

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Sejarah dan Latar Belakang Berdirinya Rumah Terapi Darul Fathonah Desa Pejaten, Krandon Kecamatan Kota Kudus, Kabupaten Kudus

Tahun 2015 bermula dari bu Odi, bu Heni, bu Tyas pendiri dari rumah terapi Darul Fathonah Kudus menemukan sebuah kasus anak autis yang dipasung. Kondisi dari Rumah Terapi pada waktu itu belum didirikan. Melihat kejadian anak yang dipasung, sebagai seorang terapis mereka merasa prihatin. Bu Heni sebelum mendirikan rumah terapi sudah memiliki pekerjaan dan memiliki lembaga sendiri yang bernama Yogyakarta Center. Bu Tyas pun sebelumnya juga sudah bekerja sebagai seorang terapis disalah satu rumah sakit. Bu Hajar juga sudah memiliki basic psikologi. Anak yang di pasung bertempat tinggal di Mejobo Kudus. Orang tua anak memberikan izin kepada bu Heni untuk memberikan layanan kepada anak. Dengan bantuan dari keluarga anak mulai di kaji. Perawatan pun dilakukan di rumah orang tua anak.

Tempat yang digunakan untuk menerapi anak sebelumnya merupakan kandang ayam. Bu Odi merasa tempat itu tidak tepat untuk dijadikan tempat terapi. Saat beliau berkeluh kesah kepada orang tuanya, pada akhirnya orang tua dari bu Odi memberikan tempat yang digunakan sampai sekarang ini untuk melakukan proses terapi dan dibantu oleh beberapa donatur. Anak autis yang di temukan oleh bu Heni dibawa ke tempat terapi. Kabar tersebut kemudian terdengar ke orang-orang. Banyak orang mempercayakan untuk melakukan terapi di Rumah Terapi Darul Fathonah, termasuk klien dari bu Heni dari luar kota mulai mengetahui jika bu Heni memiliki tempat terapi yang berada di Kudus.

Rumah Terapi berdiri tahun 2015, tetapi baru memiliki wacana. Pembangunan selesai pada tahun tahun 2016-tahun 2017 awal. Sekarang tempat itu sudah menjadi yayasan Darul Fathonah Kudus. Legalitas dari Kemenhum pun sudah ada pada

yayasan. Sebelumnya, tempat dari yayasan ini ikut induk dari yayasan bu Heni.¹

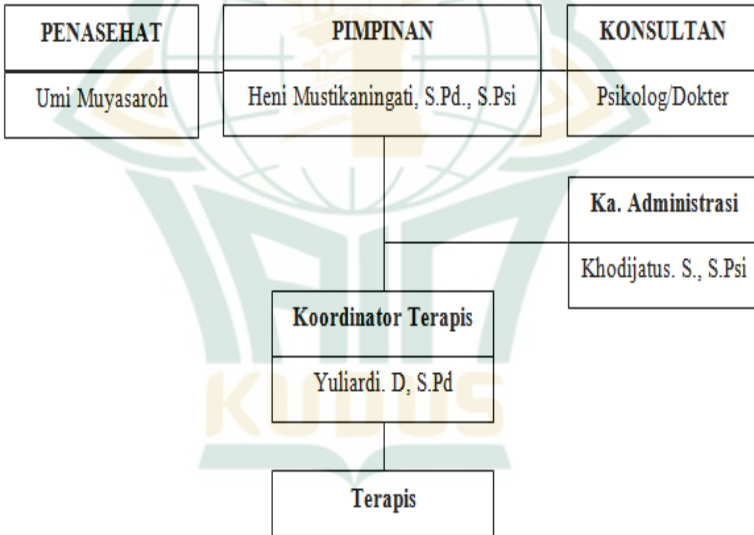
2. Profil Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

a. Informasi Umum

- Nama Instansi : Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus
- Alamat : Jl. K.H Moh Arwani, Pejaten, Krandon, Kec. Kota Kudus, Kab. Kudus, Jawa Tengah, 59314.
- Tanggal Pengesahan : 6 Februari 2017

b. Susunan Kepengurusan

Gambar 4.1 Susunan Kepengurusan Rumah Terapi Darul Fathonah



¹ Ibu Tyas, wawancara oleh penulis, 8 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

3. Visi Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

Mengantar generasi mandiri guna mengoptimalkan tumbuh kembang anak sesuai bakat dan kecerdasan nya.



Gambar 4.2 Visi Rumah Terapi

4. Sarana dan Prasarana

Fasilitas di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus berbentuk seperti kelas sentra. Sentra sendiri adalah unit-unit arena belajar. Anak dipersilahkan memilih tempat yang mereka sukai, kemudian terapis menyesuaikan anak sesuai jadwal anak yang diperoleh terapis. Kemudian ada dua ruangan yang biasanya digunakan untuk anak yang susah mengendalikan emosi nya (tantrum) agar proses belajar dan terapi tidak mengganggu teman lain nya.

Rumah Terapi Darul Fathonah memiliki lokasi yang cukup strategis yaitu berada di lingkungan masyarakat yang jauh dari keramaian karena berada di dalam gang. Selain itu halaman dalam Rumah Terapi juga lumayan luas sehingga dapat dimanfaatkan sebagai tempat dilakukannya proses terapi, terutama dalam melakukan terapi motorik kasar. Berikut merupakan gambar dari ruangan kelas, dan halaman yang digunakan sebagai fokus *setting* penelitian.

Tabel 4.1 Sarana dan Prasarana

Sarana dan Prasarana	Jumlah
Meja	8
Matras	13
Tenaga Pengajar	16
Tempat Alat Peraga Edukasi	1
Ruang Kantor Tata Usaha	1
Ruang terapi	2

Sumber: Data hasil observasi

Hasil dari Observasi terdapat sentra-sentra yang nyaman dan ruangan kelas. Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus memiliki fasilitas yang sudah disediakan seperti meja untuk proses pembelajaran, matras, tempat untuk alat peraga, dan kelas.

5. Keadaan Terapis Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

Kondisi terapis Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus dari segi pendidikan ada yang sarjana dan ada yang tidak. Menurut Bu Tyas tidak semua orang mau menjadi seorang terapis, karena membutuhkan rasa sabar yang lebih ketika menghadapi anak berkebutuhan khusus. Mereka yang tidak sarjana bahkan memiliki pengalaman yang lebih sebelumnya ditempat kerja yang dahulu. Kemampuan dari terapis rumah terapi sudah tidak diragukan lagi. Jumlah dari terapis keseluruhan nya adalah 16 orang. Terapis berasal dari berbagai daerah, tidak hanya dari Kudus saja. Terapis disini juga memiliki piket jaga malam yaitu menginap di Rumah Terapi untuk menjaga anak yang bermukim. Biasanya yang memperoleh shift malam adalah terapis laki-laki.²

Tabel 4.2 Data Terapis Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

No.	Nama	Alamat
1.	HM	Pati
2.	KS	Kudus
3.	HNL	Jepara
4.	YDT	Kudus
5.	LK	Kudus
6.	NI	Kudus
7.	AAF	Banjarnegara
8.	SW	Kudus
9.	KN	Jepara
10.	RS	Kudus
11.	FWS	Kudus
12.	AA	Jepara
13.	MAR	Kudus
14.	US	Kudus
15.	ANF	Kudus
16.	NH	Rembang

Sumber: Data hasil observasi

²Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

6. Profil Responden di Rumah Terapi Darul Fathonah

Rumah terapi memiliki jumlah 46 anak, rumah tersebut terdapat anak berkebutuhan khusus diantaranya Down Syndrom, Speech Delay, Tuna Rungu, Autis, Hiperaktif, ADHD, Hipo Aktif. Namun penelitian ini difokuskan kepada anak autis. Yang difokuskan kepada 3 anak yang belajar di Rumah Terapi. Data tersebut diperoleh dari hasil wawancara dan Observasi anak.

a. Anak “MI”

Usia : 13 tahun
 Alamat : Ngembal Kulon, Jati
 Jenis Kebutuhan : Autis
 Lama Terapi : 2019 hingga sekarang

b. Anak “RY”

Usia : 14 tahun
 Alamat : Ngembal Kulon, Jati
 Jenis Kebutuhan : Autis
 Lama Terapi : 2019- hingga sekarang

c. Anak “RAI”

Usia : 14 tahun
 Alamat : Raji, Demak
 Jenis Kebutuhan : Autis
 Lama Terapi : 2019 hingga sekarang³

7. Kegiatan Belajar Rumah Terapi

Proses pembelajaran di Rumah Terapi Darul Fathonah berlangsung dari pukul 07.30 sedangkan proses kegiatan berlangsung sesuai dengan jadwal jam yang telah diperoleh. kegiatan di Rumah Terapi berlangsung berdasarkan paket yang telah di ambil oleh orang tua. Jadi ada anak yang mengambil paket full day dan ada yang hanya satu jam atau 2 jam kegiatan. Pengambilan paket sesuai kemampuan orang tua, karena tidak semua orang tua anak berkebutuhan khusus orang yang mampu secara finansial.

³ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 8 Februari, 2022, wawancara 2, Transkrip.

Tabel 4.3 Jadwal Kegiatan Anak Full Day

Jam	Kegiatan Anak
07.30-10.30	Berdoa, Motorik halus, diselipkan proses terapi metode ABA.
10.30-12.00	Motorik kasar.
12.00-12.30	Istirahat
12.30-14.00	bermain dan belajar menggunakan alat peraga.

Sumber: Data hasil observasi

Kegiatan anak dimulai dari jam 07.30 dengan berdoa terlebih dahulu yang dibantu oleh terapis, dilanjutkan dengan membaca surat-surat pendek atau doa sehari-hari. Proses terapi dilakukan sesuai pedoman yang diperoleh dari anak.

B. Deskripsi Data

Deskripsi data diperoleh dengan melakukan proses penelitian berupa proses wawancara, observasi, maupun dokumentasi yang dilakukan di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus. Rumah Terapi ini digunakan untuk proses terapi anak berkebutuhan khusus. Kegiatan terapi bisa berlangsung dengan cara antar jemput oleh orang tua anak. Selain itu, ada juga anak yang menetap disitu namun hanya ada satu ruangan untuk ditinggali. Jadi, rata-rata anak yang melakukan terapi diantar jemput oleh orang tuanya. Kategori anak di rumah terapi Darul Fathonah tidak hanya anak autis, tetapi ada banyak kategori lain.

1. Kriteria Proses Pengendalian Emosi di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus untuk Anak Autis

Kriteria pengendalian emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola emosi sehingga dapat diterima oleh orang-orang disekitarnya.

a. Kemampuan mengenali jenis-jenis emosi pada anak autis di rumah terapi Darul Fathonah

Anak autis pada dasarnya anak yang mengalami gangguan dalam hal komunikasi, perkembangan, perilaku, sosial dan juga emosi. Jenis-jenis emosi pada anak autis sama dengan manusia normal pada umumnya. Ekspresi yang ditimbulkan dengan tiba-tiba marah, menangis, ketakutan yang tidak ada sebabnya, cenderung lebih sulit dalam mengendalikan emosinya. Sebagaimana yang dikatakan bu Tyas dan sebagai terapis di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus.

“Anak autis akan marah, menyakiti diri sendiri, berteriak, menangis, berlari kesana kemari. Ya begitulah cara mereka mengekspresikan emosinya, sebenarnya ketika mereka marah itu wajar seperti anak-anak normal pada umumnya, yang salah itu ketika emosi yang dikeluarkan berlebihan. Seperti MI Ketika dia marah ya begitulah memukul mukul tangan nya dengan berulang-ulang.”⁴

Bu Lia juga menjelaskan ketidakstabilan emosi anak autis berbeda-beda dan ekspresi yang muncul pada anak tanpa ada penyebab yang jelas.

“Anak autis mengalami ketidakstabilan emosi yang berbeda serta pada waktu tertentu misalnya, tiba-tiba anak tertawa tanpa adanya penyebab yang jelas, menangis histeris dan terkadang marahnya anak autisme tidak diprediksikan ketika dia marah atau jengkel dia akan menyakiti dirinya sendiri atau orang disekitarnya entah itu memukul atau mencubitnya.”⁵

Dari ungkapan diatas dapat dikatakan bahwa jenis-jenis emosi pada anak autis diantaranya menangis, marah, histeris hingga menyakiti diri sendiri dan orang lain. setiap anak memiliki cara tersendiri dalam mengekspresikan emosinya.

Di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus anak yang menderita autisme tidak begitu banyak, ada jenis kebututuhan khusus lain nya seperti down syndrom, tunawicara, hipoaktif, hiperaktif, speech delay. Anak autis memiliki kondisi yang berbeda-beda. Dari penjelasan bu Tyas dapat diambil kesimpulan jenis-jenis emosi pada anak autis sama saja dengan manusia normal pada umumnya, hanya saja mereka mengungkapkan emosinya dengan berlebihan. Perilaku yang berlebihan itu akan muncul ketika orang lain tidak mampu memahami apa yang menjadi keinginan nya.

⁴ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkip.

⁵ Ibu Lia, wawancara oleh peneliti, 15 Februari, 2022, wawancara 2, Transkip

Dalam mengendalikan emosi terapis harus memahami kondisi perasaan anak agar mereka bisa memiliki cara untuk mengatasi emosi pada anak agar tidak terjadi hal-hal yang tidak di inginkan. Salah cara dalam mengendalikan emosi di Rumah Terapi dengan dibacakan ayat-ayat Al Qur'an yang menjadikan anak menjadi lebih tenang. Seperti yang dikemukakan oleh bu Rika.

“Bisa, biasanya disini menyuruh anak autisme untuk menyebutkan lafadz istigfar (Astagfirullahaladzim) sambil memberikan pelukan hangat supaya hatinya menjadi lebih tenang. Dan memberikan kata tenang.”⁶

Dengan memberikan ayat Alqur'an memberikan ketenangan pada anak, hal itu juga dijelaskan oleh bu Tyas.

Bisa mbak, itu ada anak yang bernama DF, dia suka teriak-teriak. Nah, kadang terapis membacakan surat-surat pendek dia jadi lebih tenang bahkan ikut melafadzkan nya ya walaupun masih terbata-bata. Dan setiap pagi disini terapis membacakan beberapa surat sebelum memulai pembelajaran.”⁷

Dari ungkapan bu Rika dan Bu Tyas dijelaskan bahwa ayat-ayat Alqur'an yang dibacakan pada anak memberi efek ketenangan pada jiwa anak jika dilakukan dengan kesungguhan. Karena Alqur'an merupakan kalamullah sebagai petunjuk maupun penenang, obat bagi seluruh manusia.

Emosi pada anak autis tidak hanya tentang emosi marah atau sedih saja. Anak juga mengalami emosi senang. Emosi senang salah satu bentuk emosi positif, tetapi pada anak autis emosi ini juga dapat menjadi hal yang tidak baik apabila berlebihan. Pada kasus anak di rumah terapi, terdapat anak yang senang dengan terapis, maka ketika terapis itu memberi perhatian kepada anak lain, anak tersebut merasa cemburu. Kecemburuan itu membuatnya

⁶ Ibu Rika, wawancara oleh peneliti, 21 Februari, 2022, wawancara 3, Transkip

⁷ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkip.

tidak mau belajar ataupun berbicara. Anak hanya mau fokus kepada nya saja, jika tidak mendapatkan perhatian dari si terapis anak akan mencari perhatian. Untuk mengembalikan mood anak membutuhkan waktu yang lama. Terapis harus meyakinkan anak terlebih dahulu.

“AA tergolong anak yang jika menyukai sesuatu dilakukan secara berlebihan, tidak memberi izin orang lain untuk memilikinya, misalnya pada barang atau terapis. Jadi, kalau suka sama satu hal orang lain tidak boleh memilikinya, akibat rasa senang yang berlebihan itu mengakibatkan anak menjadi tantrum, ataupun murung.”⁸

Saat anak sedang emosi seperti munculnya rasa cemburu pada anak terapis perlu mengendalikan emosi tersebut. Bu Rika menjelaskan bagaimana cara mengendalikan emosi anak.

“Pengendalian emosi pada anak itu seharusnya kita sebagai terapis harus bisa mencari penyebab mengapa anak itu emosi karena setiap anak memiliki karakter dan keistimewaan yang berbeda. Setelah kita mencari tahu penyebabnya kita sebagai terapis harus bisa memahami kondisi yang sedang dialami oleh anak, sehingga kita bisa membangun rasa percaya diri pada anak dan bisa mengendalikan emosi pada anak.”

Dari penjelasan Bu Rika ketika anak sedang mengalami emosi harus mencari tahu penyebabnya sehingga terapis mampu membangun rasa percaya diri pada anak dan mampu menghilangkan emosi anak. Terapis juga memberikan sebuah pengarahan atau sebuah kegiatan yang dapat menenangkan atau yang disukai.

Anak pertama yang bernama MI umur 13 tahun yang berasal dari Kudus sendiri susah dalam melakukan komunikasi, memiliki pandangan fokus yang kurang. Dia mampu melakukan instruksi terapis tetapi agak lama, terkadang perlu melakukan pengulangan beberapa kali dalam memberikan instruksi baru bisa memahami. MI

⁸ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

ketika emosinya muncul dia akan bertepuk tangan secara berlebihan, dia akan melakukan itu terus menerus sampai diberikan intruksi diam atau memanggil namanya. Ketika diberikan intruksi biasanya dia akan mengulang kata terakhir yang diberikan oleh terapis. IM merupakan anak yang pendiam. Saat waktu kosongnya dia sering bergeming mengeluarkan suara yang tidak jelas. IM ketika ada teman yang menggangukannya dia lebih memilih pergi dari pada membalas perlakuan dari teman nya.

Anak kedua bernama RY. RY sendiri adalah adik dari IM yang melakukan terapi di Darul Fathonah. Usia dari RY 12 tahun selisih 1 tahun dengan kakaknya IM. Dalam interaksi sosial nya RY anak yang mudah bergaul. Tetapi, RY adalah salah satu anak yang pandai yang mudah mengerti instruksi dari terapis. RY sangat senang dengan matematika. Dia bisa berhitung matematika dengan baik. RY juga suka bernyanyi bahasa inggris. kemampuan melafalkan lagu inggris dilakukan RY dengan baik. RY termasuk kategori anak autis yang cerdas. Tetapi ketika dia diberikan sebuah soal namun tidak bisa mengerjakannya dia akan mengamuk membanting barang-barang yang ada disekitarnya dan menyakiti diri sendiri seperti memukul kepala nya dengan tangan ataupun menyakiti orang lain.

Anak ketiga bernama RAI, umur 12 tahun dari kota Demak. Dalam berinteraksi sosial RAI anak yang paling tidak suka bergerak karena memiliki berat badan yang gemuk. RAI paling sulit dalam berbicara dari teman-teman nya. Dia hanya mengulang huruf vokal akhir yang di ucapkan oleh terapis. RAI adalah anak yang suka makan. Orang tuanya selalu membawakan bekal saat melakukan terapi. RAI saat melihat makanan pasti akan tergoda untuk mengambilnya dengan cepat. RAI ketika emosinya muncul RAI akan menangis ketika tidak mendapatkan apa yang di ingin kan nya.

b. Bentuk-bentuk Pengendalian Emosi Pada Anak Autis di Rumah Terapi

Anak autis sering kali meluapkan emosinya ketika orang lain tidak mampu memahami keinginan nya. Emosi tersebut dapat berupa teriakan, memukuli diri sendiri, ataupun menyakiti orang lain. Untuk membantu proses pengendalian emosi terapis harus terlebih dahulu

mengetahui penyebab anak tantrum. Misalnya sulit melakukan intruksi yang diperintahkan oleh terapis. Dengan mengetahui penyebab anak marah mempermudah dalam membantu mengatasi permasalahan emosi yang muncul pada anak. Dalam mengendalikan emosi anak dapat dilakukan dengan cara pengalihan emosi (*displacement*) ataupun *hugging*. Seperti halnya yang dikatakan oleh Bu Tyas ketika melakukan wawancara.

”Untuk mengendalikan emosi anak autis biasanya kita mengalihkan dengan apa yang mereka sukai semisal anak suka bermain puzzle ya kita alihkan dengan permainan itu biar bisa lupa dengan emosi yang muncul pada diri anak. Kemudian jika anak masih memberontak ya kita melakukan hugging hingga emosinya keluar semua dan anak benar-benar takluk dan dalam keadaan tenang.”⁹

Bu Lia pun dalam penjelasannya menjelaskan mengenai pengendalian emosi pada anak.

“Cara mengendalikan emosi pada anak itu dengan mencari alasan mengapa mereka marah, karena bisa jadi mereka menginginkan sesuatu atau menolak sesuatu. Kebanyakan autisme akan marah ketika ia merasa diganggu ketika bermain selalu ajak bicara saat mereka marah, hal tersebut akan membuat mereka sedikit lebih tenang dan berilah pelukan hangan. Ketika anak marah usahakan sebagai terapis jangan ikut marah karena itu akan membuat marahnya semakin parah.”¹⁰

Dari penjelasan diatas proses terakhir dalam mengendalikan emosi anak autis ketika tantrum adalah dengan *hugging*. Selain itu dengan memberikan pelukan hangat akan memberi ketenangan pada anak. Dalam buku karangan Y Handojo menjelaskan tatacara dalam melakukan *hugging* pada anak autis. Langkah yang perlu dilakukan yaitu dengan mendudukkan anak dilantai dengan bersandar pada tembok. Kemudian anak diletakkan diantara kedua paha terapis dengan menghadapkan kepala anak

⁹ Ibu Tyas, wawancara oleh penulis, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkip.

¹⁰ Ibu Lia, wawancara oleh penulis, 15 Februari, 2022, wawancara 2, Transkip

kedepan (hal ini dilakukan agar anak tidak bisa menggigit terapis). Kemudian terapis memegang kedua tangan anak dan menyilangkan lengan melalui bahu. Terapis menahan kaki anak dengan kaki terapis dan memberikan pelukan agar menenangkan anak. Setelah itu terapis memberikan sebuah kata yang mampu menenangkan anak. Ketika anak sudah mampu berhenti saat tantrum berikan dia sebuah pujian dengan memberikan kelonggaran dalam menggegam namun harus tetap waspada.¹¹

2. Penerapan Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) dalam Mengendalikan Emosi di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

Penerapan Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) dalam mengatasi permasalahan anak autisme dalam membantu mengendalikan emosinya dilakukan dengan melakukan penerapan pembelajaran anak dengan terapis. Tujuan dari pembelajaran ini diantaranya untuk membantu anak ketika mengalami emosi agar dapat mampu mengendalikan, selain itu juga untuk membantu anak dalam hal berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya. Jadi dibutuhkan kerjasama yang baik antara terapis dan anak.

Proses terapi anak membutuhkan pengertian dan perhatian untuk meningkatkan kemampuan nya. dalam melakukan terapi anak dilatih dalam kemampuan memberikan respon kepada terapis (diberi perintah untuk menutup pintu, menyapu, melipat baju). Kemudian melakukan kegiatan motorik kasar seperti (bermain bola, shit up, pus up, meloncat) yang disesuaikan dengan kemampuan anak autisme. Pengenalan bahasa ekspresif seperti (menyamakan benda, mengelompokkan sebuah benda) dengan menggunakan media kartu bergambar. Ketika anak memiliki kemajuan terapis akan memberikan program lain di minggu pertama kemudian dibiasakan di minggu selanjutnya. Sehingga anak semakin terampil. Seperti yang diungkapkan oleh terapis yang bernama bu Tyas dalam proses wawancara.

a. Konsep Metode ABA

Behavior merupakan segala tindakan atau perilaku seseorang yang bisa didengar ataupun dirasakan oleh diri sendiri maupun orang lain. munculnya perilaku diawali

¹¹ Y. Handojo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 79.

oleh sebab tertentu atau *antecedent* .Dari sebab tersebut timbulah sebab atau *consequence*. Rumus ini dikenal dengan rumus $A \rightarrow B \rightarrow C$. Atau yang lebih dikenal dengan *Operan Conditioning*.

Antecedent* → *Behaviour* → *Consequence

Dari perumusan diatas ketika ingin menghilangkan perilaku tidak wajar seperti marah yang berlebihan. Yang terlebih dahulu kita lakukan adalah mencari penyebab perilaku tersebut muncul. Kemudian mencegahnya agar tidak muncul kembali hingga anak tidak memiliki dorongan dalam memperlihatkan tingkah laku anehnya. Ketika perilaku itu memberikan akibat yang menyenangkan pastinya akan di ulang-ulang oleh anak. Tetapi jika perilaku tersebut memberikan akibat yang tidak menyenangkan atau anak tidak diberikan imbalan maka anak akan berhenti melakukan.

**PERILAKU+IMBALAN → TERUS DILAKUKAN
PERILAKU-IMBALAN → AKAN TERHENTI**

Dalam melakukan metode ini ada hal yang perlu diperhatikan yaitu dengan membuat catatan mana perilaku mana yang harus dilakukan anak secara konsisten, dan perilaku mana yang perlu dihilangkan dari anak. Sikap anak yang berubah ketika imbalan yang dilakukan juga berubah ubah setiap waktu perlu diperhatikan. Kita perlu melihat bagaimana respon anak ketika diberikan imbalan. Jika anak terlihat tidak senang maka kita harus menghentikan imbalan itu.¹² Seperti kata bu Tyas ketika melakukan wawancara.

“Operan conditioning itu kan pemberian imbalan ketika akan membantu anak dalam menghilangkan perilaku yang tidak wajar. Sebenarnya itu bagus, karena jika anak diberikan imbalan yang tepat

¹² Y. Handoyo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 53-54.

perilaku itu pasti akan di ulang-ulang tapi ya kalau pemberian imbalan itu terhenti perilaku yang diharapkan ikut terhenti juga. Kitapun harus bisa meyakinkan anak jika akan memberikan imbalan ketika mampu melakukan nya. saat tidak mampu meyakinkan anak yang terjadi anak menjadi tidak patuh.”¹³

Dari pemaparan di atas dapat dipahami perilaku yang tidak wajar anak dapat dihilangkan dengan pemberian imbalan. Berarti jika anak mengalami emosi yang berlebihan hingga menyakiti diri bisa diterapkan kaidah operan *conditioning*. Pengaruh *Operan Conditioning* juga berpengaruh terhadap anak. seperti yang dijelaskan Bu Lia.

“Operan Conditioning bisa melatih anak untuk melakukan hal-hal yang dianggap itu baik dan setelah terbiasa perilaku tersebut akan menjadi bagian dari rutinitas sehari hari.”¹⁴

Operan Conditioning membantu membiasakan anak untuk melakukan hal yang dianggap baik yang merupakan bagian dari metode ABA. Fokus metode ABA sendiri yaitu melatih kepatuhan dan kontak mata. Ucapan Bu Tyas dalam proses wawancara.

“Metode ABA baik untuk menangani anak autisme karena memiliki keberhasilan yang tinggi, metode ini fokus pada perubahan tingkah laku anak yang tidak wajar melalui kontak mata, kepatuhan anak yang merupakan kunci dari metode ini, dengan mengajarkan hal seperti itu akan mudah mengajarkan sesuatu pada anak.”¹⁵

b. Teknik Applied Behavior Analysis

Teknik-teknik dasar metode ABA diantaranya:

- 1) Kepatuhan (*Compliance*) dan kontak mata merupakan salah satu dasar dari metode ABA. Sebenarnya metode

¹³ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

¹⁴ Ibu Lia, wawancara oleh peneliti, 15 Februari, wawancara 2, Transkrip.

¹⁵ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

apapun yang digunakan apabila itu bisa membuat anak menjadi patuh dan mampu menciptakan kontak mata memudahkan dalam mengajari sesuatu pada anak.

- 2) *One-on One* satu anak dipegang oleh satu terapis. Jika diperlukan co-terapis bertugas dalam memberikan prompt.
- 3) Siklus dari *Discrete Trial Training*. Diawali dengan memberikan intruksi dan di akhiri dengan diberikan imbalan. Intruksi diberikan 3 kali dengan memberi waktu 3-5 detik dari intruksi pertama dan kedua.
- 4) *Fading* yaitu memberikan arahan kepada anak ke tingkahlaku yang ditargetkan dengan memberi prompt yang penuh, kemudian sedikit demi sedikit *prompt* dikurangi agar anak terbiasa tanpa *prompt*.
- 5) *Shaping* merupakan perilaku yang diajarkan kepada anak ke tahapan membentuk respon yang mendekati tingkah laku target.
- 6) *Chaining* merupakan memberi pengajaran anak mengenai perilaku yang komplek. Yaitu menyusun rangkain kegiatan kecil seperti membuka tas, memakai kaos kaki menjadi rangkaian berurutan.
- 7) *Discrimination training* yaitu kemampuan anak dalam mengidentifikasi item. Anak benar-benar harus mengerti item yang di intruksikan untuk di identifikasi.
- 8) Memberikan pengajaran mengenai konsep huruf, angka, bentuk, warna.¹⁶

3. Faktor Penghambat dan Pendukung Penerapan Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

Penanganan anak autisme yang memang tidak mudah menimbulkan beberapa kendala dalam proses terapi. Diantanya tingginya biaya dalam melakukan terapi yang orang tua tanggung. Pada awal mula proses terapi mungkin mereka masih belum merasakan beratnya biaya, akan tetapi ketika sudah mampu berjalan cukup lama ini menjadi kendala yang akhirnya menjadikan penghentian proses terapi. Bahkan mereka menggunakan terapi yang murah tetapi tidak memperhatikan kehandalan terapis sehingga proses terapi tidak

¹⁶ Y. Handojo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 60-61.

dipertanggungjawabkan dengan baik.¹⁷ Seperti yang dijelaskan Bu Tyas dalam proses wawancara.

” Yang menjadi kendala dalam pelaksanaan terapi salah satunya adalah biaya terapi itu tinggi dan tidak semua orang tua golongan orang yang mampu, kemudian juga untuk mendapatkan terapis yang profesional juga masih sulit. tidak semua orang sabar menghadapi anak. Faktor lain adalah intensitas terapi yang memenuhi syarat jam perminggu yang tidak dipenuhi oleh orang tua.”¹⁸

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi terhambatnya proses terapi karena mendapatkan terapis yang profesional masih terbilang sulit. Mungkin ada beberapa institusi yang mengadakan training sekitar 2-3 bulan yang dilakukan dengan cepat. Namun apabila ada akademi terapi perilaku terapi yang berkualitas dapat tercukupkan. Kemudian waktu terapi waktu yang digunakan untuk menerapi 40 jam perminggu atau ketika anak bangun dari tidur tidak dipenuhi oleh orang tua. Meskipun persyaratan ini terbilang sulit, seharusnya tetap diusahakan oleh orang tua. Syarat ini sebenarnya sangatlah rasional, karena anak normalpun juga membutuhkan waktu belajar 8 jam ditiap harinya, yaitu dengan melakukan belajar di sekolah maupun di Rumah. Anak autis yang tidak melakukan terapi dengan intensif mengakibatkan proses pembelajaran macet, karena dari kemampuan dasar tersebut menjadi sebab selanjutnya untuk mempelajari kemampuan yang lebih kompleks.¹⁹

Faktor yang mendorong keberhasilan dalam proses terapi diantaranya dalam memilih metode yang digunakan untuk melakukan terapi. Terap dilakukan secara maksimal dan intens akan memberi hasil yang baik. Adapun faktor intern dalam keberhasilan metode ini dari diri anak sendiri kemauan anak untuk mengubah kebiasaan, mengatur emosinya. faktor eksternal dalam keberhasilan metode ini juga dari dukungan keluarga. Orang tua dalam melakukan penanganan anak harus menjadi semacam organizer dari orang-orang yang akan terlibat penanganan dari anak autis ini. Orang tua juga harus memiliki

¹⁷ Y. Handoyo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 46.

¹⁸ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

¹⁹ Y. Handoyo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 47.

kesabaran yang lebih dalam mengurus anak. Tidak berputus asa jika anak dalam perkembangannya hanya sedikit perubahan. Seperti kata bu Lia dan Bu Tyas dalam wawancara.

*"Kesabaran dalam proses terapi yang berlangsung lama dan konsisten yang didukung oleh lingkungan menjadi salah satu faktor keberhasilan metode ini."*²⁰

*"Faktor yang mendukung keberhasilan dari metode ABA yaitu orang tua, lingkungan sekitar, tetapi yang paling utama dari diri anak sendiri, kalau anak ada kemauan untuk belajar lebih mudah untuk mencapai keberhasilan dalam terapi ini "*²¹

Keberhasilan dari metode ABA adalah kesabaran dari orang tua serta lingkungan yang mendukung dan proses terapi yang berlangsung secara konsisten. Orang tua mendampingi anak dalam melakukan terapi serta menyediakan waktu, maupun tenaga dan pikirannya. Jika perlu orang ikut belajar mengenai teori-teori metode ABA dan mempraktikkannya di rumah. Sehingga intensitas belajar anak menjadi sebuah kebiasaan dan mampu mengurangi perilaku tidak wajar pada anak.

C. Analisis dan Pembahasan

1. Kriteria Pengendalian Emosi Pada Anak Autis

Anak autis di Rumah Terapi Darul Fathonah memiliki perilaku tidak wajar (seperti emosi yang berlebihan atau tantrum, membeo) yang mungkin sudah terjadi sejak lama, jika perilaku itu muncul ada cara yang dapat dilakukan untuk mengatasinya.

a. Melanjutkan proses terapi

Jika emosi pada anak autis itu termasuk ringan kita tetap melanjutkan proses terapi dan tetap memperdulikan anak. Terapis perlu untuk melakukan evaluasi untuk mengetahui apakah ada kesalahan dalam metode yang diberikan nya. mungkin ketika memberikan *prompt*, imbalan masih kurang efektif.

²⁰ Ibu Lia, wawancara oleh peneliti, 15 Februari, 2022, wawancara 2, Transkrip

²¹ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

b. *Extinction*

Terapis yang tidak ingin memberi sebuah imbalan pada anak karena sikap anak tidak di inginkan maka menyueki atau *ignoring* mnjadi cara terbaik. Terapis tidak perlu menatap anak. Jika perlu cara memutar badan 90 derajat hingga perilaku yang tidak sesuai itu terhenti. Namun *extinction* tidak berlaku jika anak tantrum yang berbahaya. *Extinction* dapat menimbulkan *extinction burs*. Terapis haruslah memiliki ketahanan dan ketabahan yang kuat. Posisi terapis haruslah diatur ditempat dimana anak tidak dapat menjangkaunya. Terapis perlu menahan tangan anak dan melakukan “ Correction NO” (katakan tidak). Perintah diberikan dengan suara keras tapi tidak dengan membentak.²²

“Pernah itu RAI marah, dia punya bekal cemilan dan waktu itu tidak mau belajar, waktu cemilannya diambil dia nangis merengek memberi isyarat ke terapis untuk memberikan cemilan nya lagi. Tapi terapis tidak memberinya dan mengatakan tidak, anak masih menangis terus ya sudah kita lakukan ignoring (dicueki).”²³

c. *Time Out*

Time out merupakan mengubah perilaku yang akan di time out. Yang dilakukan pertama adalah timer yang kecil beserta kursi. Anak diletak kan di ruangan kosong bebas dari distrasi dan ruang gelap dengan menjelaskan peraturan yang diperlukan dalam proses time out.

d. *Hugging*

Hugging merupakan teknik dalam mengatasi tantrum anak dengan mengunci tubuh anak dengan memeluk anak erat sampai anak merasa tenang. Terapis memberikan pelukan sambil memberikan suara yang mampu menenangkan anak. *Hugging* dilakukan di Rumah Terapi Darul Fathonah kepada anak yang agresif dan sulit untuk di tenangkan ketika anak tantrum.²⁴

Islam mengajarkan manusia dalam mengendalikan emosi atau disebut juga sabar. Kesabaran dimiliki oleh seseorang

²² Y. Handojo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 76.

²³ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1,

Transkrip

²⁴ Y. Handojo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 78.

yang memiliki kecerdasan emosional. Setiap menghadapi permasalahan ataupun kesulitan dilakukan dengan tabah. Dalam Alqur'an dijelaskan setiap manusia haruslah mampu mengontrol emosinya dengan cara mengingat Allah. Q.S Yunus: [10 :57]

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا

فِي الصُّدُورِ وَهَدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “ Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-qur'an) dari Tuhan mu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.”

Surat ini menjelaskan bahwa emosi merupakan suatu hal yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Dalam tafsiran ayat ini pengendalian emosi untuk diri sendiri sangatlah penting agar jiwa tidak mengalami kehancuran. Karena banyak orang yang terjerumus dalam hal yang tidak baik ketika mereka sedang mengalami kesedihan. Kemudian turunlah Al Qur'an sebagai pedoman dan petunjuk bagi seluruh umat manusia.

2. Penerapan Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) dalam Pengendalian Emosi Penyandang Autisme di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

Rumah Terapi Darul Fathonah merupakan sebuah tempat yang digunakan untuk melakukan proses terapi dengan serangkaian kegiatan yang dilakukan yang sesuai dengan program pembelajaran anak. Pengendalian emosi bertujuan agar anak mampu mengelola emosinya agar tidak berlebihan yang berakibat menyakiti sendiri atau orang disekitarnya. Maka dari itu anak memerlukan terapi. Terapi sendiri bertujuan untuk menghilangkan atau meminimalkan perilaku yang berlebihan pada anak. Perilaku yang berlebihan ini perlu dihilangkan agar ketika dewasa tidak mengganggu kehidupan sosial anak.

Rangkaian kegiatan Metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) di Rumah. Kontak mata dan kepatuhan adalah kunci dari Metode ABA. Anak akan sulit melakukan kegiatan lain jika belum bisa menguasai program ini. Kategori selanjutnya adalah

belajar mengikuti pelajaran, kemampuan dalam imitasi (menirukan), kemampuan bahasa reseptif (kognitif), kemampuan bahasa ekspresif, kemampuan pre-akademik, dan kemampuan bantu diri. Kegiatan ini dilakukan secara rutin dan bertahap.

Peneliti akan memaparkan hasil dari observasi dan wawancara mengenai metode ABA. Pelaksanaan metode ABA biasanya dilakukan di tengah-tengah jam pembelajaran antara jam 10.00-11.00 WIB. Namun proses pelaksanaan metode ABA sebenarnya kondisional. Tidak terpaku pada jam-jam tersebut. Akan tetapi sering dilakukan di jam yang dijelaskan oleh peneliti. Metode ABA dilakukan dengan satu terapis memegang satu anak (*One on one*). Jadi proses terapi bisa berjalan dengan efektif.

“Terapi anak dilakukan dengan metode satu terapis memegang satu anak. agar memudahkan proses belajarnya karena fokus pada satu anak sehingga terapis dapat membantu anak dalam proses mengejar keterlambatan nya. yang perlu dipahami proses awal pembelajaran diajarkan sedikit materi namun konsisten, jangan seperti dikejar-kejar target. ”²⁵

Penerapan metode ABA proses kegiatan dilakukan secara tatap muka antara terapis dengan anak. Langkah pertama yang dilakukan terapis yaitu berdoa dengan membaca doa sebelum belajar kemudian dilanjutkan dengan beberapa surat pendek. Selanjutnya anak diajarkan untuk belajar kepatuhan dengan memberi intruksi semisal “ tangan dilipat, angkat tangan ke atas, ambil buku di tas” dan masih banyak lagi intruksi yang diberikan. Tetapi sebelum pemberian intruksi anak diajarkan untuk melakukan kontak mata dengan diberi perintah untuk melihat mata terapis.

Pengajaran konsep metode ABA seperti kontak mata, dan kepatuhan dalam membantu prosesnya dengan menggunakan alat bantu peraga. Semisal dalam mengajarkan konsep warna, bentuk, angka dan huruf kita membutuhkan kertas untuk dilaminating agar tidak robek. Alat peraga diletakkan ditengah-tengah meja dan diberi intruksi untuk “pegang merah” apabila anak tidak memberikan respon kemudian

²⁵ Ibu Tyas, wawancara oleh peneliti, 5 Februari, 2022, wawancara 1, Transkrip.

dilanjutkan dengan memberikan *prompt* pada intruksi kedua. Hal tersebut dilakukan secara terus menerus sampai anak bisa merespon dengan benar. Jika respon anak benar terapis juga memberikan imbalan kepada anak. Imbalan yang diberikan anak dapat berupa materi (minuman, makanan atau barang-barang tertentu). Dalam bentuk verbal imbalan dapat berupa pelukan, ciuman, kelitikan, tepukan. Kemudian terapis juga mengisi form program penilaian dari kegiatan anak dari hasil terapi yang dilakukan.

Proses pembelajaran dilanjutkan dengan melakukan motorik halus dan motorik kasar pada anak. Pembelajaran motorik halus dengan memberikan perintah mengacungkan jempol, memberi perintah untuk menunjuk nama-nama jari, membuka dan menutup tangan. Untuk motorik kasar berupa bermain sepak bola, melompat, tepuk tangan, jalan ditempat.

Bentuk-bentuk pengendalian emosi pada anak autis berbeda-beda, untuk MI dalam melakukan pengendalian emosi, terapis melakukan kontak mata dengannya dengan memberi intruksi untuk menghentikan marahnya. Jika intruksi pertama gagal, maka dilanjut intruksi kedua dan seterusnya. Pada RY dalam mengendalikan emosinya cukup sulit karena dia akan memberontak dan menyakiti orang-orang yang disekitarnya, jadi dalam penanganan RY cukup didiamkan hingga suasana hatinya membaik. Untuk RAI dalam pengendalian emosinya sama dengan MI dengan memberikan kontak mata sambil dengan diberikan intruksi beberapa kali dia sudah mampu mengendalikan emosinya.

Adapun dalam proses terapi, seorang terapis seharusnya memiliki bekal mental, yaitu profesional, kasih sayang, disiplin dan etika. Pelaksanaan terapi metode ABA membutuhkan kasih sayang. Perilaku anak harus dilatih dan dikendalikan oleh orang tua dan terapis. Metode ABA waktu yang digunakan minimal 40 jam perminggu. Terapis harus tegas dalam pemberian intruksi sekalipun dalam memberi *prompt*. Program anak disusun dan dicatat secara urut dan benar agar tercipta perubahan anak dengan konsisten. Terapi yang dilakukan tidak konsisten akan membuang-buang waktu bagi anak. Metode ABA sangat disarankan untuk anak autis karena memberikan janji sekitar 47% anak autis murni untuk bisa kembali normal. Metode ABA tidak hanya digunakan untuk anak autis, tetapi untuk anak

berkebutuhan khusus lain juga bisa digunakan, meskipun setiap anak memiliki kondisi yang berbeda.²⁶

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Metode ABA di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus

Faktor pendukung dari metode ABA di Rumah Terapi Darul Fathonah Kudus diantaranya:

- a. Kemauan anak untuk melakukan proses terapi, apabila anak bersedia untuk diterapi akan mendorong keberhasilan dalam metode ABA karena adanya dorongan dalam dirinya untuk melakukan perubahan dalam dirinya.
- b. Dana yang mencukupi.
- c. Proses terapi dilakukan secara intens. Pemberian terapi yang terus- menerus secara rutin akan membantu dalam proses perkembangan anak. Namun apabila terapi tidak dilakukan secara intens anak akan kembali ke perilaku awal.
- d. Pemilihan metode yang akan digunakan dalam proses terapi.
- e. Kesabaran orang-orang yang berada dilingkunganya.
- f. Jumlah terapi yang profesional tersedia banyak.

Faktor penghambat metode ABA (*Applied Behavior Analysis*):

- a. Anak yang tidak melakukan proses terapi.
- b. Proses terapi yang tidak memenuhi jam
- c. Dana yang tidak mencukupi untuk melakukan terapi
- d. Metode yang digunakan berubah-ubah.

²⁶ Y. Handoyo, *Autisma* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008) 29.