greek*, yakni *methe* yang di artikan melalui, serta *hodos* sebuah jalan, alat ataupun cara. Metode adalah proses penemuan jalan atau cara untuk mencapai sebuah tujuan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, susunan W.J.S Poerwadiminta, bahwa metode merupakan cara yang teratur dan berpikir baik-baik untuk mencapai suatu maksud.¹¹ Menurut Ahmad Tafsir metode adalah sebuah jalan untuk melakukan dan mendapatkan sesuatu. Maksud dari kata tepat dan cepat disini di ungkapkan sebagai efektif dan efisien. Efektif artinya dalam suatu

⁹ Slamet Dwi Priyatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang", (Skripsi, Unnes, 2010) 24.

¹⁰ Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan Edisi 5*, (Jakarta: Erlangga, 1973) 231.

¹¹ W.J.S Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1999) 649.

pembelajaran dan pengajaran dapat di mengerti oleh murid secara sempurna.

Pembelajaran membentuk suatu kepribadian murid. Jadi metode merupakan menentukan jalan yang tepat yang akan di ikuti.¹²

Menurut Fathurrahman Pupuh, dalam kutipan Muhammad Rohman dan Sofan Amri dijelaskan metode secara Harfiah berarti cara atau pemakaian yang umum, metode juga diartikan sebagai suatu cara atau urutan untuk mencapai tujuan tertentu.¹³ Menurut Zulkifli metode adalah cara yang dapat digunakan untuk mengimplentasikan perencanaan yang telah disusun dalam pembelajaran dengan melakukan kegiatan nyata atau praktis.

Metode merupakan sebuah cara melakukan sesuatu. Cara yang dilakukan bisa baik ataupun tidak. Baik buruk metode tergantung dari faktor. Faktor tersebut berupa kondisi ataupun situasi dalam menggunakan metode tersebut. Jadi, dapat disimpulkan Metode dalam hal pengajaran anak autis adalah suatu cara dalam pengajaran yang memiliki tujuan tercapai nya suatu hal sesuai dengan harapan seorang terapi.

Applied Behavior Analysis berasal dari kata kata *Applied* atau terapan, penerapan yang dilakukan dengan teknik dan praktis melalui proses pengujian atau percobaan. *Behavior* sendiri diartikan sebagai perilaku, sesuatu yang bisa dilihat dan dirasakan dari sebuah perkataan orang lain. *Analysis* merupakan suatu bagian terkecil dari sesuatu yang telah dipelajari. Hasilnya kemudian di intervensi dan dimodifikasi, namun jika tidak dilakukan berarti hanya *assessment* saja. Menurut Sutadi, ABA merupakan sebuah ilmu praktis yang memakai metode perubahan perilaku untuk mengajari anak autis untuk menguasai berbagai jenis kegiatan sehari-hari dengan nilai standar umumnya pada masyarakat. Untuk mendapatkan hasil yang diharapkan.¹⁴

¹² Ahmad Tafsir, *Metodelogi Pengajaran Agama Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya,1996) Hal 34.

¹³ Muhammad Rohman, *Strategi dan Desain Pengembangan System Pembelajaran*, (Jakarta: Prestasi Puntakarya,2013) 28.

¹⁴ Nofri Julimet, Sofyan Cholid, "Pelatihan Terapi Autis Metode Applied Behavior Analysis (ABA) Studi Kasus Pada Proses Pelatihan Terapi Autis Di

Metode ABA dapat diartikan penerapan dari prinsip teori tingkah laku yang memiliki tujuan memperbaiki, mengubah, dan peningkatan perilaku yang dianggap kurang menjadi lebih baik lagi. Metode ini sangat membantu pembelajaran anak-anak berkebutuhan khusus. Metode ini sangat bermanfaat dalam mengatasi permasalahan behavioristik dan meningkatkan permasalahan behavior. Terapi ini sudah digunakan sejak dulu untuk anak autisme. Ketika anak mampu dalam mengatasi permasalahan nya seperti dalam hal mengendalikan emosi yang muncul terapis memberikan *positive reinforcement* (Hadiah atau pujian). Metode sudah hadir dari puluhan tahun lalu namun tidak ada yang mengklaim sebagai penemunya.

Ivar O. Lovaas berasal dari University of California at Los Angeles (UCLA) Amerika Serikat melakukan penerapan metode *Applied Behavior Analysis* terhadap anak-anak autis. Dari hasil penerapan itu anak-anak yang sulit akan disembuhkan setelah menggunakan metode ini dapat memasuki sekolah formal.

Menurut penulis metode ABA merupakan metode yang digunakan untuk mengubah perilaku yang tidak sesuai dengan menggunakan teknik kepatuhan dan kontak mata sebagai dasar dari metode ini. Metode ini digunakan dalam pembelajaran anak-anak berkebutuhan khusus dengan mengaplikasikan perilaku menggunakan sebuah analisa.

b. Prinsip-Prinsip Metode ABA

Dasar dari metode ABA adalah proses penyampaian materi kepada anak melalui sebuah pendekatan. Berikut ini merupakan prinsip-prinsip dari metode ABA:

- 1) Memberikan kasih sayang yang tulus sehingga timbul rasa hangat, untuk menjaga kontak mata untuk melatih kefokusannya jika dilakukan secara konsisten.
- 2) Tegas dalam mengajar anak
- 3) Tidak melakukan memukul, lebih sabar terhadap anak.
- 4) Prompt (bantuan, arahan) dengan tegas dan lembut

- 5) Memberikan apresiasi kepada anak agar menjadi termotivasi menjadi lebih baik lagi.¹⁵

Penciptaan suasana yang tenang dalam melakukan metode ABA dalam membangun hubungan dengan anak usahakan tidak menyertakan emosi saat melakukan apapun. Rasa sabar harus dimiliki dalam menghadapi sikap anak dan menjadi contoh yang baik untuk anak agar bisa ditiru.

c. Teknik-Teknik Metode ABA

Teknik terapi ABA dibagi menjadi empat menurut Bonny Danuatmaja, diantaranya :

1) Instruksi

Dalam memberikan instruksi dalam metode ABA harus konsisten, mudah dipahami, dan hanya satu kali dalam memberikannya. Instruksi yang diberikan berupa satu kata, misal : Ambil, lakukan, tutup, keluar, masuk. Pemberian instruksi oleh terapis dengan suara netral, agak keras, dan harus tegas, dan tidak boleh dengan kata-kata kasar. Kejelasan dalam memberikan instruksi harus sesuai dengan arahan yang telah diajarkan. Misalnya terapis memberikan arahan untuk melipat baju, maka perintah yang diberikan adalah “lipat” dengan bersamaan dalam pemberian prompt melipat baju. Ketika ingin memberikan perintah satu tahap terapis memberikan perintah semisal melipat baju, terapis tidak memberikan pengarahannya dengan tangan. Jadi terapis tidak memberikan prompt. Jika terapis saat memberikan instruksi dengan memberikan prompt maka hal tersebut menjadi tidak jelas dalam memberi pengajaran meniru atau perintah satu atap.

2) *Prompt* (bantuan, dorongan dan arahan)

Prompt merupakan memberikan bantuan terhadap anak ketika mampu melakukan respon yang benar. Prompt sendiri tidak sering digunakan. Prompt disingkat menjadi P. Prompt yang dapat diberikan secara penuh yaitu: *hand on hand*, seorang terapis memberikan arahan dengan memegang tangan si anak dan memberikan arahan terhadap tingkah laku ketika diberikan instruksi. Beberapa contoh prompt berupa kontak mata, melakukan gerak pada anggota tubuh.

¹⁵ Y Handojo, *Autisme pada Anak*, (Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer, 2009) 3.

3) Respon

Dalam memberikan instruksi tidak semua anak dapat melakukan respon dengan benar. Jika dalam memberikan respon anak mengalami kesalahan berikan waktu untuk anak untuk memulai lagi respon nya dengan memberikan umpan baik kepada anak. Terapis mengatakan “tidak” dan pemberian instruksi dibersamai dengan prompt dengan memberikan sentuhan pada tangan kemudian berikan imbalan.¹⁶

4) *Reinforcement*/Imbalan

Anak autisme akan menjadi lebih termotivasi apabila bekerja dalam situasi jika imbalan nya bervariasi. Misal jika seorang anak yang senang dikelitik jika benar yaitu dengan di ajarkan respon yang benar dengan menyuruh nya mengangkat tangan ke atas. Maka jika anak merespon dengan benar akan mendapat kelitikan diketiak. Jadi angkat menjadi proses mendapatkan sebuah imbalan. Adapun aturan yang berlaku untuk menerapkan imbalan:

a) Imbalan tergantung pada perilaku.

Imbalan diberikan ketika anak memberikan respon yang telah di arahkan oleh terapis pada saat itu sesuai dengan instruksi dan diberikan ketika dia mampu melakukan instruksi yang diberikan terapis dan bukan setelah respon lain.

b) Pelaksanaan harus konsisten

Agar efektif *reward* diberikan pada waktu yang bersamaan pada tingkah laku yang sama setiap saat.

c) Pemberian imbalan jangan bermakna ganda

Saat memberikan imbalan ketika anak melakukan dengan benar maka pemberian nya dengan melakukan gaya yang positif seperti tersenyum dan memberikan ucapan “bagus” tetapi jika anak melakukan kesalahan dengan memberikan hukuman namun tidak boleh menggunakan perasaan simpatik.

¹⁶ Suharsimi Arikunto, *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan (edisi revisi)*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009) 20.

- d) Imbalan harus mudah dibedakan oleh anak
Memberikan imbalan yang jelas. Ketika sedang berinteraksi imbalan diberikan ketika berlangsung dengan instruksi. Jadi anak tidak mengetahui kalau itu adalah imbalan.¹⁷

d. Pengaruh Metode ABA untuk Pengendalian Emosi Pada Anak Autis

Penanganan anak autis seharusnya ditangani dengan cara yang berbeda dengan anak normal lainnya dan anak berkebutuhan khusus lain. Biasanya gangguan yang sering di alami anak autis adalah gangguan tingkah laku dan hubungan sosial anak berkebutuhan khusus lainnya masalah yang dimiliki tetapi dia tidak bermasalah dalam melakukan interaksi sosial yang sulit sehingga lebih mudah dalam melakukan terapi, pengajaran dibandingkan dengan anak autis. Permasalahan emosional menjadi hal yang sulit di tangani oleh terapis. Maka memerlukan penanganan yang khusus yang bisa membantu perubahan perilaku dan emosi anak.

Metode ABA membantu penanganan perilaku pada anak autis dengan menggunakan macam macam teknik dan pendekatan. Ketika melakukan terapi menggunakan metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) bisa terjadi perubahan perilaku anak autis yang sudah mendapatkan terapi dengan metode ini secara rutin. Dari sebuah pengamatan dan keterangan dari orang tua anak autis ini terdapat perubahan berupa perilaku emosi pada anak autis dan cara anak mengontrol emosinya ketika merespon atau berinteraksi dengan orang lain.

Terapi ABA yang dilakukan secara rutin selain dapat mengubah perilaku anak yang berkaitan dengan permasalahan emosional juga dapat membantu dalam hal perkembangan dibidang lain seperti kemandirian, komunikasi dan akademik. Perubahan yang terjadi pun setiap anak berbeda tergantung dari kemampuan anak, bukan dari seberapa lama anak melakukan terapi. Metode ABA memiliki fokus dalam mengubah permasalahan anak.

¹⁷ Mega Iswari Biran, Nurhastuti, *Pendidikan Anak Autisme*, (Kuningan: Goresan Pena, 2018) 43-44.

Anak autisme tidak mengenal emosi, mengekspresikannya maupun mengendalikannya, penyebabnya adalah kegagalan dalam *Joint Attention*. *Joint Attention* merupakan kegagalan dalam melekatkan dan berbagi dengan orang lain. Setelah itu mengenal metode ini anak dapat mengekspresikan emosi dengan baik. Pada dasarnya dalam mengendalikan emosi pada anak autisme cocok dalam menggunakan teori pengkondisian terapan.¹⁸

3. Faktor Penghambat dan Pendukung Metode ABA

a. Faktor Pendukung

Bimbingan dapat berjalan dengan baik apabila terdapat perbaikan dalam proses pelaksanaan kegiatan yang berasal dari guru ataupun programer atau pengelola yayasan. Beberapa faktor yang mendukung metode ABA:

- 1) Memiliki guru ataupun terapis yang profesional
Untuk menjadi seorang guru autisme itu tidak asal ada kemauan, tetapi ada syarat yang dibutuhkan seperti guru harus sepuluh kali lebih kreatif dan inovatif, sepuluh kali lebih sabar, sepuluh kali lebih berdedikasi, dan sepuluh kali lebih mempunyai hati.
- 2) Pemberian metode harus intensif tidak sering diubah
Dalam memberikan metode yang tepat harus disesuaikan dengan diagnosa pada anak dan dilakukan dengan berkesinambungan serta tidak berubah-ubah. Tujuan dari hal ini ketidakmungkinan dalam menetapkan satu penanganan yang tepat. Metode ABA sendiri untuk memperkuat perilaku yang baik tepat dan mengganti perilaku yang kurang tepat. Yang bertujuan mengurangi khas pada anak autisme.¹⁹
- 3) Memiliki dana yang cukup dalam menunjang kegiatan terapi anak autisme.
dalam menunjang pembelajaran atau terapi anak autisme membutuhkan dana yang cukup banyak. Sekarang pemerintah sedikit demi sedikit mulai memperhatikan anak kebutuhan khusus, selain itu juga dari orang tua,

¹⁸ Ryzkha Sughiana, "Penerapan Terapi Applied Behavior Analysis dalam Mengatasi Emosi Negatif Anak Autisme di Sekolah Luar Biasa Negeri Pare-Pare" (Skripsi IAIN Parepare, 2019), 74-75.

¹⁹ Pelatihan Guru Pendamping Orangtua untuk Menghadapi Anak berkebutuhan Khusus Periode 3, *Anak Dengan Autisme*, Sabtu, 13 April 2013, 4.

dana tersebut digunakan untuk kegiatan terapi maupun kebutuhan sehari-hari guru, anak-anak berkebutuhan khusus serta sarana dan prasarana yang dibutuhkan.

- 4) Alat terapi yang digunakan sesuai yang dibutuhkan dalam proses terapi.

Ketika melakukan proses terapi kita juga membutuhkan alat-alat yang menunjang. Seperti alat peraga, musik, alat kesehatan dan lain lain.

- 5) Orang tua dan masyarakat memberikan dukungan
Anak autis membutuhkan kasih sayang yang lebih dari lingkungan nya, perawatan yang lebih, perhatian yang lebih. Dan memang membutuhkan kebutuhan materi yang diberikan untuk biaya pendidikan dan perawatan.

- 6) Guru memiliki kesabaran dalam melakukan terapi
Guru atau terapis harus mengerti karakteristik anak autis karena kondisinya yang seperti itu. Banyak suka duka yang dialami guru ataupun terapis dalam berhadapan dengan anak autis. Namun seorang terapis yang mempunyai hati pasti nya tidak merasakan duka. Anak-anak berkebutuhan khusus memiliki kejujuran, penuh dinamika, penuh arti, maupun semangat. Kesuksesan seorang terapis terlihat dari kesempatan mereka dalam mengajari anak autisme yang memiliki kesempatan seperti anak-anak normal pada umumnya.²⁰

b. Faktor Penghambat

Adapun faktor penghambat dalam metode ABA diantaranya:

- 1) Sumber daya manusia yang profesional sedikit sehingga dalam menangani anak autis menjadi terbatas. Pimpinan yayasan atau pemilik dari sebuah rumah terapi untuk anak-anak berkebutuhan khusus seperti autis ketika akan menerima seorang terapis mengadakan training terlebih dahulu. Maksud dari kegiatan itu agar guru ataupun calon terapis dapat terlatih mengajar dan merawat anak autis. Karena tidak semua orang betah dalam mengampu anak autis.
- 2) Adanya *shopping-therapy* (berpindah-pindah sekolah/metode) karena tidak sabaran.

²⁰ Pelatihan Guru/ Pendamping/ Orangtua untuk Menghadapi Anak berkebutuhan Khusus periode 3, 7.

Dalam menjalankan proses terapi kadang ada orang tua yang merasa tidak puas dengan hasilnya dan merasa anak tidak ada perkembangannya sehingga mereka buru-buru untuk memindahkan anak ke rumah terapi lain. Padahal jika penanganan dilakukan secara intensif pastinya akan ada perkembangan walaupun prosentasenya sedikit. Yang jelas orang tua harus telaten dan sabar.

- 3) Guru atau terapis saat melakukan terapi muncul rasa emosional

Ketika rasa emosional muncul pada terapis atau guru hendaknya terapis mengalihkan anak seperti memberikan mainan atau memberikan cemilan terlebih dahulu. Ketika emosi yang muncul sudah mereda, terapis melanjutkan dalam proses terapi tersebut.

- 4) Anak yang mengalami tantrum (emosi)

Anak yang tantrum menjadi salah satu hambatan dalam melakukan proses terapi ABA. Biasanya terapis memerlukan tenaga yang lebih saat menanganinya. Jika tantrum nya parah bahkan membutuhkan beberapa terapis untuk menenangkannya.²¹

Jadi, faktor pendukung dari metode ABA menurut penulis adalah terapis yang profesional yang memberikan terapi secara intens dan tidak sering diubah. Dana yang cukup serta lingkungan yang mendukung.

4. Autisme

Anak dengan kebutuhan khusus (*Special Needs*) kategorinya ada banyak diantaranya adalah autisme. Perilaku autisme sendiri dibagi menjadi dua macam yaitu perilaku yang berlebihan (eksesif) dan perilaku yang berkekurangan (defisit). Emosi yang berlebihan hingga menyebabkan anak tantrum termasuk dalam kategori ekksesif. Sedangkan perilaku defisit diantaranya gangguan dalam berbicara, tertawa tanpa sebab ataupun melamun. Gangguan emosi pada anak autisme mudah sekali muncul ditambah lagi dengan adanya stimulus yang tidak terduga dan anak tidak mampu mengontrolnya. Faktor yang menyebabkan anak autisme mengalami gangguan emosi

²¹ Pelatihan Guru/ Pendamping/ Orangtua untuk Menghadapi Anak berkebutuhan Khusus periode 3, 7.

diantaranya benda, situasi atau keadaan, dan orang-orang yang berada disekitarnya. Dalam membantu pengendalian emosi anak dengan membiasakan yang berulang-ulang salah satunya dengan penggunaan metode ABA.²²

Gangguan emosional pada anak autis bisa dilihat pada perilaku mereka yang sukar untuk diatur, anak yang susah untuk diatur, mengamuk, menyakiti diri sendiri. Perilaku yang tidak biasa dilakukan oleh orang-orang pada umumnya karena anak autis memiliki emosi yang cenderung berlebihan. Akibat dari gangguan pada anak autis menjadi kurang dalam memperhatikan lingkungannya dan asyik dengan dunianya sendiri. Gangguan tersebut bersumber pada ortak sehingga terganggunya komunikasi dan interaksi menjadi ciri khas karena terlambatnya perkembangan pada anak. Anak juga mengalami kelemahan dalam menirukan orang lain atau disebut belajar imitasi. Komunikasi pada anak yang pada umumnya menirukan orang-orang disekitarnya yang terhambat menjadikan perkembangan bahasa dan bicaranya tidak bisa dilakukan secara optimal.²³

5. Pandangan Al Qur'an Mengenai Pengendalian Emosi

Cara mengendalikan emosi yang diajarkan oleh Allah SWT salah satunya dengan dzikirullah, sabar, dan memaafkannya. Sabar dan memaafkan merupakan salah satu model *Coping* dalam mengendalikan emosi. Sedangkan dzikirullah merupakan model pengalihan (*displacement*) dalam melakukan pengendalian emosi.²⁴

a. Sabar

Dijelaskan dalam Surat Yusuf ayat 18 mengenai salah satu cara untuk mengendalikan emosi yaitu dengan cara sabar, yang berbunyi:

وَجَاءُوا عَلَىٰ قَمِيصِهِ □ بَدْمٍ كَذِبٍ قَالِ بَلِ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ
 أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَىٰ مَا تَصِفُونَ

²² Y Handojo, *Autisma*, (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2003) 13.
²³ Riza Noviana Khoirunnisa dan Muhammad Nur Salim, "Studi Kasus Dinamika Emosi Pada Anak autis", *Jurnal Psikologi*, Vol 2, No 2, (Februari,2012)118.
²⁴ M. Darwis Hude, *Emosi Penjelajahan Religio-psikologis Tentang Emosi Manusia dalam Al-Qur'an*, (Jakarta: Erlangga, 2006) 259.

Artinya: Dan mereka datang membawa baju gamisnya (yang berlumuran) dengan darah palsu. Ya'qub berkata: “ sebenarnya dirimu sendirilah yang memandang baik perbuatan (yang buruk) itu; Maka hanya bersabar yang baik itulah kesabaranku. Dan kepada Allah saja memohon pertolongan-Nya terhadap apa yang kamu ceritakan .”²⁵

Pada ayat tersebut diceritakan nabi Ya'qub yang kehilangan anaknya yang sangat beliau cintai yaitu Yusuf dan Bunyamin. Dalam menafsirkan bentuk kesabaran Ibnu Katsir menafsirkan nabi Ya'qub yang melakukan kesabaran sebaik-baik kesabaran. Dan beliau ketika dihadapkan dengan sebuah musibah hanya meminta pertolongan kepada Allah SWT. Dari keadaan tersebut gambaran nabi Ya'qub sebagai orang yang mampu mengontrol emosinya dengan rasa sabar. Kesabaran yang telah dilakukan oleh Nabi Ya'qub dengan sepenuh hati tanpa ada rasa gelisah. Nabi Ya'qub ketika anaknya meninggal tidak mencela perbuatan-perbuatan anaknya beliau memilih menyalahkan diri kepada Allah.²⁶

Kesabaran dalam Al Qur'an disebutkan 103 kali dalam bentuk kata kerja maupun redaksi benda, yang ada di 46 surah, (29 surah Makiyah dan 17 surah Madaniyah) dan 101 ayat. Sabar dapat diartikan perbuatan menahan jiwa dari rasa cemas.²⁷

b. Memaafkan

Surat Yusuf ayat 91 menjelaskan mengenai kelembutan sikap yang dimiliki Nabi Yusuf atas sikap saudara-saudaranya yang dzalim kepadanya dan memaafkan segala perbuatan saudaranya di masa lalu.

قَالُوا تَاللّٰهِ لَقَدْ اٰثَرْنَا اللّٰهَ عَلَيْنَا وَاِنْ كُنَّا لَخٰطِبِيْنَ

²⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, (Bogor: Sabiq, 2008), Cet 10, 237.

²⁶ Fuad Al-Aris, Latha'f Al-Tafsir Min Surah Yusuf, trj. Fauzi Bahrezi, dengan Judul *Pelajaran Hidup Surah Yusuf*, (Jakarta:Zaman, 2013) 107.

²⁷ Muhammad Fu'ad Abd al-baqi, *al-Mu'jam al-Muhfaras li alfadhzi Al Qur'an* (Cairo: Dar al-Kutub al-Mishriyah, 1364 H), 400-401.

Artinya: Mereka berkata: “ Demi Allah, sesungguhnya Allah Telah melebihkan kamu atas kami, dan sesungguhnya kami adalah orang-orang yang bersalah (berdosa)”.²⁸

Dalam ayat ini saudara dari Nabi Yusuf mengungkapkan gambaran rasa ikhlas dan ketulusan ketika memuji Nabi Yusuf. Allah telah melebihkan Nabi Yusuf dari mereka, kata saudara-saudara Nabi Yusuf. Diantara kelebihan beliau adalah kesantunan, kesabaran, kemuliaan, ketampanan, sikap ihsan, pengetahuan, dan kekuasaan. Ayat tersebut juga menjelaskan ungkapan pengakuan bersalah dan permohonan maaf dan diampuni. Mereka mulai menyadari dan mencela apa yang diperbuatnya sendiri. Mereka mengakui kezaliman mereka dan kesalahannya tanpa ada dalih alasan yang mereka buat-buat. Hanya rahmat Allah yang mereka harapkan.

Cara meminta maaf saudara-saudara Yusuf adalah hal yang perlu kita perhatikan. Permintaan maaf dilakukan dengan akhlak mulia. Dengan segala pujian yang mereka ungkapkan kepada Nabi Yusuf dan terlebih dahulu meminta maaf kepada orang yang di dzalimi²⁹

c. **Dzikirullah**

Surat Yusuf 86 menjelaskan mengenai dzikirullah yang nabi Ya'qub lakukan untuk memberi ketenangan pada dirinya ketika dalam kondisi kesedihan yang amat mendalam karena kehilangan anaknya, beliau memilih mengadakan segala kondisinya kepada Allah SWT dengan dzikirullah. Walaupun secara lafadz, dzikir tidak terdapat pada ayat ini, namun secara maknanya terdapat artian dzikir dalam ayat ini.

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ

Artinya: Ya'qub menjawab: “Sesungguhnya hanyalah kepada Allah aku mengadakan segala

²⁸ Al-hikmah, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, diterjemahkan oleh Penyelenggara Penerjemah Al Qur'an dan disempurnakan Oleh lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an, (Bandung: Diponegoro,2014)Cet 10, 243.

²⁹ Fuad Al-Aris, Latha'f Al-Tafsir Min Surah Yusuf, trj. Fauzi Bahrezi, dengan Judul *Pelajaran Hidup Surah Yusuf*, (Jakarta:Zaman, 2013) 206.

kesedihanku, dan aku mengetahui dari Allah apa yang kamu tiada ketahui.”³⁰

Dalam kesedihan nya Nabi ya'qub lebih memilih untuk tidak memperlihatkan nya kepada orang lain dan memilih untuk menyendiri. Ketika Ya'qub dihibur oleh orang-orang yang berada di sekelilingnya, beliau mengungkapkan bahwa ia mengungkapkan segala rasa sedihnya kepada Tuhan. Dzikirullah diartikan sebagai mengingat atau menyebut nama Allah. Dan Allah pun memyuruh manusia untuk selalu berdzikir kepada-Nya sebanyak mungkin. Dzikirullah merupakan pengalihan dari masalah yang dihadapi seseorang. Bacaan dzikir diantaranya wirid, doa, tilawah, kalimat thayyibah yang membuat hati menjadi lebih tenang ketika apa yang kita harapkan tidak terpenuhi.

Emosi positif yang berasal dari dzikirullah mampu membentengi diri dari emosi negatif yang ada pada diri manusia yang memiliki iman. Maka dari itu dzikirullah menjadi salah satu cara pengalihan (*displacement*) yang bermanfaat sebagai pengalihan emosi dari negatif ke positif. Ketika mengingat Allah dalam segala kondisi maka sirkuit yang menghubungkan manusia dengan qlbnya senantiasa dalam keadaan stanby (posisi on). Keputusan tidak memiliki kesempatan untuk masuk. Suudzon, amarah dan sikap-sikap buruk lain nya.³¹

B. Penelitian Terdahulu

Ketika penelitian ini belum ada, sudah ada beberapa penelitian yang membahas mengenai terapi ABA dalam menangani emosional anak autisme. Beberapa hasil penelitian yang relevan yang telah ditelusuri peneliti diantaranya:

Skripsi dari "Imro'atul Mardiyah" yang berjudul "Metode Applied Behavior Analysis (ABA) dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Anak Speech Delay di Yayasan Pendidikan Terpadu Mata Hati Bandar Lampung" dalam skripsi nya menjelaskan fokus penelitian dalam proses penerapan metode ABA untuk anak speech delay yang memiliki kecenderungan autisme dalam meningkatkan

³⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, (Bogor: Sabiq, 2008), Cet 10, 245.

³¹ M. Darwis Hude, *Emosi Penyelajahan Religio-pskologis Tentang Emosi Manusia Di dalam Al-Qur'an*, (Jakarta: Erlangga,2006) 270.

interaksi sosial yang memiliki rentang usia antara 2-5 tahun di Yayasan Pendidikan Terpadu Mata Hati Bandar Lampung. Penggunaan teknik DTT mampu mengoptimalkan potensi pada diri anak yang menggunakan beragam tingkatan materi sesuai dengan kebutuhan anak. Dengan seperti itu dapat membantu speech delay dalam menstimulus kemampuan berbicara.³² Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian ini adalah penerapan metode ABA yang dilakukan peneliti fokus kepada penyandang autisme sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Imro'atul Mardiyah metode ABA yang dilakukan difokuskan pada anak speech delay.

Skripsi dari “Ryzkha Sughiana” yang berjudul “Penerapan Terapi Applied Behavior Analysis dalam Mengatasi Emosi Negatif Anak Autis di Sekolah Luar Biasa Negeri Pare-Pare” dalam skripsinya menjelaskan munculnya masalah perkembangan emosi menurut pandangan psikologi dalam teori TOM terjadi akibat kurangnya kontak mata juga kontak afeksi sehingga anak mengalami kegagalan pada tingkatan-tingkatan TOM atau dalam proses belajar mengenal emosi dari lingkungan sekitarnya. Respon yang dihasilkan nya pun sebagian besar adalah emosi negatif yang berdampak melukai dirinya dan orang lain ataupun barang-barang disekitarnya. Hasil dari penelitian ini anak dengan gangguan autis memiliki emosi negatif yang cenderung lebih banyak. Salah satu penanganannya dengan menggunakan metode ABA sebagai salah satu cara mengajarkan anak merespon emosi negatif sehingga anak menjadi lebih mudah dalam mengikuti instruksi.³³Perbedaan dari penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan peneliti dilakukan di sebuah rumah terapi sedangkan penelitian ini dilakukan di SLB. Penelitian ini dilakukan untuk mengatasi emosi negatif anak. Sedangkan peneliti lebih ke segala bentuk emosi yang berlebihan pada anak.

Ratna Sari Hardiani dalam jurnal nya yang berjudul “ Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*): Kemampuan Bersosialisasi Kemampuan Bersosialisasi Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial

³² Imro'atul Mardiyah, “*Metode Applied Behavior Analysis (ABA) dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Anak Speech Delay di Yayasan Pendidikan Terpadu Mata Hati Bandar Lampung*”. (Skripsi, UIN Raden Lampung, 2019).

³³ Ryzkha Sughiana, “Penerapan Terapi Applied Behavior Analysis (ABA) dalam Mengatasi Emosi Negatif Anak Autis di Sekolah Luar Biasa Negeri Parepare” (Skripsi, IAIN Parepare, 2019) 36.

Anak Autis”, hasil dari penelitian ini ada peningkatan dalam melakukan interaksi sosial anak autis setelah dilakukannya terapi dengan menggunakan metode ABA kurang lebih enam kali. Perubahan mulai terlihat di pemberian perlakuan yang kelima. Hasil itu menunjukkan bahwa metode ABA sangat efektif dalam mempelajari kemampuan sosial memperhatikan, pertahanan kontak mata, dan mengontrol masalah perilaku.³⁴ Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lain adalah penggunaan metode ABA dilakukan untuk melatih kemampuan bersosialisasi anak autis sedangkan yang dilakukan oleh penelitian lain metode ABA difokuskan pada pengendalian emosi anak autis.

C. Kerangka Berpikir

Uma Sekaran mengartikan kerangka berpikir dalam bukunya *business research* bahwa kerangka berpikir adalah sebuah model yang sudah dikonsepsikan tentang bagaimana teori yang terhubung dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.³⁵ Bagan dibawah ini menjelaskan bahwa cara mengendalikan emosi penyandang autisme tidak mudah, setiap anak memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi yang berbeda-beda. Sudah menjadi tugas terapis membantu dalam proses terapi. Pengendalian emosi merupakan hal yang penting agar mereka mampu berinteraksi sosial dengan manusia lain secara normal.

Penyandang autisme mengalami gangguan dalam emosi seperti agresivitas, kecemasan dan tantrum. Permasalahan emosional anak tersebut dapat diatasi dengan menggunakan metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) dengan melatih kontak mata dan kepatuhan anak. Ketika mereka sudah bisa melakukan kontak mata dan kepatuhan akan mudah menangani anak dalam mengatur emosi. Pengendalian emosi anak diantaranya *Hugging*, *displacement*, *time out*, *extinction*. Adapun bentuk dalam kerangka berpikir dalam penelitian ini sebagai berikut:

³⁴ Ratna Sari Hardiani, Sisiliana Rahmawati, “Metode ABA (Applied Behavior Analysis): Kemampuan Bersosialisasi Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Anak Autis”, *Jurnal Keperawatan Soedirman*, Vol 7, No. 1 (Maret, 2012).

³⁵ Masrukin, *Metode Penelitian Kualitatif* (Kudus, Buku Daras STAIN KUDUS, 2009), 119.

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian

