SNEED: Jurnal Pendidikan Khusus
Volume 2 Nomor 2 Tahun 2022
Halaman: 025-030

EFEKTIVITAS TERAPI PSIKOMOTORIK UNTUK MENGURANGI *REPETITIVE AND RESTRICTED BEHAVIOR* PADA ANAK AUTIS KELAS X DI SLB IT BAITUL JANNAH BANDAR LAMPUNG

[1]Risa Gustiana, [2] Ossy Firstanti Wardany, [3] Heni Herlina
[1, 2,3]Prodi Pendidikan Luar Biasa, Universitas Muhammdiyah, Lampung, Indonesia
Email : gustianarisa123@gmail.com

Abstrak Penelitian dilatarbelakangi permasalahan seorang siswa autis kelas X (MAH) yang memiliki perilaku *repetitive and restricted behavior* (RRB) berupa *tapping* (mengetuk-ngetuk jari). Perilaku *tapping* tersebut mengganggu proses pembelajaran. Terapi Psikomotorik merupakan terapi yang digunakan pada anak yang memiliki masalah pada kesehatan mental dengan melibatkan aktivitas fisik yang terintegrasi pada kesatuan tubuh, kognitif, dan perilaku anak. Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui frekuensi perilaku *repetitive and restricted behavior* (RRB) berupa *tapping* anak sebelum dan sesudah diberikan terapi psikomotorik, dan melihat setelah dilakukannya terapi psikomotorik frekuensi perilaku *repetitive and restricted behavior* (RRB) berupa *tapping* anak . Penelitian ini berjenis kuantitatif eskperimen menggunakan pendekatan penelitian subjek tunggal (*single subject research*) dengan penelitian A-B-A. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis dalam kondisi, dilakukan secara deskriptif dengan melihat hasil observasi perhitungan frekuensi, catatan A-B-C perilaku dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi psikomotorik dengan menggunakan latihan fisik berupa senam jari dapat mengurangi perilaku RRB berupa *tapping* pada subjek, sehingga subjek dapat belajar dengan fokus dan tenang. Penurunan perilaku diperkuat dengan hasil pengolahan data rata-rata frekuensi pada *Baseline*-1 yaitu 19 kali, intervensi yaitu 17 kali, dan *Baseline*-2 menjadi 7 kali. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi psikomotorik efektif untuk menurunkan perilaku RRB berupa *tapping* pada anak autis.
Kata Kunci: Terapi Psikomotorik, Senam Jari, Perilaku *Tapping*, Anak Autis, *Repetitive and Restricted Behavior* (RRB).

THE EFFECTIVENESS OF PSYCHOMOTORIC TO REDUCE REPETITIVE AND RESTRICTED BEHAVIOR OF AUTISM CLASS X IN SLB IT BAITUL JANNAH BANDAR LAMPUNG

Abstract: The background of the research is the problem of an autistic student in class X (MAH) who has repetitive and restricted behavior (RRB) in the form of tapping (tapping fingers). The tapping behavior interferes with the learning process. Psychomotor therapy is a therapy used for children who have mental health problems by involving physical activity that is integrated into the child's body, cognitive, and behavior. So the purpose of this study was to determine the frequency of repetitive and restricted behavior (RRB) in the form of tapping children before and after being given psychomotor therapy, and to see after psychomotor therapy the frequency of repetitive and restricted behavior (RRB) in the form of tapping children. This research is a quantitative experimental type using a single subject research approach with A-B-A research. Methods of data collection using observation, interviews, and documentation. Data analysis using analysis in conditions, carried out descriptively by looking at the results of observation of frequency calculations, A-B-C records of behavior and interviews. The results showed that psychomotor therapy by using physical exercises in the form of finger exercises can reduce RRB behavior in the form of tapping on the subject, so that the subject can learn with focus and calm. The decrease in behavior was strengthened by the results of data processing, the average frequency at Baseline-1 was 19 times, intervention was 17 times, and Baseline-2 was 7 times. Based on the results of the study, it can be concluded that psychomotor therapy is effective in reducing RRB behavior in the form of tapping in autistic children.

Keywords: psychomotoric therapy, finger exercise, tapping behavior, autism repetitive and restricted behavior.

PENDAHULUAN

Masalah repetitive and restriced behavior pada siswa autis kelas X yang berinisial MAH yang mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran karena frekuensi tapping (mengetuk-ngetuk jari) yang sangat tinggi,

sehingga proses pembelajaran tersebut sering kali mengganggu aktivitas anak. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas, perilaku tersebut mulai muncul semenjak pandemi. Untuk mengatasinya guru memberikan penegasan. Akan tetapi, hal tersebut belum berhasil. Selain itu, belum adanya penanganan khusus terkait perilaku repetitif anak.

Hambatan perilaku tapping yang dimilki anak autis sering mengganggu aktivitas sehari hari, misalnya seperti dalam proses pembelajaran. Menurut Repp dan Karsh (Matson, 2008, hlm. 147) stereotip dapat mengganggu proses pembelajaran atau tugas akademik serta menghambat kemampuan anak dalam berinteraksi secara sosial dengan teman sebaya. Exkorn (2005:47) menambahkan bahwa penyebab RRB muncul karena stimulasi diri yang dapat terjadi dengan berbagai cara dan melibatkan salah satu atau semua indera tubuh. Bentuk stimulasi diri yaitu melibatkan menatap ke dinding atau terpaku pada suatu objek; gerakan tubuh yang berulang-ulang, seperti bergoyang-goyang; atau gerakan objek yang berulang-ulang, seperti menyalakan dan mematikan sakelar lampu. Gerakan tapping (mengetuk-ngetuk jari) yang dilakukan MAH dapat diasumsikan sebagai gerak menstimulasi diri.

Anak autis biasanya melakukan gerakan menstimulasi diri tersebut karena memiliki kelebihan energi. Maka untuk mengurangi energi tersebut peneliti memberikan solusi agar anak dapat menyalurkan energi berupa terapi psikomotorik sebelum pembelajaran dimulai. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Probst, dkk (2010:105) bahwa terapi psikomotor didasarkan pada pandangan holistik tentang manusia. Pandangan ini diambil dari kesatuan tubuhdan pikiran. Gagasan tersebut mengintegrasikan aspek kognitif, emosional, dan fisik serta kapasitas dalam bertindak dan konteks psikososial. Sehingga, terapi psikomotorik pendekatannya berorientasi pada tubuh seperti relaksasi, sensorik dan kesadaran tubuh.

Penelitian terkait psikomotorik pernah dilakukan oleh Maesaroh, dkk (2020) terhadap RRB yang dimiliki anak autis yaitu, masalah perilaku repetitif menutup telinga. Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan pada penerapan program psychomotor therapy secara signifikan dapat berpengaruh dan diterapkan pada anak autis dengan memperhatikan kemampuan serta kekurangan masing-masing anak.

Melalui terapi psikomotorik yang menggunakan unsur psikoterapi tubuh anak autis diharapkan dapat mengurangi kondisi masalah anak dalam aspek perilaku tapping. Salah satu upaya penanganannya yaitu dengan aktivitas fisik untuk membuat anak banyak bermain dan bergerak agar lebih efisien, sehingga anak dapat mengikuti pembelajaran dengan kondusif. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Probst, dkk (2010:108) terapi psikomotorik berorientasi melalui tindakan dan penekannanya terletak pada pengembangan kemampuan mental dan fisik. Menurut Probst, dkk terapi ini juga bertujuan untuk melatih psikomotorik, sensomotorik, perseptual, kognitif, sosial dan emosional.

Berdasarkan masalah-masalah yang sudah diuraikan, maka peneliti merasa penting untuk dapat mengatasi masalah tersebut. Perilaku stereotip berupa tapping harus segera diatasi agar siswa dapat belajar lebih efisien dan optimal. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Terapi Psikomotorik Untuk Mengurangi Repetitive and Restriced Behavior Pada Anak Autis Kelas X di SLBIT Baitul Jannah Bandar Lampung". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui frekuensi perilaku repetitive and restricted behavior (RRB) berupa tapping anak sebelum dan sesudah diberikan terapi psikomotorik, dan melihat setelah dilakukannya terapi psikomotorik frekuensi perilaku repetitive and restricted behavior (RRB) berupa tapping anak.

METODE

Hamdi & Bahrudin (2012:2) menjelaskan bahwa metode penelitian dapat memberi arahan peneliti tentang bagaimana melakukan penelitian tersebut. Hamdi & Bahrudin juga memberi penjelasan bahwa penelitian merupakan kegiatan yang bertujuan untuk menemukan, mengembangkan, dan melakukan pemeriksaan terhadap peristiwa dengan menggunakan metode ilmiah. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain ilmiah yaitu *Single Subject*

Research (SSR), SSR merupakan desain subjek tunggal yang sering disebut dengan kasus tunggal atau sistem tunggal (Engel, 2008:207).

Engel (2008) juga menjelaskan bahwa SSR fokusnya adalah pada satu subjek atau permasalahan yang sama dan sederhana. Peneliti menggunakan desain SSR bertujuan untuk memodifikasi perilaku subjek dengan melakukan pencatatan frekuensi, dan pencatatan A-B-C perilaku. Hal ini sejalan dengan Engel (2008:215) bahwa frekuensi fokus pada penghitungan berapa kali perilaku terjadi, penghitungan frekuensi juga berguna untuk mengukur target perilaku yang sering terjadi.

Penelitian ini akan dilaksanakan di SLB IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Beralamatkan di Jalan Pramuka No.43 Kemiling Permai, Kemiling, Bandar Lampung. Peneliti memiliki tahapan waktu dalam melaksanakan penelitian selama kurang lebih 9 bulan. Dimulai dari November 2020 sampai bulan Juni 2021.

Menurut Nurdin & Hartati (2019:27) desain penelitian merupakan rancangan yang disusun secara sistematis dalam melaksanakan penelitian. Desain penelitian juga memberikan uraian metode dalam mendapatkan informasi atau data yang diperlukan pada saat penelitian. Nurdin & Hartati juga menyebutkan bahwa terdapat dua metode atau pendekatan ilmiah yaitu penelitian kualitatif, dan penelitian kuantitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang memiliki rancangan penelitian terbuka (*emergent design*) disempurnakan dengan pengumpulan data (Sudaryono, 2016:7). Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan dengan menggunakan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, untuk menguji hipotesis dengan menggunakan analisis data yang bersifat statistik (Sugiyono, 2018:14). Sugiyono juga menjelaskan terdapat beberapa metode dalam penelitian kuantitatif, diantaranya metode survey, *action research*, *expost facto*, evaluasi, *research and development* (R & D), dan eksperimen. Untuk itu, peneliti dalam penelitiannya menggunakan metode kuantitatif. Peneliti mengambil subjek satu orang siswa autis kelas X di SLB IT Baitul Jannah Bandar Lampung

Langkah startegis dalam penelitian adalah teknik pengumpulan data yang dapat dilakukan dalam berbagai cara, *setting*, dan sumber. Bila dilihat dari segi cara, maka pengumpulan data dibagi menjadi tiga yaitu, wawancara, kuisioner, dan observasi (Sugiyono, 2017:194). Sedangkan menurut Hardani, dkk (2020:122) teknik pengumpulan data dibagi menjadi empat yaitu, observasi, wawawancara, dokumentasi, dan gabungan. Untuk itu, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data diantaranya, observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Menurut Hardani (2020:198) menjelaskan bahwa valiadasi instrumen merupakan ketetapan antara data yang terjadi pada subjek penelitian dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Sedangkan Sugiyono (2017:173) menjelaskan validasi instrumen merupakan alat ukur untuk mendapatkan data yang valid. Penelitian ini menggunakan validitas instrumen berupa instrumen observasi dan wawancara.

Menurut Sugiyono (2017:207) analisis data merupakan kegiatan mengumpulkan data dari seluruh responden yang telah terkumpul. Sugiyono juga menjelaskan bahwa analisis data dibagi menjadi dua macam teknik statistik yaitu statistik deskriptif dan statistik inefernsial. Sejalan dengan hal tersebut Sunanto, dkk (2005:93) mengemukakan bahwa penelitian eksperimen yang berbentuk *single subject research* (SSR) menggunakan statistik deskriptif untuk menganalisis data. Data statistik deskriptif dapat digunakan dalam bentuk bagan, grafik, dan tabel (Hermawan, 2018:9). Selain itu, Sunanto, dkk (2005:96) juga menjelaskan bahwa analisis terdapat dua macam yaitu analisis dalam kondisi, dan analisis antar kondisi. Analisis dalam kondisi merupakan menganalisis perubahan data dalam satu kondisinya misalnya pada saat *Baseline* atau kondisi intervensi, komponen yang akan dianalisis meliputi tingkat stabilitas, kecenderungan arah, dan tingkat perubahan (*level change*).

Prosedur penelitian merupakan tahapan kegiatan yang dilakukan dalam penelitian. Tahapan pada penelitian ini terdiri dari tiga tahap yaitu *Baseline*-1, intervensi dan *Baseline*-2. Berikut merupakan tahapan prosedur penelitian yang akan digunakan:

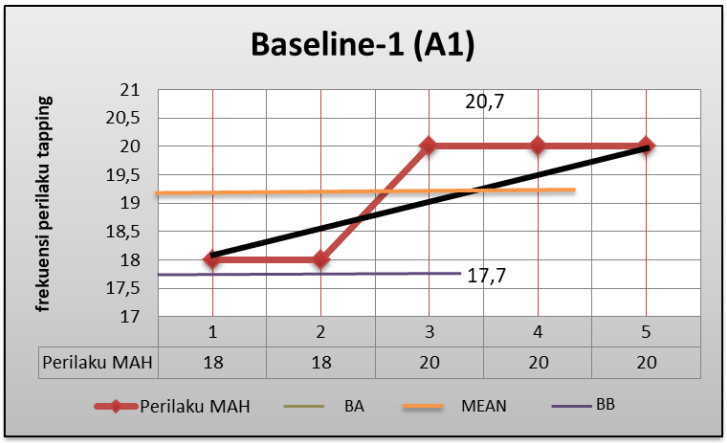
1. *Baseline-1* Peneliti melakukan observasi secara langsung dengan mengamati serta mencatat frekuensi dan mencatat A-B-C kondisi awal perilaku stereotip

2. *Intervensi* Peneliti menerapkan terapi psikomotorik berupa latihan fisik seperti senam jari kepada siswa dengan tahapanKegiatan awal, peneliti mengkondisikan siswa sebelum belajar Kegiatan inti, peneliti melakukan kegiatan terapi psikomotorik dengan menggunakan latihan fisik yaitu senam jari sebelum pelajaran dimulai. Kegiatan akhir, peneliti melakukan pendinginan dengan memberikan barang yang diminati anak.
3. *Baseline*-2 Peneliti mengamati dan mencatat kondisi perilaku stereotip subjek setelah dilakukan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

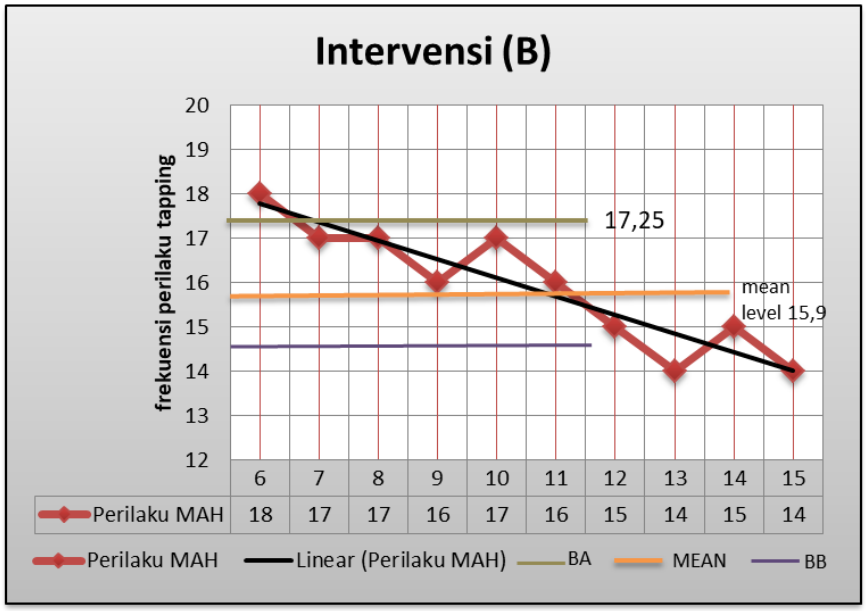
Hasil

Hasil observasi pada sesi *Baseline*-1 (A1) disajikan dalam grafik pada gambar 4.1. gambar disajikan untuk memperjelas bagaimana frekuensi perilaku *tapping* awal subjek pada saat pembelajaran.



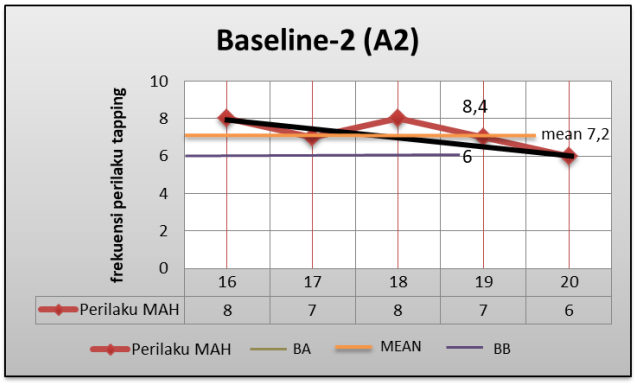
Gambar 4.1 Frekuensi Perilaku Mengganggu (*Tapping*) Saat Pembelajaran fase *Baseline*-1 (A1)

Gambar tersebut menunjukkan data bahwa perilaku *tapping* dengan frekuensi yang sangat tinggi. Berdasarkan observasi dan pencatatan A-B-C perilaku pada subjek MAH melakukan perilaku *tapping* pada saat ingin melakukan proses pembelajaran dan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan deskripsi data maka diketahui bahwa kondisi awal perilaku mengganggu berupa *tapping* sangat tinggi dan memerlukan intervensi.



Gambar 4.2 Frekuensi Perilaku *Tapping* Saat Setelah diberikan Terapi Psikomotorik Berupa Senam Jari pada fase Intervensi (B).

Berdasarkan gambar 4.2 ditemukan bahwa selama sesi intervensi subjek MAH menujukkan penurunan perilaku walau tidak terlalu signifikan. Dapat dilihat bahwa subjek masih melakukan gerakan *tapping* pada saat pembelajaran berlangsung namun jangka waktu yang lama.



Gambar 4.3 Frekuensi Perilaku *Tapping* Saat Pembelajaran Subjek MAH pada fase *Baseline*-2 (A2).

Gambar 4.3 menunjukkan bahwa subjek menunjukkan perubahan perilaku dengan menampilakan perilaku *tapping* lebih sedikit daripada perilaku awal pada saat *Baseline*-1 dan intervensi. Frekuensi perilaku *tapping* yang ditampilkan pada sesi *Baseline*-2 cenderung turun secara siginifikan dan stabil.

Pembahasan

Berdasarkan deskripsi setiap sesi dan analisis data yang dilakukan, hasil penelitian menunjukkan bahwa Terapi Psikomotorik berupa senam jari efektif dalam mengatasi perilaku RRB berupa tapping pada subjek penelitian. Terapi Psikomotorik berupa senam jari terbukti dapat menurunkan frekuensi perilaku RRB berupa tapping pada subjek MAH pada fase Baseline-1, intervensi, dan Baseline-2. Diketahui bahwa frekuensi perilaku tapping subjek menurun secara bertahap pada fase intevensi dan kembali menurun serta stabil pada sesi Baseline-2. Berdasarkan data diketahui bahwa frekuensi perilaku tapping subjek setelah intervensi lefbih sedikit daripada sebelum intervensi Terapi Psikomotorik diberikan. Hal tersebut menegaskan keefektifan Terapi Psikomotorik sebagai intervensi dalam mengatasi masalah perilaku RRB berupa tapping pada subjek autis, sekaligus menegaskan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian dapat diterima.

Konsep Terapi Psikomotorik secara sederhana adalah dengan memberikan terapi sebagai alternatif untuk anak yang memiliki masalah pada kesehatan mental dengan melibatkan aktivitas fisik yang terintegarsi pada kesatuan tubuh, kognitif, dan perilaku anak sehingga menjadi penguat untuk perilaku yang akan diturunkan (target behavior).

Pada penelitian ini perilaku yang hendak diturunkan adalah perilaku RRB berbentuk tapping. Pengukuran pada Baseline-1 menemukan bahwa penyebab perilaku tapping subjek MAH muncul pada saat guru menerangkan dan mengarahkan untuk mengerjakan tugas, subjek melakukan gerakan tapping untuk mengulur waktu dalam mengerjakan tugas, sehingga subjek cenderung tidak fokus dan mengganggu jalannya pembelajaran.

Proses terapi psikomotorik dengan menggunakan aktivitas tubuh dapat membantu dalam mengurangi sensorik gerakan, meningkatkan aktivitas, seperti perhatian, dan inisiatif. Mash & Wolfe (2010:309) menjelaskan bahwa Perilaku RRB terjadi karena adanya stimulasi diri pada gerakan tubuh yang melibatkan sensorik atau menggerakkan benda berulang misalnya, menggerakan jari di depan mata. Stimulasi diri ini terjadi dari usia kanak kanak hingga dewasa.

Prosedur penggunaan Terapi Psikomotorik untuk mengatasi RRB memaparkan memerlukan aktivitas fisik yang stabil, fokusnya pada ketetapan gerakan (Adamkova & Hatlova, 2012). Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada Baseline-1 maka terapi psikomotorik menggunakan senam jari dipilih sebagai kegiatan yang dapat mengurangi perilaku RRB berupa tapping. Dengan diberikannya intervensi berupa senam jari diharapkan subjek dapat tenang dan mengerjakan tugas sehingga perilaku RRB berupa tapping dapat menurun. Memberikan intervensi dengan menggunakan terapi psikomotorik berupa senam jari untuk memberikan rasa lelah sehingga subjek dapat fokus dan tidak melakukan perilaku

tapping tersebut menjadi alasan mengapa Terapi Psikomotorik dapat mengatasi masalah RRB berupa tapping saat pembelajaran.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan pengolahan dan analisis data dari penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi psikomotorik dengan menggunakan latihan fisik berupa senam jari dapat mengurangi perilaku RRB berupa *tapping* pada anak autis kelas X di SLB IT Baitul Jannah. Berdasarkan hasil penelitian terjadi penurunan rata-rata pada *Baseline*-1 yaitu 19 kali, intervensi yaitu 17 kali, dan *Baseline*-2 menjadi 7 kali. Terapi psikomotorik dengan menggunakan senam jari tersebut memberikan efek kelelahan pada ruas jari jari sehingga subjek dapat belajar serta mengerjakan tugas dengan fokus dan tenang.

Implikasi

Merujuk dari hasil penelitian setelah dilakukannya terapi psikomotorik terhadap anak autis kelas X di SLB IT Baitul Jannah dapat berimplikasi dengan baik. Hal tersebut terbukti dengan menurun dan stabilnya data perilaku subjek pada setiap sesi *Baseline*-1, intervensi, dan *Baseline*-2 serta memberikan perubahan perilaku yang lebih baik, subjek mampu mengikuti pembelajaran dengan fokus dan tenang. Perlu adanya pendampingan dari berbagai pihak sehingga subjek dapat terus belajar dengan sesuai.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi Orang Tua, hendaknya mendampingi dan mengawasi anak pada saat pembelajaran jarak jauh karena pandemi, sehingga anak dapat fokus pada pembelajaran yang diberikan serta perilaku anak dapat terkendali dan apabila muncul perilaku yang tidak biasanya dapat segera ditangani sesuai dengan kebutuhannya.
2. Bagi guru, hendaknya memberikan inovasi baru sehingga dapat membantu anak dalam mengurangi perilaku RRB berupa *tapping* dan agar mengikuti pembelajaran dengan kondusif.
3. Bagi manajemen sekolah, hendaknya menyediakan kegiatan guna mengurangi perilaku RRB yang dimiliki oleh siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Adámková Ségárd, Milena & Hátlová, B. (Eds.). (2012). *Psychomotor therapy in schizophrenia treatment*. Ústí nad Labem, Czech Republic: Jan Evangelista Purkyne University in Ústí nad Labem.

Engel, Rafael J & Schutt, Russel K. (2008). *Pratice of Research in Social Work 2nd Edition*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications Inc.

Exkorn, Karen Siff. (2005). *The Autism Sourcebook*. Amerika: Perfect Bound.

Hamdi & Bahruddin. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi dalam Pendidikan*. Yogyakarta: DEEPUBLISH

Hardani, dkk. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualikatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.

Hermawan, Hery. (2018). *Metode Kuantitatif untuk Riset Bidang Kepariwisataan.* Open Sciene Framework.

Maesaroh, Lilis dkk. (2020). Pengaruh Psychomotor Therapy pada Siswa dengan Gangguan Spektrum Autis dalam Pembelajara Pendidikan Jasmani di Sekolah. *Jurnal Penelitian Pendidikan* 20 (1), 71.

Matson, Johnny L. (2008). *Clinical Assessment and Intervention for Autism Spectrum Disorders*. Amerika: Elsevier.

Mash, Eric J & David A. Wolfe. (2010). *Abnormal Child Psychologi*. USA: United States.

Nurdin, Ismail., & Sri Hartati (2019). *Metode Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendikia.