

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan kondisi dan karakter khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya sehingga membutuhkan pelayanan khusus. Layanan khusus ini dibutuhkan di hampir semua bidang kehidupan, termasuk kognitif, akademik, bahasa dan komunikasi, motorik, sosial dan emosional, bahkan perilaku. Dari sisi perilaku, salah satu bentuk penanganannya adalah modifikasi perilaku, di mana modifikasi perilaku dapat menjadi salah satu alternatif penanganan bagi anak berkebutuhan khusus. Salah satu anak berkebutuhan khusus yang membutuhkan layanan modifikasi perilaku adalah anak dengan gangguan pemusatan perhatian/hiperaktivitas, atau yang lebih umum dikenal dengan sebutan ADHD.

Gangguan yang paling sering ditunjukkan pada anak ADHD adalah gangguan perilaku, yang mana biasanya anak dengan ADHD tidak dapat tenang di dalam kelas dan sulit bertahan di tempatnya dalam kurun waktu lama, selain itu anak ADHD juga mengalami kesulitan untuk mempertahankan fokusnya dan menunda keinginannya, hal-hal tersebut dapat terjadi karena gejala-gejala khas ADHD yang dialaminya.

Dalam hal keterampilan sosial, anak-anak dengan ADHD cenderung memiliki sedikit pilihan respon dalam menanggapi situasi sosial, bahkan menunjukkan respon agresif dalam situasi sosial. Menurut Novita dan Siswati, ditinjau dari faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan sosial, maka faktor yang berpengaruh pada defisit keterampilan sosial anak dengan ADHD yaitu faktor defisit kognitif dan defisit perilaku.¹ Dalam hal defisit perilaku, ada kalanya perilaku yang ditunjukkan oleh anak dengan ADHD

¹ Novita, Siswati, Pengaruh Social Stories Terhadap Keterampilan Sosial Anak dengan Attention-Deficit Hyperactivity Disorder, Jurnal Psikologi Undip Vol. 8, No. 2, (Oktober, 2010), 103

tidak sesuai dengan anak pada umumnya, serta dapat menimbulkan penolakan sosial.

Pada umumnya, di kehidupan sehari-hari, seorang individu juga mengalami kesulitan dalam interaksi sosialnya, terkadang seseorang tersebut juga dapat dianggap mengganggu kenyamanan sekitar akibat perilaku tertentu. Namun, tentu terdapat perbedaan antara perilaku mengganggu yang dilakukan oleh anak dengan ADHD dan anak pada umumnya, baik dalam intensitas munculnya perilaku maupun faktor yang memengaruhinya.

Selaras dengan pembahasan di atas, subjek pada penelitian ini adalah seorang siswa dengan ADHD yang bersekolah di TKIT Al-Haraki dan menempati kelas tingkat B. Saat ini subjek berusia tujuh tahun dengan kemampuan kognitif, akademik, bahasa, dan komunikasi yang tidak jauh berbeda dari teman sebaya di kelasnya, namun dalam aspek motorik, sosial dan emosional, dan khususnya perilaku yang masih memerlukan stimulus dan perhatian khusus.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, subjek menunjukkan perilaku hiperaktivitas, kurang perhatian, dan impulsivitas. Hiperaktivitas yang ditunjukkan subjek seperti kesulitan bertahan untuk duduk dalam waktu lama, seringkali bergerak dan berlari dalam situasi yang tidak seharusnya, serta kesulitan untuk terlibat dalam kegiatan yang mengharuskannya untuk tenang. Subjek juga mengalami kesulitan untuk mempertahankan rentang perhatian dan fokus, lekas lupa, serta kesulitan mengikuti instruksi karena konsentrasinya mudah terganggu. Perilaku impulsif subjek ditunjukkan dengan seringkali berperilaku yang dianggap mengganggu teman ketika bermain, terburu-buru terutama ketika menjawab pertanyaan, serta kesulitan untuk mengantri atau menunggu giliran.

Masalah utama yang terjadi pada subjek penelitian adalah subjek seringkali menunjukkan perilaku mengganggu teman, baik di dalam maupun di luar kegiatan pembelajaran. Perilaku mengganggu teman tersebut berupa merebut ataupun mengambil tanpa izin benda-benda yang

sedang dipegang maupun dimainkan oleh teman tanpa bertujuan untuk menggunakan maupun memainkannya juga.

Umumnya, ketika menginginkan suatu benda yang sedang digunakan oleh orang lain, ada baiknya jika mengomunikasikan keinginan tersebut dengan baik untuk mendapatkannya, seperti meminta izin dan memastikan mendapatkan izin sebelum mengambil benda tersebut. Perilaku meminta izin tersebut seharusnya menjadi aturan tidak tertulis yang dilakukan ketika bermain bersama, dan kemampuan mengikuti aturan tersebut harus dikuasai anak sejak dini. Selain aturan untuk meminta izin tersebut, perilaku meminjam ataupun keinginan untuk memegang benda yang dimaksud harus berdasarkan suatu alasan yang jelas, seperti karena ingin menggunakan ataupun memainkan suatu benda namun tidak ada pilihan lainnya yang serupa dengan benda tersebut.

Setelah melakukan pengamatan lebih lanjut, diketahui subjek seringkali mengambil benda yang sedang dipegang atau dimainkan oleh temannya tanpa izin, dalam hal ini benda yang dimaksud dapat berupa mainan seperti lego, balok kayu, buku, maupun perlengkapan penunjang kegiatan bermain di sekolah. Diduga perilaku tersebut muncul dikarenakan dorongan impulsivitas subjek yang ingin menguasai benda-benda tersebut, dugaan tersebut didukung dengan perilaku subjek yang terus mengambil benda yang sedang dipegang atau dimainkan oleh temannya, sedangkan di dalam kotak penyimpanan terdapat benda dengan warna dan bentuk yang sama dengan benda tersebut, ditambah lagi dengan perilaku subjek setelah mendapatkan benda tersebut yang tidak langsung menggunakannya namun beralih mengambil benda lain yang dipegang oleh teman lainnya atau bahkan teman yang sama dengan sebelumnya.

Perilaku yang telah disebutkan di atas tentu memberikan dampak pada interaksi sosial subjek dengan teman-teman sekelasnya, hal tersebut selaras dengan munculnya keresahan bagi teman-teman di lingkungan sekolahnya. Beberapa teman menunjukkan keengganan untuk berdekatan maupun berinteraksi langsung dengan subjek, hal tersebut terjadi karena teman-teman subjek merasa kurang nyaman dengan perilaku yang

dilakukan subjek. Dampak dari perilaku tersebut juga mengakibatkan subjek seringkali tidak terpilih dalam permainan kelompok, sehingga guru kelas maupun guru pendamping perlu memberikan pengertian kepada teman subjek terlebih dahulu sampai dapat merasa nyaman dengan keberadaan subjek di tengah mereka.

Adapun penanganan guru kelas ketika subjek melakukan perilaku mengganggu teman yang telah disebutkan sebelumnya berupa memberikan pengertian agar subjek tidak mengulangi perilaku tersebut dan mengarahkan subjek agar dapat bergiliran atau meminta izin terlebih dahulu kepada teman yang bersangkutan di lain kesempatan. Setelah melakukan pengamatan, perilaku mengambil benda yang sedang dipegang atau dimainkan teman yang dilakukan subjek terus berulang, dan dilakukan tanpa izin terlebih dahulu sebelumnya, seolah-olah subjek tidak mengindahkan arahan dan peringatan yang diberikan oleh guru kelas. Berdasarkan penjelasan tersebut, menunjukkan bahwa dibutuhkan cara lain sebagai upaya menangani perilaku subjek.

Martin menyatakan bahwa untuk menghadapi anak ADHD, yang terpenting adalah mengontrol perilaku bermasalahnya agar kemampuannya dapat diperankan secara positif dan tetap terkendali.² Dalam hal ini, terdapat banyak metode untuk menangani perilaku bermasalah anak dengan ADHD, adapun dalam menurunkan perilaku mengganggu teman pada siswa dengan ADHD, salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan teknik *time out*.

Time out memiliki konsep menghentikan aktivitas anak ketika perilaku yang ditargetkan muncul dan menempatkannya di suatu tempat dengan tujuan menghilangkan kesempatan anak mengulangi perbuatannya. Adapun dalam penelitian ini, perilaku yang ditargetkan adalah perilaku mengganggu teman berupa perilaku merebut benda atau mainan yang dipegang teman. Kaitannya antara pemberian *time out* dengan perilaku merebut yang dilakukan anak ADHD adalah *time out* digunakan sebagai konsekuensi sebab akibat dari perilaku impulsivitas yang ditunjukkannya.

² Grant L. Martin, Terapi Untuk Anak ADHD. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer 2008, hal 42

Selain itu, *time out* digunakan sebagai pemberian kesempatan kepada anak untuk menenangkan diri dan berdamai dengan perasaannya, serta merenungkan kembali perilakunya.³ Meskipun tindakan yang diberikan berupa penyisihan sesaat, namun di sisi lain *time out* yang diberikan memiliki tujuan untuk memberikan waktu kepada anak agar dapat lebih tenang dan merefleksikan diri terhadap perilaku yang tidak seharusnya dilakukan. Pemberian *time out* pada anak ADHD diharapkan dapat berfungsi sebagai pemberian kesempatan berupa waktu tenang untuk anak mengevaluasi diri sehingga dapat mengontrol perilaku impulsifnya, yang mana dalam penelitian ini yaitu perilaku merebut benda atau mainan yang dipegang teman.

Penelitian yang dilakukan oleh Ella Safitri yaitu “Eksperimentasi Teknik *Time Out* untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu Saat Pembelajaran Peserta Didik di Taman Pendidikan Qur'an Darul Faroh Sidosari Lampung Selatan” menunjukkan hasil penelitian bahwa perilaku mengganggu teman dapat dikurangi dengan menggunakan teknik *time out*.⁴ Penelitian lainnya yang berjudul “*Time Out: Alternatif Modifikasi Perilaku Anak ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)*” oleh Ria Hidayati dan Eny Purwandani, teknik *time out* terbukti efektif dalam penanganan perilaku anak ADHD yang menunjukkan penurunan secara bertahap.⁵ Oleh karena itu, teknik *time out* dianggap tepat untuk diterapkan dalam penelitian ini.

Menurut Husni, Fatmawati, dan Marlina, teknik *time out* merupakan suatu teknik memindahkan seorang anak ke tempat lain untuk sementara waktu bila perilaku yang ditargetkan muncul.⁶ *Time out* digunakan sebagai

³ Mega Cahya Dwi Lestari, Stimulasi Metode Time Out dalam Menerapkan Sikap Disiplin Anak Usia Dini, Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Vol. 3, No. 1, (Mei,2020) 61-62.

⁴ Ella Safitri, “Eksperimentasi Teknik Time Out untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu Saat Pembelajaran Peserta Didik di Taman Pendidikan Qur'an Darul Faroh Sidosari Lampung Selatan” <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/13670> diakses pada 8 Maret 2023

⁵ Ria Hidayati dan Eny Purwandani, *Time Out: Alternatif Modifikasi Perilaku Anak ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)*, Vol.12, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi, 2010, hal. 101

⁶ Husni, Fatmawati, dan Marlina, Peningkatan Ketahanan Duduk dan Pengurangan Perilaku Meninggalkan Tempat Duduk Melalui Teknik *Time Out* pada Anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*, Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus, Vol. 2, No. 1, (April, 2018), 27

upaya dalam proses penghentian perilaku yang menyimpang dengan cara menempatkan anak pada suatu tempat yang masih dalam jangkauan ketika perilaku yang ditargetkan tetap muncul setelah mendapatkan beberapa kesempatan.

Menurut Mega, penerapan *time out* dapat menjadi pilihan sebagai pemberian peringatan untuk mengajari anak mengendalikan dirinya dengan memberi anak waktu dan kesempatan untuk meregulasi emosinya, dan belajar merenungkan kesalahan yang telah dilakukannya.⁷ Teknik *time out* diharapkan dapat membantu siswa dengan ADHD mengendalikan perilaku mengganggu teman, baik di dalam maupun di luar kegiatan pembelajaran.

Dalam pelaksanaannya, teknik *time out* yang diterapkan pada subjek menggunakan jenis *exclusionary time out*, yaitu dengan cara mengasingkan subjek pada suatu tempat yang masih memungkinkan subjek memperhatikan kegiatan di sekitarnya, namun tidak memperkenankan subjek untuk terlibat dalam kegiatan tersebut. Teknik *time out* diberikan kepada subjek setiap kali melakukan perilaku mengganggu, berupa mengambil tanpa izin benda yang sedang dipegang maupun dimainkan oleh temannya. Di mana sebelumnya subjek telah sepakat dengan peraturan *time out* itu sendiri, baik penyebab yang dapat membuat subjek mendapatkan *time out*, lama waktu pelaksanaan *time out*, serta hal apa yang dapat membuat subjek keluar dari area *time out* itu sendiri.

Kesepakatan yang dilakukan sebelum pemberian *time out* berupa mengarahkan subjek untuk meminta izin sebelum mengambil benda yang sedang dipegang atau dimainkan oleh temannya, dan di samping itu subjek juga harus memiliki tujuan untuk menggunakan benda tersebut setelah mendapatkannya. Jika subjek melakukan perbuatan yang hanya sesuai kehendaknya sendiri seperti mengambil benda yang sedang dipegang atau dimainkan oleh temannya tanpa izin, maka subjek akan dikeluarkan dari area bermain dan ditempatkan di kursi tenang selama waktu tertentu.

⁷ Mega Cahya Dwi Lestari, Stimulasi Metode Time Out dalam Menerapkan Sikap Disiplin Anak Usia Dini, Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Vol. 3, No. 1, (Mei,2020), 62.

Dalam rencana penelitian ini, *time out* berlangsung dalam durasi tertentu. Ketika subjek dapat melakukan *time out* dengan tertib, maka *time out* berlangsung selama empat menit, sedangkan jika subjek memerlukan bantuan fisik ataupun melakukan percobaan melarikan diri, maka *time out* akan berlangsung selama lima menit. Lama waktu *time out* dapat ditambah jika subjek belum menunjukkan bahwa dirinya dapat mengevaluasi kesalahannya.

Adapun di awal *time out* itu berlangsung, subjek akan diberikan stimulasi berupa pertanyaan, “Apa yang kamu lakukan di sudut kelas, sedangkan teman lainnya berkegiatan dengan ibu guru?”, dan diharapkan subjek dapat merenungkan perbuatan yang mengakibatkannya mendapatkan *time out*, dan termotivasi untuk dapat kembali bergabung berkegiatan seperti semula dengan hasil evaluasi dirinya untuk tidak mengulangi perilaku tersebut.

Dengan berdasarkan uraian di atas, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Penerapan Teknik *Time Out* dalam Menurunkan Perilaku Mengganggu Teman pada Siswa dengan ADHD”, dengan harapan mengetahui efektifitas teknik *time out* dalam menurunkan perilaku mengganggu teman pada siswa dengan ADHD di TKIT Al-Haraki.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti paparkan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Siswa menunjukkan perilaku mengganggu teman yang lebih *intens* ketika waktu bermain dalam kelompok dimulai.
2. Perilaku mengganggu teman muncul karena sikap impulsivitas untuk menguasai benda-benda di sekitar.
3. Perlu adanya kesepakatan untuk meminimalisir perilaku mengganggu teman sebelum kegiatan di sekolah dimulai.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya maka, peneliti memfokuskan sebagai berikut:

1. Mengurangi perilaku mengganggu teman menggunakan teknik *time out*.
2. Perilaku mengganggu teman berupa mengambil benda yang sedang dipegang atau dimainkan oleh teman tanpa izin.
3. Perilaku mengganggu teman lebih *intens* dilakukan pada saat kegiatan bermain inti di dalam ruang sentra.
4. Penerapan teknik *time out* dilakukan setiap kali perilaku mengganggu teman muncul.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian maka rumusan permasalahannya adalah:

“Apakah Penerapan Teknik *Time Out* dapat Menurunkan Perilaku Mengganggu Teman pada Siswa dengan ADHD di TKIT Al-Haraki?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan teknik *time out* untuk menurunkan perilaku mengganggu teman pada siswa dengan ADHD.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Menambahkan khasanah pengetahuan dalam perkembangan pendidikan, terutama pendidikan khusus.
 - b. Sebagai referensi dan bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya dalam kajian yang sama, namun dalam ruang lingkup yang lebih luas dan mendalam.

2. Manfaat Praktis

- a. Siswa

Perubahan perilaku untuk menurunkan perilaku mengganggu teman pada siswa dengan *ADHD* menggunakan teknik *time out*, terutama dalam kegiatan pembelajaran.

- b. Guru

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan teknik *time out* dapat menjadi alternatif dalam menurunkan perilaku mengganggu teman pada siswa dengan *ADHD* di TKIT Al-Haraki yang meminimalisir

perilaku mengganggu teman ketika kegiatan belajar sehingga tujuan pembelajaran tercapai secara maksimal.

c. Masyarakat

Agar dapat mengetahui perilaku mengganggu teman pada siswa dengan *ADHD* lebih lanjut, serta mengetahui adanya teknik *time out* yang digunakan dalam menurunkan perilaku mengganggu teman.

d. Peneliti

Studi ini diharapkan dapat memberikan wawasan, pengalaman, dan pengetahuan baru bagi para peneliti selanjutnya mengenai penerapan teknik *time out* dalam menurunkan perilaku mengganggu teman pada siswa dengan *ADHD*.

