Jurnal Penelitian Pendidikan Kebutuhan Khusus
Volume 12 Nomor 2 Tahun 2024
ISSN: Online 2622-5077
Email: juppekhu@gmail.com

Efektivitas Teknik Time-Out untuk Mengurangi Perilaku Agresif Disabilitas Intelektual Kelas VII SMPLB Negeri 1 Solok

Dewi[1*], Grahita Kusumastuti[2]
[12]Universitas Negeri Padang, Indonesia
Email: lasmida94@gmail.com

Kata kunci:
Teknik *Time-Out*, Perilaku Agresif, Disabilitas Intelektual.

ABSTRACT
The research discusses reducing the aggressive behavior of students with intellectual disabilities using the time-out technique, tht aim of which is toprove that the time-out techniqueiseffective in reducing aggressive behavior, namely hitting and saying harsh things in class VII children with intellectual disabilities at SLB Negeri 1 Solok. Thisresearchuses a type ofexperimental researchwith Single Subject Research (SSR) withan A-B-A design. The subject in this research was a student with intellectual disabilities in class VII SMPLB. Thisresearch uses the time-out technique as the independent variable, and the dependent variable is reducing aggressive behavior. The data collection technique in this research uses test techniques with data collection tools in the form of instruments. The data analysis techniqueused is visual graphicanalysis. the Resultsof This Study show That aggressive behavior, namely hitting and saying rude things to students with intellectual disabilities, decreased after being given behavior modification using the time-out technique. This is proven by a decrease in aggressive behavior of hitting and saying rude things to childrenAccording To The Resultsof DataAnalysis within Conditionsand Between Conditions.

ABSTRAK
Penelitian ini membahas tentang mengurangi perilaku agresif siswa disabilitas intelektual menggunakan teknik time-out , yang tujuanya adalah untuk membuktikan bahwa Teknik Time Out Efektif untuk menurunkan Perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada anak disabilitas intelektual kelas VII SMPLB Negeri 1 Solok. Pada penelitianini digunakan dalam jenis penelitian yaitu eksperimen denga single subjct reasearch(SSR) berbentuk desainA-B-A. subjek dalam penelitianini adalah satu subjek siswa disabilitas intelektual kelas VII SMPLB. Penelitian ini menggunakan Teknik Time Out sebagai variabel bebas, dan variabel terikatnya yaitu mengurangi perilaku agresif. Teknikpengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan teknik tes dengan alatpengumpulan databerupa instrumen. Teknik analisisdata yang di gunakan analisis visualgrafik. Hasilpenelitian ini menunjukkan perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada siswa disabilitas intelektual menurun setelah diberikan modifikasi perilaku menggunakan teknik time-out. Dibuktikan Dengan Adanya penurunanperilaku agresif Memukul dan berkata kasar pada anak sama dengan dalam hasil analisis Data Dalam Kondisi Dan Antar Kondisi.

This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, This license lets others remix, tweak, and build upon your work even for commercial purposes, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms ©2018 by author and Universitas Negeri Padang.

Pendahuluan

Anak berkebutuhana khusus (ABK) merupakan anak dimana dalam suatu proses pertumbuhan dan perkembanganya masih mengalami suatu kelainan atau emosionalnya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusianya, khususnya pada perilaku di dalam diri anak yang juga membedakan mereka dengan anak seusianya dengan begitu mereka sangat memerlukan layanan khusus (Sari et al., 2017).

Disabiltas intelektual adalah salah satu individu yang mengalami kelainan hambatan Intelektual yaitu terdapatnya tingkat Intelegensinnya *intellingence Quotient* (IQ) yang berada di bawah rata-rata(kognitif, afektik dan psikomotor) dimana di tandai denganadanya ketidak mampuan dalam melakukan suatu adaptasi dalam perilaku baik kepada diri sendiri dan juga pada orang lain. (Sanusi et al., 2020).

Berperilaku agresif adalah suatu perilaku yang dimana diniatkan oleh seseorang untuk mendominasikan sehingga berperilaku secara destruktif dengan melalui secara verbal atau secara fisik untuk diarahkan kepada orang lain maupun dirisendiri. Objek yang menjadi suatu sasaran dalam perilaku agresif yaitu meliputi seperti lingkungan,fisik orang lain dan juga dirisendiri. Dalam berperilaku agresif yaitu tiap bentuk perilaku yang tujuannya diarahkan untuk melukai dan menyakiti orang lain (Rahmawati, 2012). Berperilaku agresif yang muncul seperti memukul dan berkata kasar di sekolah tersebut disebebkan dalam dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal sehingga dapat melibatkan ketika terdapat tingkah laku orang lain yang menurut baginya tidak sesuai dan anak langsung melakukan tindakan yang melukai orang lain.

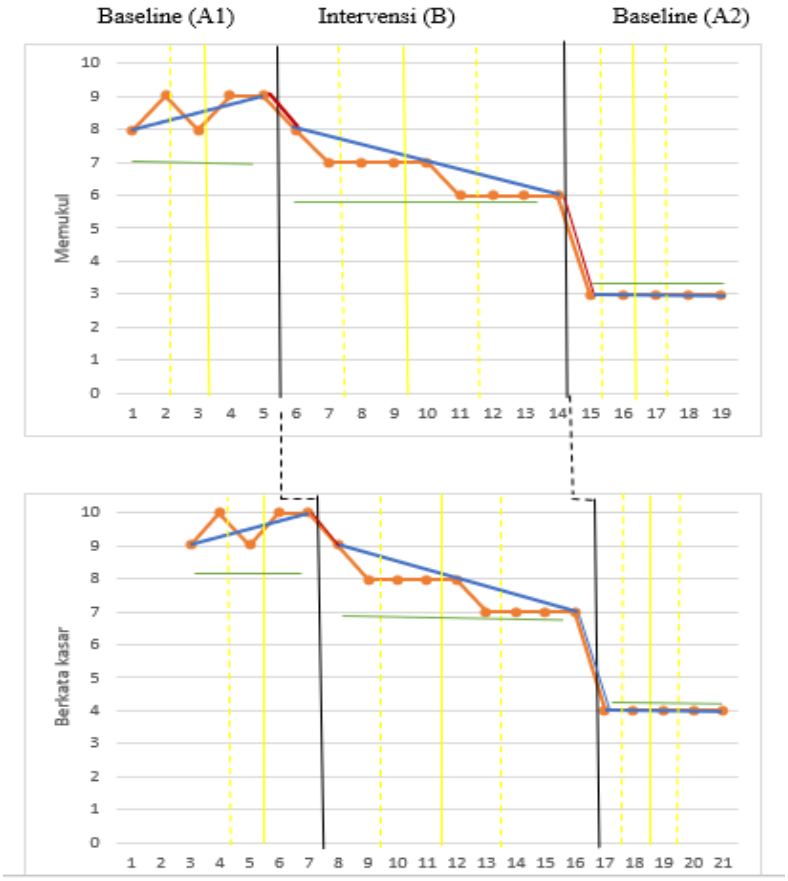
Dari permasalah diatas dimana sudah dijelaskan pada sebelumnya penelitian ini akan memberikan sebuah masukkan untuk menurunkan perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada anak disabilitas intelektual dengan menggunakan modifikasi perilaku berupa teknik *time-out.* Dalam prosedur hukuman ini juga memiliki sejumlah teknik yang juga dapat dijalani sebagai pengurangan perilaku dan juga bisa menghapus perilaku pada sasaran (Hsia et al., 2015) menyatakan bahwa tekhnik Time-out juga menjadi suatu atau tindakan yang dapat memindahkan seseorang individu dalam waktu tertentu agar individu tersebut dapat berperilaku baik setelah di berikan pengukuhan pada sasaran perilaku sasaran yang timbul.

Metode

Dalam penelitian saat ini juga menggunakan jenis eksperimen dalam bentuk *Single Subject Research (SSR)* yaitu dengan menggunakkan desain *Multiple Baseline Across Design*. Pada subjek penelitian ini adalah anak disabilitas intelektual kelas VII SLBN 1 Solok. Variabel dalam penelitian ini mengurangi perilaku agresif pada anak. Selain itu teknik pada analisi data yang di pakai berbentuk analisis visual pada grafik.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada pelaksanaan dalam penelitian ini sejumlah 19 sesi pertemuan, pada fase *Baseline* (A1) dilaksanakan selama 5 sesi pertemuan dilanjutkan juga fase Intervensi (B) selama sepanjang 9 sesi dan dilanjutkan juga Baseline (A2) yang dilakukan selama 5kali pertemuan.



Gambar 1 Multiple- Basline Across-Behaviors Design
Perilaku Memukul Dan Berkata Kasar

Dalam analisis kondisi juga terdapat suatu komponen-komponen semacam panjang kondisi,estiminasi pada kecenderungan arah,kecenderungan stabilitas,kecenderungan pada jejak data, serta level stabilitas dan juga rentang level perubahan arah. Sebelum dilaksanakan pada analisis dalam kondisi juga bisa disajikan dalam bentuk tabel perubahan pada nilai dari suatu *baseline* (A1),Intervensi (B) dan Baseline (A2). Selanjutnya penjelasan pada analisis dalam kondisi dengan perilaku memukul sebagai berikut:

1. Lama kondisi baseline (A1) = 5 Intervensi (B) = 9 Baseline (2) = 5
2. Hasil pada estimasi kecenderungan arah juga meningkat selama dalam waktu fase baseline (A1) intervensi (B) menurun, dan Baseline(A2) stabil.
3. Kecenderungan pada stabilitas padakondisi Baseline(A1) = hasilnya 100% , dimana dikatakan stabil, intervensi(B) = 88%, yang dimaknai stabil dan baseline(A2) = 100%,juga dikatakan stabil.
4. Kecenderungan dalam jejak data pada selama kondisi (A1),(B) dan (A2).
5. Level pada stabilitas dan juga rentang untuk kondisi (A1) dan juga dalam rentang 9-8, pada kondisi (B) dengan variabel 8-6, dan kondisi beseline (A2) dengan rentang 3-3.
6. Perubahan level *Baseline*(A1) = 1, intervensi(B) = 2 dan baseline(A2) = 0

Selanjutnya penjelasan dari analisi dalam kondisi pada *baseline* (A1), imtervensi (B) dan

baseline (A2) pada perilaku berkata kasar yaitu sebagai berikut :

1. Lama kondisi baseline(A1) = 5, Intervensi(B) = 9, baseline(A2) = 5
2. Hasil pada estiminasi arah juga meningkat selama dalam waktu fase baseline(A1) intervensi(B) menurun, dan baseline(A2) stabil.
3. Kecenderungan arah pada stabilitas padakondisi Baseline(A1) = hasilnya 100%, dimana dikatakan stabil, intervensi(B) = 88%, yang dimaknai stabil dan baseline(A2)= 100%, juga dikatakan stabil.
4. Kecenderungan dalam jejal data pada selama kondisi (A1),(B) dan (A2).
5. Level pada stabilitas dan juga rentang untuk kondisi(A1) dalam rentang 10-9, kondisi (B) dengan suatu variabel 9-7,dan kondisi baeline A2 dengan rentang 4-4
6. Perubahan level baseline(A1) = 1, intervensi(B) = 2 dan baseline(A2) = 0

Sesudah dilaksanakan analisis dalam kondisi, seterusnya analisis pada antar kondisi. Terlebih dahulu analisi pada antar kondisi disajikan dalam bentuk gambar perubahan pada nilai dari *Baseline*(A1), intervensi(B) dan baseline (A2).

Tabel 1 Komponen Analisis Visual dalam kondisi perilaku memukul dan berkata kasar

No	Kondisi	Perilaku Memukul			Perilaku Berkata Kasar		
		A1	B	A2	A1	B	A2
1.	Panjang kondisi	5	9	5	5	9	5
2.	Estimasi Kecenderungan arah	(+)	(-)	(=)	(+)	(-)	(=)
3.	Kecenderungan stabilitas	Variabel (stabil) 100%	Variabel (stabil) 88%	Variabel (stabil) 100%	Variabel (stabil) 100%	Variabel (stabil) 88%	Variabel (stabil) 100%
4.	Kecenderungan jejak data	(+)	(-)	(=)	(+)	(-)	(=)
5.	Level Stabilitas dan Rentang	9-8	8-6	3-3	10-9	9-7	4-4
6.	Level perubahan	9-8 = 1 (+)	8-6 = 2 (-)	3-3 = 0 (=)	10-9 = 1 (+)	9-7 = 2 (-)	4-4 = 0 (=)

Pelaksanaan analisis antar kondisi pada penelitian ini juga memiliki suatu komponen-komponen seperti pada jumlah dalam variabel yang berubah,kemudian juga perubahan dalam kecenderungan arah, perubahan dalam kecenderungan stabilitas, serta level perubahan dan presentase pada overlap. Berikut ini bentuk dari analisis kondisi berdasarkan data sebagai berikut:

1. Dapat diketahui bahwa pada penelitian ini terdapat bnyaknya pada jumlah variabel diubah. Pada variabel yang di ubah dalam fase baseline(A1),intervensi(B) dan baseline(A2)
2. Dengan perubahan kecenderungan pada arah, *baseline*(A1) kecenderungsn arah dalam fase ini yaitu meningkat darimana terjadinya pada suatu perubahan, sedangkan pada kondisi intervensi(B) pada kecenderungaarahnya menurun, dan pada kondisi A2 kencenderungan arahnya stabil. Maka

disimpulkan pemberian intevensi yaitu melalui teknik time-out dalam mengurangi perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada anak mengalami penurunan dimana terlihat pada saat pemberian intervensi memiliki nilai stabil.

3. Perubahan kencenderungan arahstabilitas dalam fase *baseline(*A)1, intervensi(B) dan baseline(A2) yang memiliki suatu nilai yaitu stabil. Selanjutnya pada menentukan kecenderungan dalam stabilitas dapat dilihathasil darisuatu kompone pada data analisis dalam suatu kondisi.
4. Pada level dalam perubahan, dimana dalam menentukan suatu perubahan pada level antar kondisi adalah dengan cara sebagai berikut ini :
   a. Pada menentukan nilai dalam poin terakhir pada suatu kondisi baseline(A1) adalah 9, kemudian selanjutnya tentukan nilai poin awal dalam suatu kondisi intervensi(B) adalah 8, untuk perilaku memukul. Selanjutnya pada perilaku berkata kasar terdapat juga poin terakhir dalam kondisi baseline(A1) adalah 10 serta poin pertama dalam kondisi intervensi(B) adalah 9. Poin terakhir dalam kondisi baseline(A2) adalah 3 dan juga poin pertama dalam kondisi intervensi(B) adalah 8 untuk perilaku memukul. Selanjutnya dalam perilaku berkata kasar poin terakhir pada kondisi baseline(A2) adalah 4 serta poin pertama dalam kondisi intervensi(B) adalah 9.
   b. Presentase overlap yang dilihat dalam presentase overlap data pada kondisi(A1) dan intervensi(B) yaitu 11,1% pada perilaku memukul. Sedangkan pada perilaku berkata kasar memperoleh overlap yang sama dengan pertama yaitu 11,1%. Pada presentase overlap data kondisi A2 yaitu 0% pada perilaku memukul. Sedangkan pada perilaku berkata kasar memperoleh overlap yang sama dengan pertama yaitu 0%.

Agar lebih jelas dalam perhitungan data ini dengan menggunakan suatu analisis antar kondisi pada data baseline(A1), Intervensi(B) dan baseline(A2) dalam perilaku memukul dan berkata kasar juga dirangkum berbentuk tabel antar kondisi dengan berikut ini:

Tabel 2 komponen analisi antar kondisi perilaku berkata kasar

No	Kondisi	Perilaku Memukul			Perilaku Berkata Kasar		
		A1	B	A2	A1	B	A2
1.	Jumlah variabel yangberubah	2			2		
2.	Perubahan kecenderungan arah	(+)	(-)	(=)	(+)	(-)	(=)
3.	Perubahan kecenderungan stabilitas	stabil	stabil	stabil	Stabil	Stabil	Stabil
4.	Perubahan level						
	a. Perubahan level dalam kondisi intervensi(B), baseline(A1)	9-8 = 1			10-9 = 1		
	b. Perubahan level dalam kondisi intervensi(B), baseline(A2)	8-3 = 5			9-4 = 5		
5.	Presentase Overlap						
	a. Kondisi pada baseline(A1) dan kondisi intervensi(B)	11.1%			11.1%		
	b. Kondisi pada baseline(A2) dan kondisi intervensi(B)	0%			0%		

Berdasarkan hasil analisis data dilihat bahwa penggunaan teknik time-out dapat efektif dalam menurunkan suatu perilaku memukul dan berkata kasar pada anak disabilitas intelektual kelas VII SMPLB Negeri 1 Solok. Hal ini ditunjukkan dengan kondisi awal perilaku anak dalam kondisi pertama atau baseline(A1) kekondisiintervensi(B) sampai baseline (A2). Dalam hal ini juga menyatakan teknik time-out dapat menurunkan dalam perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada anak disekolah.

Teknik Time-out terbukti efektif dalam mengurangi perilaku agresif memukul dan berkata kasar pada anak . teknik time-out juga berguna dalam suatu hukuman seperti mengurangi perilaku buruk dalam diri individu dan juga dapat memberhentikan perilaku buruk tersebut pada saat ,asalah yang akan datang bertujuan untuk meningkatkan yang baik (Murhumm, 2024). Manfaat dari memakai metode teknik time-out ini pada seseorang dapat perubahan baik dimana seseorangh dapat mengendalikan suatu kemarahanya yang terjadi sehingga tidak menimbulkan resiko buruk dan seseorang akan terlihat tenang. Seseorang akan merasa bahwa disekitar lingkungannya kan membawakan dampak baik baginya (Yanti, 2018).

Keuntungan dalam melaksanakan teknik time-out ini ialah (purwnta,2012), yaitu bisa meringankan suatu perilaku buruk individu. Hal ini dapat melihatkan sejumlah dalam prinsip yang bisaditerapkan dengan mengunakan teknik time-out ini, dimanan menyatakan bahwasanya pelaksanaan teknik time-out ini juga bisa menghilngkan tingkahlaku yang bermasalah sehingga menjadi bentuk prosedur yang menguatkan dalam meningkatkan perilaku baik yang menghilangkan perilaku buruk seseorang.

Dalam penelitian ini searah dengan penelitian terdahulu yang mana telah di lakukan oleh (Dwi, 2020) stimulus Teknik Time Out pada pada penerapan sikap disiplin Anak Usia Dini, penelitian ini berhasil memakai teknik time-out sebagai perubahan yang dialami subjek dapat mengidentifikasi perbedaan usia yang menyebabkan variasi dalam tahap perkembangan setiap anak. Variasi ini meliputi pertumbuhan moral dan kognitif, disiplin, dan peran orang tua dan guru yang secara konsisten menerapkan protokol waktu istirahat yang tepat khusunya dengan memberikan penghargaan atas perilaku.

Penelitian ini yang dilakukan oleh oleh (Alejos, 2017). “perilaku agresif anak tunagrahita kategori sedang”. Dimana tujuan penelitiannya adalah untuk mengkaji modifikasi perilaku agresif memukul dan berkata kasar pada anak SDLB ketika pembelajaran berlangsung yang di dasari studi literatur.

Kesimpulan

Dapat disimpulkan dari analisis hasil data dan pembahasan disimpulkan teknik Time Out Efektif dalam mengurangi perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada anak disabilitas intelektual. Dimana telah dilihat dalam pening katan dari hasil nilai pada kondisi baseline(A1), intervensi(B) hingga baseline(A2). Hal ini berdasarkan sehingga dapat diambilkesimpulak bahwasanya Teknik Time Out mampu di gunakan sebagai modifikasi perilaku sehingga dapat menurunan perilaku agresif yaitu memukul dan berkata kasar pada anak disabilitas intelektual.

Daftar Rujukan

Alejos, H. (2017). No Titleالبابتزازالإلكترونيي.. جرائم تتغذى على طفرة «التواصل ال. *Universitas Nusantara PGRI Kediri*, *01*, 1–7. http://www.albayan.ae

Dwi, C. (2020). Stimulasi Metode Time Out Dalam Menerapkan Sikap Disiplin Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, *1*, 60–69.

Marlina, M. (2021). *Single Subject Research: Penelitian Subjek Tunggal*.

Murhumm. (2024). *Peran Guru dalam Mengatasi Anak Temper Tantrum melalui Metode Time Out pada Aktivitas Pembelajaran*. *5*(1), 230–241. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.518

Rahmawati, E. D. (2012). *Hubungan antara kedisiplinan siswa dengan perilaku agresif siswa smp murni 1 surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakrta.

Sanusi, R., Dianasari, E. L., Khairiyah, K. Y., & Chairudin, R. (2020). Pengembangan Flashcard Berbasis Karakter Hewan untuk Meningkatkan Kemampuan Mengenal Huruf Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan Edutama*, *7*(2), 37. https://doi.org/10.30734/jpe.v7i2.745

Sari, S. F. M., BINAHAYATI, B., & TAFTAZANI, B. M. (2017). Pendidikan Bagi Anak Tuna Grahita (Studi Kasus Tunagrahita Sedang Di Slb N Purwakarta). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 217–222. https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14273

Yanti. (2018). Implementasi Metode Time Out Dalam Mengontrol Emosi Anak Usia Dini (Studi Pada Siswa Tk Inklusi Mutiara Hati Bandung). *Oasis: Jurnal Ilmiah Kajian Islam*, *3*(1), 73–88.