

**PENGARUH PENERAPAN *PSYCHOMOTORIC THERAPY* TERHADAP PERILAKU *SELF INJURED* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK AUTISME**

**Mitta Pratama<sup>1</sup>, Herman Subarjah<sup>2</sup>, Bambang Abduljabar<sup>3</sup>.**

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penerapan *psychomotoric therapy* terhadap perilaku *self injured* untuk meningkatkan kepercayaan diri anak autisme yang diterapkan pada anak autisme di SLB YPLAB Lembang. Penelitian ini menerapkan metode eksperimen dengan menggunakan desain penelitian *Single Subject Research (SSR)* yang dilakukan pada 1 anak autisme. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri yaitu tes kepercayaan diri dengan menggunakan *treatment psychomotor therapy*. Pengolahan dan analisis data menggunakan *statistic deskriptif* dengan teknik analisis Uji Bartlett. Hasilnya penerapan *psychomotor therapy* berpengaruh terhadap unsur-unsur kepercayaan diri anak autisme pada taraf nyata  $\alpha = 0,05$ . Terdapat varians yang berbeda diantara awal perlakuan Baseline 1 (A-1) dan akhir perlakuan Baseline 2 (A-2). Memberikan dampak pada pengurangan perilaku *self injured* melalui peningkatan kepercayaan diri.

**Kata Kunci:** *Psychomotoric Therapy, Kepercayaan Diri.*

**PENDAHULUAN**

Anak autisme merupakan subjek dari penelitian ini, sudah memiliki kemampuan berbahasa. Meskipun demikian kemampuan tersebut belum cukup untuk dapat melibatkannya dalam interaksi ataupun komunikasi dua arah. Menurut Hallahan dan Kauffman (2009, hlm. 433) penyandang autisme memiliki keterbatasan dalam interaksi sosial, komunikasi dan adanya pola perilaku yang repetitive juga stereotip, sebagai tambahan adanya gangguan kognitif dan ketidaknormalan persepsi sensori. Hal ini merupakan permasalahan yang dapat mempengaruhi perkembangan kemampuan dan keterampilan hidup mereka.

Kemampuan interaksi sosial belum berkembang pada tahap hubungan timbal-balik, meski dia mampu memahami beberapa pertanyaan maupun perintah sederhana. Kemampuan sosial interaksi juga masih dalam tahap perkembangan, mampu mengenali keadaan fisik lingkungannya, dan mampu berinteraksi dua arah ataupun bermain dengan teman sebayanya tetapi harus dalam pengawasan. Anak memiliki karakteristik berupa adanya gerakan stereotip dan repetitive yang dia munculkan dalam perilaku *hand-flapping* maupun *self injured*.

Perilaku repetitif dan stereotip yang disinggung sebelumnya, jika dilihat dari DSM-5 sebagai *stereotypic movement disorder* (2013, hlm. 77), maka perilaku repetitive nampaknya mendapat dorongan, namun ternyata merupakan perilaku gerakan yang tak berguna (seperti berguncang atau melambai tangan, mengayun-ayun badan, membenturkan kepala, menggigit diri, memukul badan sendiri). Perilaku tersebut juga banyak mengintervensi sosial, akademik, atau aktivitas lain dan dapat mengakibatkan perilaku *self injured*, serangan itu juga biasa muncul pada masa awal perkembangan.

---

<sup>1</sup> Penulis adalah Mahasiswa Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2</sup> Penulis adalah Staf Edukatif Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>3</sup> Penulis adalah Staf Edukatif Universitas Pendidikan Indonesia

Kegiatan *self injured* siswa yang berupa memukul anggota tubuhnya tidak jarang dilakukan, melainkan sering dia lakukan sampai meninggalkan bekas luka berwarna merah, dikatakan sering dia lakukan bukan hanya dilihat dari dampak fisik yang ditinggalkan, tapi juga dari hasil observasi dan wawancara. Menurut Bodifish (dalam Duerden, Szatmari, dan Roberts, (2012, hlm. 2516) memasukan hal-hal dari *Repetitive Behavior Cale-Revised* mengenai bentuk-bentuk perilaku *self injured* yaitu: “*a Hits self with body part (hits or slaps head face, or other body area)*” artinya memukul diri sendiri dengan bagian tubuh (memukul atau menampar kepala, wajah, atau bagian tubuh lainnya). Selanjutnya, “*b. Hits self object (hits or bangs head or other body part on table, floor or other surface)*” yang berarti memukul diri berlawanan dengan obyek (memukul) atau membenturkan kepala atau bagian tubuh lainnya “*c. Hits self with object (hits or bangs head or other body area with object)*” dengan pengertian memukul diri dengan obyek (memukul atau membenturkan kepala atau bagian lainnya dengan obyek).

Keberadaan Sekolah Luar Biasa setidaknya memberikan harapan kepada penyandang disabilitas untuk dapat membantu segala kondisi yang sedang dialaminya. Misalnya adalah masih banyaknya SLB yang tertinggal dalam hal fasilitas dan juga sumber daya manusia dalam hal ini pengajar yang belum bisa menerapkan kurikulum dalam proses pembelajarannya untuk dapat membantu penyandang disabilitas keluar dari setiap permasalahan yang dihadapinya, untuk dapat bersosialisasi dengan lingkungannya, juga untuk dapat memperjuangkan hak-haknya sebagai seorang individu. Menurut Keilmann, Limberger & Mann (2007) anak-anak di sekolah berkebutuhan khusus merasa dirinya lebih rendah dari orang lain yang sekolah di sekolah umum, selain itu juga mereka kurang percaya diri.

Kepercayaan diri yang merupakan salah satu komponen dari kemampuan dalam bidang sosial emosional merupakan hal yang penting untuk dikembangkan dalam diri anak. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan bagi semua kalangan untuk membantu komunikasi dengan keluarga, teman dan masyarakat disetiap harinya. Kepercayaan diri adalah suatu sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Menurut Bandura (1977, dalam Hurlock, 1999) adalah suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan dan keinginannya.

Kepercayaan diri menjadi hal yang penting apabila tidak diterapkan kepada penyandang autisme dikhawatirkan dapat berakibat buruk pada proses penyesuaian dan perkembangan diri anak autisme, baik penyesuaian komunikasi antar keluarga, teman, dan masyarakat, bidang akademik maupun bidang yang menyangkut kehidupan sosial anak. Karakteristik kepercayaan diri yang diungkapkan (Frieda, 2009, hlm. 4) adalah yakin akan kemampuan diri sendiri, keberanian mengungkapkan pendapat, mandiri, mampu bergaul secara fleksibel, dan mampu mengambil langkah pasti dalam kehidupannya.

Penulis menyimpulkan bahwa anak merasa kesulitan dalam berinteraksi sosial dengan teman, guru maupun orang yang baru dikenalnya akibat dari kurangnya rasa kepercayaan diri anak untuk berinteraksi dengan teman. Anak autisme juga memiliki ketidakmampuan dalam mengungkapkan pendapat pada mereka memiliki dorongan untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan dan masyarakat yang ada disekitarnya, belajar dan menyesuaikan diri dengan masyarakat yang kesemuanya itu berkaitan dengan penyesuaian perilaku atau perilaku adaptifnya, seharusnya pendidikan anak berkebutuhan khusus seperti autisme tersebut mendapatkan materi lebih mengenai penumbuhan rasa kepercayaan diri agar para anak penyandang autisme tersebut memiliki semangat dan motivasi untuk mensejajarkan diri dengan anak-anak normal pada umumnya. Salah satu sarana untuk mengembangkan perilaku kepercayaan diri anak autisme yaitu dengan melaksanakan pendidikan jasmani adaptif.

Pendidikan jasmani sendiri merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan, sedangkan adaptif berasal dari kata adaptasi yang berartikan menyesuaikan. Aktivitas fisik (PA) merupakan sarana penting untuk meningkatkan kesehatan pada anak-anak dengan kecacatan ataupun anak-anak normal (Jin et.all, 2017). Aktivitas fisik telah dilanjutkan dalam metaanalisis untuk membantu mengurangi tingkat kecemasan (Petruzzello, 1991), tidak hanya akibat pengaruhnya terhadap sistem biologis, tetapi juga dengan meningkatkan status emosional, terutama saat olahraga memberi orang rasa lega dan waktu yang jauh dari kekhawatiran sehari-sehari.

*Psychomotor therapy* sangat mengutamakan pada upaya korelasi atas masalah psikiatri pasien melalui aktivitas jasmani/ gerak atau olahraga, melalui partisipasi atau pembelajaran. Hal ini sesuai dengan ungkapan Hendrayana (2007, hlm. 21) bahwa *PMT (Psychomotor therapy)* merupakan hal yang paling menarik, *Psychomotor therapy*, dipopulerkan dengan sebutan *PMT* yang merupakan salah satu metode yang baik untuk mengidentifikasi dalam upaya perawatan. *PMT* merupakan salah satu upaya terapi fisik untuk perawatan yang berpusat pada gerak seluruh tubuh. Perolehan informasi ini mempermudah dalam menindaklanjuti usaha perawatan khususnya dalam keterampilan gerak dasar. Berdasarkan penelitian diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui melalui penerapan *psychomotoric therapy* terhadap perilaku *self injured* untuk meningkatkan kepercayaan diri anak autisme.

## **METODE**

Metode eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini dengan desain *Single Subject Research (SSR)*. Desain ini merupakan bagian integral dari analisis tingkah laku (*behaviour analysis*). *SSR* mengacu pada desain penelitian yang dikembangkan untuk mendokumentasikan perubahan tingkah laku subjek secara individu. (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2013). Desain penelitian subjek tunggal yang digunakan dalam penelitian ini adalah A-B-A, yaitu desain penelitian yang menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dan variabel bebas (Sunanto, 2005, hlm. 59). Desain A-B-A mempunyai tiga tahap, yaitu A-1 (Baseline-1), B (Intervensi), A-2 (Baseline-2) yang bertujuan untuk mempelajari besarnya pengaruh dari suatu perlakuan yang diberikan kepada individu. Menurut Sunanto (2005, hlm. 59) mengemukakan bahwa mula-mula target behavior diukur secara kontinu pada kondisi baseline-1 (A-1) dengan periode waktu tertentu kemudian kondisi intervensi (B), setelah pengukuran pada kondisi intervensi (B) pengukuran pada baseline-2 (A-2) diberikan. Penambahan kondisi baseline yang kedua (A-2) ini dimaksudkan sebagai kontrol untuk fase intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dan variabel terikat.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar SLB YPLAB Lembang yang berjumlah 3 orang. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel secara purposive, dimana pendekatan ini serupa dengan pengambilan kasus tipikal. Sunanto (2005, hlm. 70) melalui pendekatan ini, peneliti mengambil kasus-kasus yang menjelaskan kondisi diatas rata-rata dari suatu fenomena. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah satu siswa autisme yang berusia 9 tahun.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu angket berupa instrumen daftar checklist inventori (non-tes) untuk mengetahui dan mengukur kemampuan kepercayaan diri sebelum dan setelah perlakuan ditandai dengan memberi tanda checklist. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk skala yaitu "Skala Guttman" yang merupakan skala pengukuran dengan tipe jawaban "mampu-tidak mampu", "ya-tidak", "benar- salah", dan lain-lain. Menurut Sugiyono (2013, hlm. 139) instrumen penelitian yang menggunakan skala Guttman dapat dibuat dalam bentuk checklist atau pilihan ganda.

Teknik analisis data statistik deskriptif, yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya menurut Sugiyono (2013, hlm. 139). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan grafik, seperti yang dikemukakan oleh Sunanto, Jetal. (2006, hlm. 38) bahwa "Grafik memiliki peranan penting pada saat menganalisis data dalam penelitian modifikasi perilaku dengan desain subjek tunggal". Dalam penelitian ini untuk analisis data peneliti menggunakan urutan analisis uji normalitas menggunakan *Kolmogorof-smirnov*, uji homogenitas menggunakan *Lavene's test*, dan pengujian hipotesis menggunakan *Uji Barlett*.

## HASIL

Analisi data dilakukan untuk menjawab rumusan masalah dan membuktikan hipotesis penelitian yang sebelumnya telah peneliti buat. Hasil penelitian ini berdasarkan faktor-faktor yang diamati dan ditemukan dalam penelitian diantaranya.

**Tabel Hasil Penghitungan Rata-rata Simpangan Baku**

Kelompok	Mean ± Sd
Baseline 1	11,2 ± sd 1,51
Intervensi	30,6 ± sd 1,42
Baseline 2	22,4 ± sd 7,61

Tabel diatas menunjukkan setiap tahapan penelitian terdapat perubahan dalam penerapan *psychomotoric therapy* terhadap perilaku kepercayaan diri siswa autisme di antaranya baseline 1 (A-1) mempunyai nilai (mean 11,2 ± sd 1,51), intervensi (B) (mean 30,6 ± sd 1,42), baseline 2 (A-2) (mean 22,4 ± sd 7,61).

**Tabel Hasil Pengujian Homogenitas Seluruh Data**

Mean ± Sd	<i>Levene's Test F-Stat</i>		Keterangan
	Statistik	<i>P-value</i>	
Baseline 1 11,2 ± sd 1,51	0,463	0,640	Homogen
Intervensi 30,6 ± sd 1,42	0,463	0,640	Homogen
Baseline 2 22,4 ± sd 7,61	0,463	0,640	Homogen

Berdasarkan tabel ringkasan hasil penghitungan homogenitas didapat bahwa secara keseluruhan data berasal dari populasi yang homogen dilihat dari *p-value* yang lebih besar sama dengan  $\geq 0,05$ , maka seluruh data dapat disimpulkan homogen.

**Tabel Hasil Pengujian Normalitas Seluruh Data**

Mean ± Sd	<i>Kolmogorov - Smirnov</i>		Keterangan
	Statistik	<i>P-value</i>	
Baseline 1 11,2 ± sd 1,51	0,231	0,200	Normal
Intervensi 30,6 ± sd 1,42	0,204	0,200	Normal
Baseline 2 22,4 ± sd 7,61	0,340	0,640	Normal

Berdasarkan tabel ringkasan hasil pengujian normalitas sebelumnya didapat bahwa seluruh data normal dikarenakan hasil perhitungan data memiliki *p-value* lebih dari sama

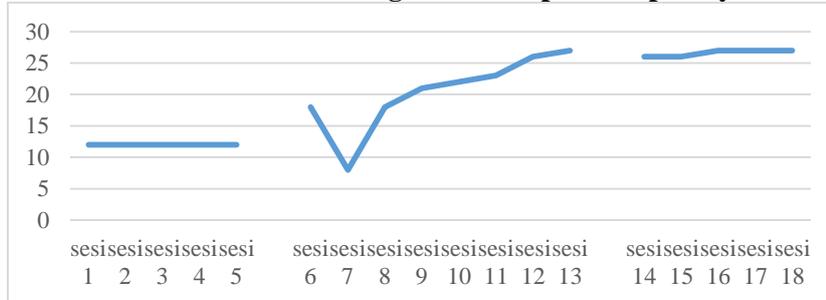
dengan  $\geq 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan data memiliki penyebaran yang normal.

**Tabel Ringkasan Hasil Penghitungan Uji Barlett Seluruh Data**

Mean $\pm$ Sd	Kolmogorov - Smirnov		Keterangan
	Statistik	P-value	
Baseline 1 11,2 $\pm$ sd 1,51	19,22	15,5	Signifikan
Intervensi 30,6 $\pm$ sd 1,42	19,22	15,5	Signifikan
Baseline 2 22,4 $\pm$ sd 7,61	19,22	15,5	Signifikan

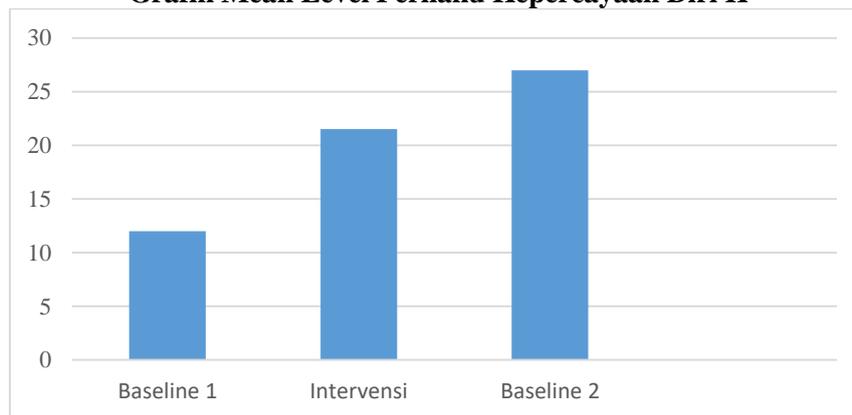
Berdasarkan hasil penghitungan Uji Barlett keseluruhan pengaruh penerapan *psychomotoric therapy* memiliki p-value kurang dari  $\leq 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan yang signifikan secara keseluruhan pada pengaruh penerapan *psychomotoric therapy* terhadap perilaku kepercayaan diri siswa autisme.

**Grafik Keseluruhan Perkembangan Kemampuan Kepercayaan Diri K**



Berikut adalah perkembangan perilaku kepercayaan diri pada subjek penelitian melalui perkembangan yang dideskripsikan melalui nilai mean level pada setiap fase pada penelitian yang dilakukan. Adapun penggambaran grafik adalah sebagai berikut:

**Grafik Mean Level Perilaku Kepercayaan Diri K**



Pada fase baseline 1 (A-1) mean levelnya adalah 12, lalu paa fase intervensi (B) mean levelnya adalah 21,5 dan pada fase baseline 2 (A-2) mencapai 27.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat terlihat ada pengaruh antara penerapan *psychomotoric therapy* terhadap unsur-unsur kepercayaan diri anak autisme. Pengaruh tersebut dapat diketahui melalui hasil analisis data yang menyimpulkan bahwa perlu diterima hipotesis yang menyatakan “terdapat pengaruh dari penerapan *psychomotoric therapy* terhadap pengurangan perilaku *self injured* melalui peningkatan kepercayaan diri anak autisme”. Hal ini dapat dilihat dari pengujian varian sesi awal baseline 1 (A-1), Intervensi (B) dan sesi akhir baseline 2 (A-2) melalui perbandingan chi-kuadrat  $t_{hitung}$  sebesar 19,22 yang lebih besar dari  $t_{tabel}$  sebesar 15,5 yang menyatakan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. F selanjutnya artinya terdapat varian yang berbeda diantara awal perlakuan dan akhir perlakuan. Makna lebih lanjut terdapat perbedaan varian, perlakuan yang diberikan memberikan dampak pada pengurangan perilaku melukai diri atau *self injure* melalui peningkatan kepercayaan diri. Anak penyandang autisme memang memiliki kesulitan dalam berkomunikasi dan melakukan interaksi sosial. Sehingga anak menjadi kurangnya rasa kepercayaan diri di dalam dirinya tersebut. Beberapa hambatan aspek kepercayaan diri yang terjadi diantaranya adalah tidak mampu dengan kemampuan sendiri, tidak berani mengungkapkan pendapat, tidak mandiri, tidak dapat bergaul secara fleksibel, dan tidak mampu mengambil langkah pasti dalam kehidupannya. Hambatan dalam kepercayaan diri tersebut dipengaruhi karena respon mereka dalam menangkap suatu intruksi juga sangat minim, seperti saat mereka dipanggil namanya untuk mendekat kepada guru, bahkan tidak ada kontak mata, apatis terhadap orang yang belum mereka kenal, dan mereka selalu menghindari kontak fisik. Anak autis mengalami perubahan sensori, hipersensitif atau hiposensitif pada pancaindra, tertawa dan marah tanpa sebab, kurang respon terhadap rasa sakit, melakukan sesuatu yang sama secara rutin dan terus menerus.

Peningkatan perilaku kepercayaan diri terjadi, hal ini tergambar dari perbandingan mean level dari tiga fase. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan perilaku kepercayaan diri sebelum diberikan intervensi dan sesudah diberikan intervensi. Hal ini membuktikan teori perilaku (Teori Behavioristik) yang dikemukakan oleh Thorndike dalam Rahyubi (2012, hlm. 31), “belajar adalah proses interaksi antara stimulus dan respon. Stimulus adalah apa yang merangsang terjadinya kegiatan belajar seperti pikiran, perasaan, atau hal-hal lain yang dapat ditangkap melalui alat indera. Sedangkan respon adalah reaksi yang dimunculkan siswa ketika belajar, yang dapat pula berupa pikiran, perasaan, atau gerakan/ tindakan.” Jadi perubahan tingkah laku akibat kegiatan belajar dapat berwujud konkrit, yaitu yang dapat diamati, atau tidak konkrit yaitu yang tidak dapat diamati. Teori belajar menurut Skinner dalam Rahyubi (2012, hlm. 58) “Hubungan antara stimulus dan respon yang terjadi melalui interaksi dengan lingkungannya, yang kemudian menimbulkan perubahan tingkah laku.” Menurutnya respon yang diterima seseorang tidak sesederhana itu, karena stimulus–stimulus yang diberikan akan saling berinteraksi dan interaksi antar stimulus itu akan mempengaruhi respon yang dihasilkan. Respon yang diberikan ini memiliki konsekuensi-konsekuensi. Konsekuensi-konsekuensi inilah yang nantinya mempengaruhi munculnya perilaku. Teori Clasiccal Conditioning (Paclov), bahwa tingkah laku tertentu dapat dibentuk dengan cara berulang-ulang, yaitu dengan diberikan stimulus melalui sesuatu yang dapat menimbulkan tingkah laku.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil analisis dan perhitungan data mengungkapkan bahwa hasil analisis data dan pengujian hipotesis tentang Pengaruh Penerapan *Psychomotor Therapy* Terhadap Perilaku *Self Injured* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Autisme. Di sarankan untuk SLB YPLAB menerapkan *psychomotor therapy* terhadap perilaku *self injured* untuk meningkatkan kepercayaan diri anak.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Asosiasi Psikiatri Amerika (*American Psychiatric Association*). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5<sup>th</sup> ed)*. Arlington: American Psychiatric Association.
- Bandura, Albert. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice-Hall, Inc., New Jersey
- Duerden, Emma G, dkk. (2012). Risk Factors Associated with Self-Injurious Behaviors in Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorders. *Journal Autism Dev Disord.* 42, 2460-2470. doi: 10.1007/s10803012-1497-9.
- Duerden, Emma G; Peter Szatmari dan S. Wendy Roberts. (2012). Toward a Better Understanding of Self-Injurious Behaviors in Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorders. *Journal Autism Dev Disord.* 42, 2515-2518. doi: 10.1007/s10803-012-1600-2.
- Fraenkel. (2013). *How To Design And Evaluate Research In Education. Sixth Seventh Edition*. New York: Mc Graw-Hill. Doi: 10.1017/CBO9781107415324.004
- Hallahan, Daniel P; James M Kauffman dan Paige C Pullen. (2009). *Exceptional Learners; an Introduction to Special Education (11<sup>th</sup> ed)*. Amerika Serikat: Pearson International Edition.
- Hendrayana, Y. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Universitas of Tsukuba: Center of Research on International Cooperation in Educational Development.
- Jin, J., Yun, J., & Agiovlasitis, S. (2017). Impact of enjoyment on physical activity and health among children with disabilities in schools. *Disability and Health Journal*. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2017.04.004>
- Mangunsong, Frieda. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: LPSP3 U
- Keilmann, Annerose, Annette Limberger, and Wolf J Mann, (2007). *Psychological and Physical Well-Being in*. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology.* 71, 1747-1752.
- Petrusello Sj, Landers DM, Hatfield BD, et al. (1991). A metaanalysis on the anxiety-reducing effects of acute and chronic exercise. *Sport Med.* 1991; 11: 143-82.
- Rahyubi, Heri. (2012). *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media
- Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sunanto, Juang, dkk. (2005). *Pengantar Penelitian Dengan Subyek tunggal. Center for research on International Cooperation in Education Development*. Universitas ofTsukuba.