

ABSTRAK

Vika Putri Erianny. 2016. “Mengurangi Perilaku Hiperaktivitas Melalui Prosedur Penyisihan Sesaat (*Time Out*) bagi Anak Autisme” (*Single Subject Research di SLB Autisma YPPA Padang*). Pendidikan Luar Biasa FIP-UNP.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh permasalahan yang ditemukan, yakni anak Autisme X yang mengalami perilaku hiperaktivitas seperti berjalan mondar-mandir. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi perilaku hiperaktivitas melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*) bagi anak autisme di SLB Autisma YPPA Padang.

Metode penelitian yang digunakan adalah *Single Subject Research* (SSR). Penelitian ini menggunakan desain A-B-A₂. Dimana kondisi A (*baseline*) adalah kondisi awal anak dalam berjalan mondar-mandir sebelum perlakuan dan tindakan. Kondisi B (*intervensi*) dimana anak diberikan perlakuan melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*). Sedangkan kondisi A₂ adalah kondisi awal setelah *intervensi* tidak lagi diberikan.

Hasil penelitian menunjukkan perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir anak Autisme X menurun setelah diberikan *intervensi* melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*). Pada kondisi A1 (*baseline*) dilakukan enam kali pengamatan, diperoleh durasi terendah 8 menit. Pada kondisi *intervensi* dilakukan lima kali pengamatan, perilaku anak semakin menurun sehingga memperoleh durasi terendah 4 menit. Pada kondisi A2 (*baseline*) dilakukan empat kali pengamatan, perilaku berjalan mondar-mandir anak semakin baik dengan durasi terendah 2 menit. Dengan demikian terbukti rumusan masalah yang dikemukakan terjawab bahwa prosedur penyisihan sesaat (*time out*) dapat mengurangi perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir pada anak Autisme X di SLB Autisma YPPA Padang. Peneliti menyarankan kepada guru agar menggunakan prosedur penyisihan sesaat (*time out*) dalam mengurangi perilaku hiperaktivitas pada anak.

PENDAHULUAN

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan dilaksanakan studi pendahuluan pada anak X laki-laki berusia 16 tahun siswa SLB AUTISMA YPPA Padang. Didapati X telah diasesmen di sekolah, yang mana X mengalami gangguan dalam bidang komunikasi verbal maupun non verbal, gangguan bicara, gangguan perilaku, emosi dan persepsi. Terkait dengan kondisi X ini, X memiliki kondisi fisik yang normal, dengan berat badan 60 kg, tinggi 152 cm dan tidak memiliki riwayat penyakit. X tinggal bersama Ayah, Ibu dan seorang Adik laki-laki. Keluarga menyadari adanya perilaku yang sering muncul pada X sangat membahayakan dirinya maupun orang lain. Seperti, berjalan mondar-mandir, melempar benda, mudah marah, menggigit, membenturkan kepala dan lainnya. Keluarga juga mengusahakan untuk merubah perilaku X tersebut. Sehingga X selalu diawasi oleh orang tuanya baik di rumah maupun di sekolah. Aktivitas X di sekolah hanya mondar-mandir saja. X tidak dipaksakan untuk mengikuti pelajaran, karena X selalu keluar masuk kelas dengan berjalan mondar-mandir sampai ia lelah. Sehingga sulit bagi guru untuk menghentikan perilakunya dan tak banyak yang dapat dilakukan guru untuk menolongnya.

Untuk mendalami dan mamahami tentang anak, penelitmelakukan pengamatan dengan melihat kondisi anak yang sangat bergejolak. Hal ini terbukti pada waktu X sampai di sekolah, ia langsung menampakkan perilaku yang tidak wajar dengan membenturkan kepalanya ke konsen pintu, mondar-mandir tanpa arah sehingga mengganggu ketenangan oranglain. Selain itu X juga suka menggigit. Hal ini disebabkan karena X tidak suka dibentak, dimarahi ataupun dilarang dengan nada tinggi. Selain itu, X tidak suka melihat perubahan letak pada suatu benda. Misalnya, sebuah sepatu atau sandal yang biasa diletakkan di rak-raknya, maka jangan sesekali mengganti letak benda tersebut. Apabila tidak sesuai tempatnya, maka akan memicu kemarahan terhadap situasi itu. Ketika itu X mengamuk di sekolah, X membenturkan kepalanya hingga berdarah. Beberapa guru yang ada di sekolah mencoba memegangnya namun X melawan, meronta dan menggigit tangan salah satu guru.

Peneliti ingin mengetahui lebih jauh keadaan X pada orang tuanya. Diperoleh informasi yang diakui oleh orang tuanya bahwa X benar berperilaku hiperaktif sejak usia 4 tahun hingga saat ini berusia 16 tahun. Keseharian X di rumah juga sama seperti di sekolah. X berjalan kesana kemari atau mondar-mandir, sesekali ke luar pagar tetapi tidak jauh dari rumahnya. Ketika X diperintahkan atau dilarang untuk melakukan sesuatu, maka jangan sekali-kali dengan nada tinggi, kalau itu dilakukan maka X mengamuk dan akan bertindak mengejar dan menggigit orang yang membentakinya. Perilaku di atas disadari oleh orang tuanya dan berharap akan berubah, minimal X mampu menolong dirinya sendiri, karena orang tuanya meyakini bahwa anaknya masih memiliki perilaku positif seperti penampilan yang bersih dan rapi.

Berdasarkan fakta di atas, peneliti merasa perihatin terhadap kondisi anak. Sekaligus terpanggil secara moral untuk menolongnya agar kelak Xada perubahan sesuai dengan harapan orang tuanya. Meskipun harapan itu tidak akan tercapai semuanya, seperti menguasai akademik namun dari potensi yang dipunyainya masih ada harapan untuk dikembangkan. Untuk kelancaran hal tersebut, peneliti ingin membantu X untuk mengurangi perilaku berjalan mondar-mandir. Mengusahakan X agar bisa tenang, baik dalam proses pembelajaran ataupun tidak. Tentunya memerlukan suatu usaha dalam memodifikasi perilaku tersebut. Dari berbagai cara dalam memodifikasi perilaku, maka prosedur penyisihan sesaat (*time out*) menjadi pilihan yang akan dicobakan kepada X.

Maka dengan adanya permasalahan yang peneliti temukan di lapangan, peneliti tertarik untuk meneliti tentang: Mengurangi Perilaku Hiperaktivitas Melalui Prosedur Penyisihan Sesaat (*Time Out*) Bagi Anak Autisme.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang diteliti yaitu Mengurangi Perilaku Hiperaktivitas Melalui Prosedur Penyisihan Sesaat (*Time Out*) Bagi Anak Autisme, maka peneliti memilih jenis penelitian adalah eksperimen. Pada penelitian eksperimen ini peneliti melakukan suatu kegiatan percobaan guna

meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul akibat pemberian perlakuan atau percobaan tersebut. Bentuk eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Single Subject Research (SSR)*. Arikunto (2003: 3) mengemukakan bahwa “Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek yang diselidiki. Dengan kata lain penelitian eksperimen ini mencoba meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat”.

Penelitian ini menggunakan desain A-B-A yang terdiri dari kondisi *baseline 1* (A1) akan dilihat bagaimana kemampuan awal anak dalam perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir sebelum diberikan perlakuan. Kondisi B merupakan kondisi *intervensi*, dimana pada kondisi ini akan diberikan perlakuan/*intervensi* melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*). Kemudian kondisi ketiga yakni kondisi *baseline 2* (A2) setelah *intervensi* tidak lagi diberikan. Kondisi *baseline 2* ini dimaksudkan untuk melihat adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dan variabel terikat, apakah *intervensi* yang diberikan memberikan perubahan bagi *target behavior* artinya mengurangi perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir (X).

Variabel dalam penelitian ini ada dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini yaitu perilaku hiperaktivitas sedangkan untuk variabel bebasnya adalah prosedur penyisihan sesaat (*time out*).

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek adalah anak Autisme di SLB Autisma YPPA Padang yang beridentitas X, dengan jenis kelamin laki-laki berumur enam sebelas tahun. Jika dilihat dari segi fisiknya anak tidak memiliki kekurangan apapun, namun terlihat dari perilakunya anak sangat hiperaktivitas. Data yang dikumpulkan oleh peneliti melalui wawancara dan observasi langsung. Observasi yang dilakukan adalah melihat perilaku anak berjalan mondar-mandir. Wawancara dilakukan dengan guru kelas dan orang tua. Pengumpulan data dilakukan di SLB Autisma YPPA Padang dan di rumah

subjek. Setelah itu, hasil dari penelitian ini dimasukkan ke dalam format pengumpulan data. Alat pengumpul data dalam penelitian ini menggunakan format pencatatan durasi waktu. Dalam penelitian ini peneliti mengamati langsung perilaku hiperaktivitas anak.

Analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik analisis visual grafik, yaitu dengan cara memplotkan data-data ke dalam grafik, kemudian data tersebut dianalisis berdasarkan komponen-komponen pada setiap kondisi *baseline* (A1), *intervensi* (B), *baseline* (A2).

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Data hasil penelitian *Single Subject Research* dianalisis dengan menggunakan analisis visual data grafik (*Visual Analysis of Graphic Data*). Data yang diperoleh dari hasil pengamatan pada kondisi A1 (*Baseline* sebelum diberikan intervensi), kondisi B (*Intervensi*), dan pada kondisi A2 (*Baseline* setelah tidak lagi diberikan *Intervensi*).

Dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian sebanyak 15 pertemuan dengan rincian enam kali pertemuan untuk kondisi *baseline* A1, sedangkan kondisi *intervensi* (B) dilakukan sebanyak lima kali pertemuan, kemudian empat kali pertemuan untuk kondisi *baseline* A2. Setiap pertemuan kondisi diukur dengan menghitung durasi atau waktu.

Data pada kondisi ini diperoleh melalui pengamatan terhadap kemampuan anak mengurangi perilaku hiperaktivitas (berjalan mondar-mandir) sebelum diberikan intervensi dan pengamatan pada kondisi ini dilakukan selama 6 hari. Durasi waktu yang terjadi pada pengamatan *baseline* (A1) ini adalah 8 menit, 15 menit, 19 menit, 8 menit, 8 menit, dan 8 menit. Ini membuktikan pengamatan pada kondisi ini dihentikan pada hari keenam karena datanya sudah stabil.

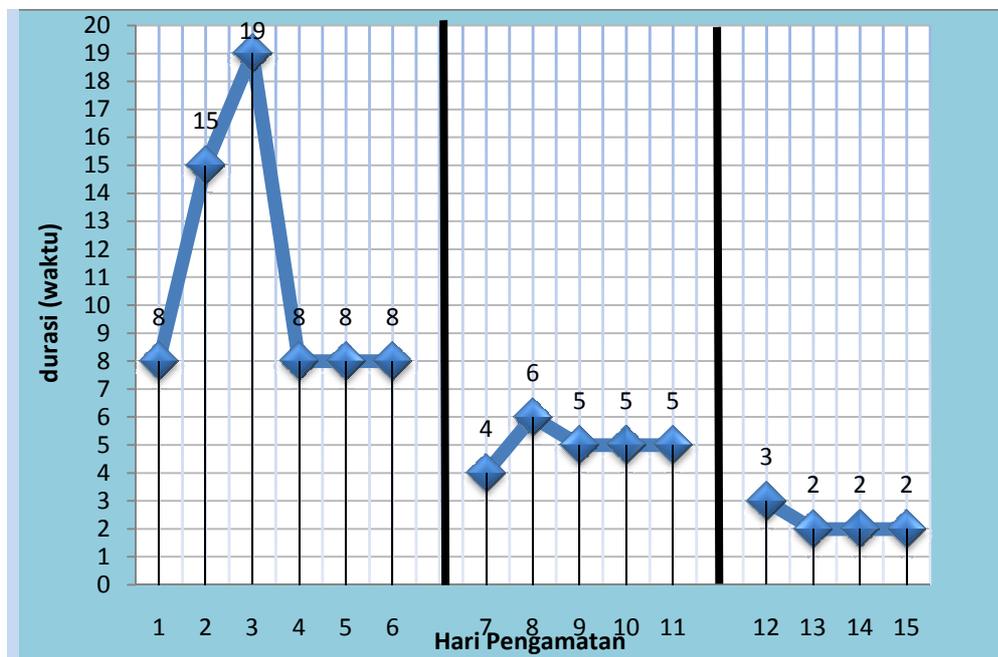
Pada kondisi *intervensi* (B), data yang diperoleh menunjukkan bahwa durasi waktu kejadian selama *intervensi* adalah 4 menit, 6 menit, 5 menit, 5 menit, dan 5 menit. Data ini membuktikan adanya penurunan

durasiperilaku anak dalam berjalan mondar-mandir menggunakan prosedur penyisihan sesaat (*time out*). Pada kondisi *intervensi* (B) diberhentikan pada hari kesebelas karena data sudah menunjukkan garis grafik yang stabil.

Pada *baseline* (A2), peneliti melakukan pengamatan kembali terhadap perilaku hiperaktivitas anak berjalan mondar-mandir. Adapun data yang dihasilkan pada kondisi A2 ini dilakukan selama 4 hari pengamatan, dengan durasi 3 menit, 2 menit, 2 menit, dan 2 menit. Pengamatan dihentikan pada pertemuan ke 15.

Hal ini menunjukkan semakin menurunnya durasi perilaku berjalan mondar-mandir pada anak setelah diberikan perlakuan atau *intervensi* melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*) pada kondisi sebelumnya.

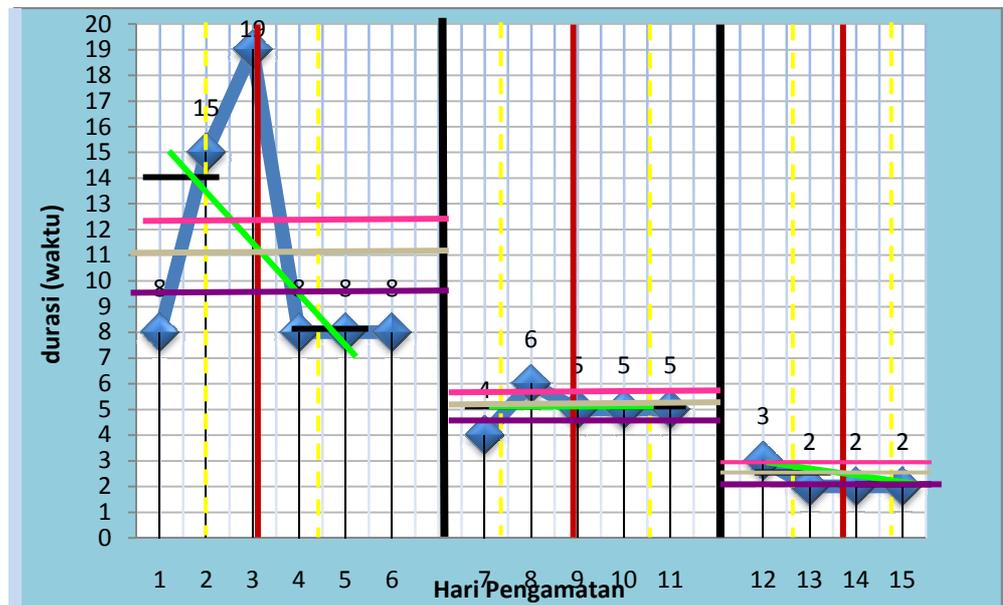
Data yang diperoleh dari ketiga kondisi ini dapat digambarkan pada grafik berikut ini :



Grafik 1 Rekapitulasi Perilaku Hiperaktivitas Berjalan Mondar-mandir Anak *Baseline* (A1), *Intervensi* (B), dan *Baseline* (A2)

B. Analisis Data

Analisis data adalah tahap terakhir sebelum menarik kesimpulan. Dalam hal ini ada beberapa hal yang menjadi fokus peneliti, yaitu banyaknya data point dalam setiap kondisi, banyak variabel terikat yang diubah, tingkat stabilitas dan perubahan level data dalam kondisi atau antar kondisi, arah perubahan dalam dan antar kondisi.



Grafik 2 Rangkuman Analisis dalam Kondisi

Keterangan:

	= Garis batas kondisi		= Garis mid date
	= Garis kecenderungan arah		= Garis mid rate
	= Garis batas atas		= Garis mean level
	= Garis batas bawah		= Garis durasi

1. Analisis dalam Kondisi

Analisis dalam kondisi pada penelitian ini adalah menganalisis perubahan data yang ada pada grafik dalam masing-masing kondisi. Adapun komponen analisis dalam kondisi ini terlihat pada tabel di bawah ini:

No	Kondisi	A1	B	A2
1	Panjang kondisi	6	5	4
2	Estimasi kecenderungan arah			
3	Kecenderungan stabilitas	0 %	60%	0%
4	Jejak Data			
5	Level stabilitas dan rentang	Variabel 19-8	Variabel 6-4	Variabel 3-2
6	Level Perubahan	$8 - 8 = 0$ (+)	$4 - 5 = -1$ (-)	$2 - 3 = -1$ (-)

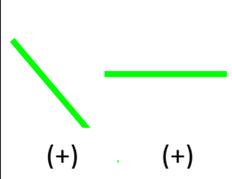
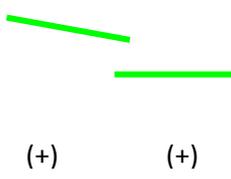
Tabel 1 Rangkuman Analisis dalam Kondisi Perilaku Hiperaktivitas Berjalan Mondar-mandir

Dari hasil rangkuman analisis visual di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir dapat menurun melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*).

2. Analisis antar Kondisi

Adapun komponen-komponen dalam analisis antar kondisi ini terlihat dalam tabel berikut:

No	Kondisi	A1:B	A2:B
1	Jumlah variabel yang diubah	1	1

2	Perubahan arah kecenderungan dan efeknya		
3	Perubahan kecenderungan stabilitas	Variabel ke variabel	Variabel ke variabel
4	Perubahan level	$8 - 4 = 4$	$4 - 2 = 2$
5	Persentase overlape	0%	0%

Tabel 2Rangkuman Hasil Analisisantar Kondisi Perilaku Hiperaktivitas Berjalan Mondar-mandir

PEMBAHASAN

Penelitian ini yang dilaksanakan di rumah dan di sekolah selama lima belas kali pengamatan yang dilakukan pada tiga kondisi yaitu enam kali pada kondisi *baseline* sebelum diberi *intervensi* (A1), lima kali pada kondisi *intervensi* (B) dan empat kali pada kondisi *baseline* (A2). Pada penelitian ini terjadi pengurangan durasi perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir setelah diberikan perlakuan menggunakan prosedur penyisihan sesaat (*time out*). Menurut Martin dan Pear (dalam Purwanta, 2012: 95) Penyisihan sesaat (*time out*) ialah suatu prosedur yang memindahkan sumber penguatan untuk sementara waktu tertentu, bila perilaku sasaran yang akan dihilangkan timbul.

Menelaah perilaku manusia berarti melakukan pengkajian yang amat mendasar tentang hidup dan kehidupan manusia. Sebab manusia sepanjang usianya tidak terlepas dari berbagai aksi maupun perilaku. Perilaku menurut Pristiwaluyo dan Sodik (2005: 4) adalah setiap respons atau perbuatan seseorang, sesuatu yang dilakukan seseorang. Perilaku itu mencakup semua perbuatan

seseorang yang dapat diamati, yang tidak dapat diamati, yang sederhana dan yang kompleks.

Adapun perilaku yang dikurangkan dalam penelitian ini yaitu perilaku hiperaktivitas pada anak autisme. Dimana hiperaktivitas menurut Paternotte (2010: 4) merupakan anak yang selalu bergerak. Ia terus bergerak sepanjang hari, dan tidak dapat diam duduk di kursinya. Ia tidak pernah tenang, mudah tegang dan frustrasi. Sedangkan Autisme menurut Yuwono (2012: 26) adalah gangguan perkembangan neurobiologis yang sangat kompleks/berat dalam kehidupan yang panjang, yang meliputi gangguan pada aspek perilaku, interaksi sosial, komunikasi dan bahasa, serta gangguan emosi dan persepsi sensori bahkan pada aspek motoriknya.

Dalam penelitian ini, kondisi A1 dilakukan sebanyak enam kali pertemuan. Pengamatan pertama perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir tercatat selama 8 menit. Dan pada pengamatan kedua hingga ke enam yaitu 15 menit, 19 menit, 8 menit, 8 menit dan 8 menit. Sedangkan pada kondisi *intervensi* (B) merupakan pertemuan ketujuh perilaku hiperaktivitas yang muncul yaitu selama 4 menit, kemudian pertemuan kedelapan hingga kesebelas yaitu 6 menit, 5 menit, 5 menit, dan 5 menit. Adapun kondisi *baseline* setelah tidak lagi diberikan perbuatan (A2) kondisi semakin menurun menjadi 3 menit, 2 menit, 2 menit, dan 2 menit.

Terbukti karena hasil penelitian pada kondisi *baseline* (A1) menunjukkan masih tingginya durasi perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir bagi anak Autisme, namun setelah diberikannya perlakuan melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*) pada kondisi *intervensi*(B), perilaku hiperaktivitas bagi anak Autisme menunjukkan adanya penurunan atau berkurang, dan dapat dipertahankan anak pada kondisi *baseline* (A2). Hasil penelitian yang diperoleh ini telah membuktikan bahwa perilaku hiperaktivitas berjalan mondar-mandir bagi anak Autisme dapat dikurangi melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di SLB Autisma YPPA Padang bertujuan untuk mengurangi perilaku hiperaktivitas melalui prosedur penyisihan sesaat bagi anak Autisme. Hal ini terbukti melalui analisis grafik dan perhitungan yang cermat terhadap data yang diperoleh di lapangan. Dengan melihat grafik dapat terlihat pengurangan perilaku hiperaktivitas anak berjalan mondar-mandir melalui prosedur penyisihan sesaat (*time out*).

SARAN

Setelah memperlihatkan hasil temuan peneliti yang diperoleh dari kesimpulan yang telah dikemukakan, maka ada terdapat beberapa saran dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagi peneliti, agar dapat mengembangkan lagi hasil penelitian ini, dan prosedur penyisihan sesaat (*time out*) ini juga dapat digunakan bagi anak berkebutuhan khusus lainnya.
2. Bagi guru, agar dapat menggunakan prosedur penyisihan sesaat ini dalam mengatasi perilaku hiperaktivitas anak autisme atau anak berkebutuhan khusus lainnya, agar terciptanya kondisi belajar mengajar yang kondusif.
3. Bagi sekolah, agar dapat mendukung berbagai bentuk metode pengamatan anak yang nantinya dapat menunjang kemampuan anak dalam belajar.
4. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti berharap untuk dapat menambahkan prosedur penyisihan sesaat ini sebagai bahan rujukan dan referensi dalam melaksanakan penelitian lebih lanjut mengenai perilaku hiperaktivitas (berjalan mondar-mandir).

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Paternotte, Arga & Jan Buitelaar. *ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas Gejala, Diagnosia, Terapi, Serta Penanganannya di Rumah dan di Sekolah*. Jakarta: Prenada
- Purwanta, E. 2012. *Modifikasi Perilaku: Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Triyanto Pristiwaluyo & M. Sodik. 2005. *Penanganan Anak Gangguan Emosi*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Yuwono, Joko. 2012. *Memahami Anak Autistik (kajian teori dan empirik)*. Bandung: Alfabeta