

**MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA AUTIS
MELALUI KEGIATAN FISIK DALAM *PROGRAM*
*HEALTHY MORNING***

(Single Subject Research di KB-TK Labschool Jakarta)



Oleh:

FUJI TRIESNAWATY SUMARNA

1102618063

Pendidikan Khusus

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2025

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA UJIAN/SIDANG SKRIPSI**

Judul : Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Autis melalui Kegiatan Fisik dalam *Program Healthy Morning (Single Subject Research* di KB-TK Labschool Jakarta)

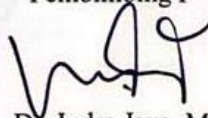
Nama Mahasiswa : Fuji Triesnawaty Sumarna

No. Reg : 1102618063

Program Studi : Pendidikan Khusus

Tanggal Ujian : 24 Juli 2025

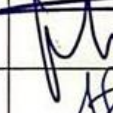
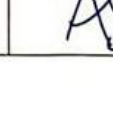
Pembimbing I


Dr. Indra Jaya, M.Pd.
NIP. 197808222002121002

Pembimbing II


Marja, M.Pd.
NIP. 197009161999031002

Panitia Ujian Sidang Skripsi

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggung Jawab)*		12-08-2025
2.	Karta Sasmita, M.Si., Ph.D. (Wakil Penanggung Jawab)**		12-08-2025
3.	Dr. Indra Jaya, M.Pd. (Koordinator Program Studi) ***		08-08-2025
4.	Dr. Indina Tarjiah, M.Pd. (Ketua Sidang)****		12-08-2025
5.	Dr. Ishak G. Bachtiar, M.Pd. (Penguji I)****		11-08-2025
6.	Suprihatin, M.Ed., Ed.D. (Penguji II)****		07-08-2025

Catatan:

- * Dekan FIP
- ** Wakil Dekan I
- *** Koordinator Program Studi
- **** Dosen Penguji selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

**MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA AUTIS MELALUI
KEGIATAN FISIK DALAM *PROGRAM HEALTHY MORNING*
(*SINGLE SUBJECT RESEARCH* DI KB-TK LABSCHOOL JAKARTA)**

Fuji Triesnawaty Sumarna

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi perilaku agresif berupa memukul pada siswa autis melalui kegiatan fisik dalam *Program Healthy Morning* di KB-TK Labschool Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah *Single Subject Research* (SSR) dengan desain A-B-A. Tahap *baseline* awal (A1) dilaksanakan selama tiga sesi untuk mengukur frekuensi perilaku memukul sebelum intervensi. Tahap intervensi (B) dilakukan selama delapan sesi dengan kegiatan fisik selama 60 menit, meliputi pemanasan, aktivitas inti *obstacle*, dan pendinginan. Tahap *baseline* akhir (A2) dilaksanakan selama tiga sesi tanpa intervensi untuk mengukur perubahan perilaku setelah perlakuan dihentikan. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan frekuensi perilaku memukul dari rata-rata sembilan kali pada A1 menjadi rata-rata enam kali pada B, dan turun lagi menjadi rata-rata empat kali pada A2. Penurunan total mencapai 67% dari kondisi awal. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan fisik dalam *Program Healthy Morning* efektif mengurangi perilaku agresif memukul pada siswa autis, sekaligus membantu menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif di kelas.

Kata kunci: *Program Healthy Morning*, perilaku agresif memukul, autis

REDUCING AGGRESSIVE BEHAVIOR IN AUTISTIC STUDENTS THROUGH PHYSICAL ACTIVITIES IN THE HEALTHY MORNING PROGRAM

(SINGLE SUBJECT RESEARCH IN KB-TK LABSCHOOL JAKARTA)

Fuji Triesnawaty Sumarna

ABSTRACT

This study aims to reduce aggressive behavior in the form of hitting among autistic students through physical activities in the Healthy Morning Program at KB-TK Labschool Jakarta. The research method used was Single Subject Research (SSR) with an A-B-A design. The initial baseline phase (A1) was conducted over three sessions to measure the frequency of hitting behavior before the intervention. The intervention phase (B) was carried out over eight sessions, involving 60 minutes of physical activities including warm-up, core obstacle activities, and cool-down. The final baseline phase (A2) was conducted over three sessions without intervention to measure changes in behavior after the treatment was discontinued. The results showed a significant decrease in the frequency of hitting, from an average of nine times in A1 to an average of six times in B, and further down to an average of four times in A2. The total reduction reached 67% from the initial condition. These findings indicate that physical activities in the Healthy Morning Program are effective in reducing aggressive hitting behavior in autistic students, while also helping to create a more conducive classroom learning environment.

Keywords: Healthy Morning Program, aggressive hitting behavior, autism

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Fuji Triesnawaty Sumarna

No. Registrasi : 1102618063

Program Studi : Pendidikan Khusus

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Autis melalui Kegiatan Fisik dalam Program Healthy Morning (Single Subject Research di KB-TK Labschool Jakarta)”** adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian bulan Mei hingga Juni 2025
2. Bukan merupakan duplikat skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan hasil karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia bertanggung jawab akibat yang timbul jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 07 Juli 2025

Pembuat Pernyataan,



Fuji Triesnawaty Sumarna



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fuji Triesnawaty Sumarna

NIM : 1102618063

Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan/ Pendidikan Khusus

Alamat email : ftriesnawaty@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Autis melalui Kegiatan Fisik dalam *Program Healthy Morning (Single Subject Research* di KB-TK Labschool Jakarta)

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 2 Spetember 2025

Penulis

Fuji Triesnawaty Sumarna

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmannirrahim, atas nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, *Alhamdulillah rabbil 'alami*, puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. Berkat ridho dan kasih sayang-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta, Apih Samad Sumarna dan Mamah Yati Rosliati. Saya ucapkan terima kasih banyak atas segala doa, kasih sayang, dan dukungan yang tiada henti. Kalian adalah alasan terbesar saya untuk terus berjuang dan tidak menyerah.
2. Kakak-kakak tersayangku, Teh Eka, A Ateng, Teh Uwi dan A Diman yang selalu menjadi panutan yang luar biasa, yang senantiasa memberikan perhatian, motivasi dan dukungan yang berarti.
3. Teman-teman seperjuangan saya, Intan dan nunu, Vania, Annisa, Nadia, Trie, Rita, Nunik, Ulfa, Linda, Rifda, Fatikhah yang telah menjadi saksi saya dalam menjalani kehidupan perkuliahan yang penuh warna, lika-liku yang menantang juga menyenangkan. Terima kasih telah menjadi tempat untuk bertanya, keluh kesah, bercerita, dan tertawa bersama. Sehat selalu ya kalian, semangat!
4. *Someone Special*, yang berinisial DQ dengan NIM (1102617118). Terima kasih untuk dukungan, perhatian dan kasih sayang yang diberikan.
5. Terakhir dan yang paling special, saya ucapkan kepada diri saya sendiri Fuji Triesnawaty Sumarna. Terima kasih sudah sanggup berjuang, terima kasih sudah bertahan, melawan rasa takut, rasa khawatir, rasa cemas, rasa malas dan juga rasa lelah yang sering kali menghampiri. Selalu bangga sama diri sendiri <3

Salam cinta

Fuji Triesnawaty S

KATA PENGANTAR

Berkat rahmat dan kasih sayang Allah SWT, Alhamdulillah peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Autis melalui Kegiatan Fisik dalam *Program Healthy Morning* (Single Subject Research di KB-TK Labschool Jakarta)". Tujuan penulisan skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar sarjana pendidikan mahasiswa S-1 Program Studi Pendidikan Khusus.

Adapun dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti memperoleh banyak bantuan dan dukungan. Karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak.

Pertama, kepada Bapak Dr. Indra Jaya, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Khusus, Penasihat Akademik, Pembimbing I skripsi dan Bapak Marja, M.Pd., selaku dosen Pembimbing II skripsi yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti selama penyusunan penulisan skripsi ini;

Kedua, kepada Dr. Aip Badrujaman, M.Pd, dan Karta Sasmita, M.Si., Pd.D selaku Dekan Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.

Ketiga, kepada kepala sekolah dan wakil kepala sekolah, serta guru-guru KB-TK Labschool Jakarta yang telah memberikan izin dan membantu pelaksanaan penelitian di sekolah.

Keempat, kepada sahabat dan teman-teman seperjuangan peneliti ucapkan terima kasih atas dukungan yang telah diberikan.

Lebih khusus lagi adalah kepada kedua orang tua tercinta serta kakak-kakak peneliti, yang selalu memberikan doa, dukungan dan nasihat. Dorongan dan dukungan dari mereka sangat berharga sehingga menjadikan peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Jakarta, Januari 2025

Fuji Triesnawaty S

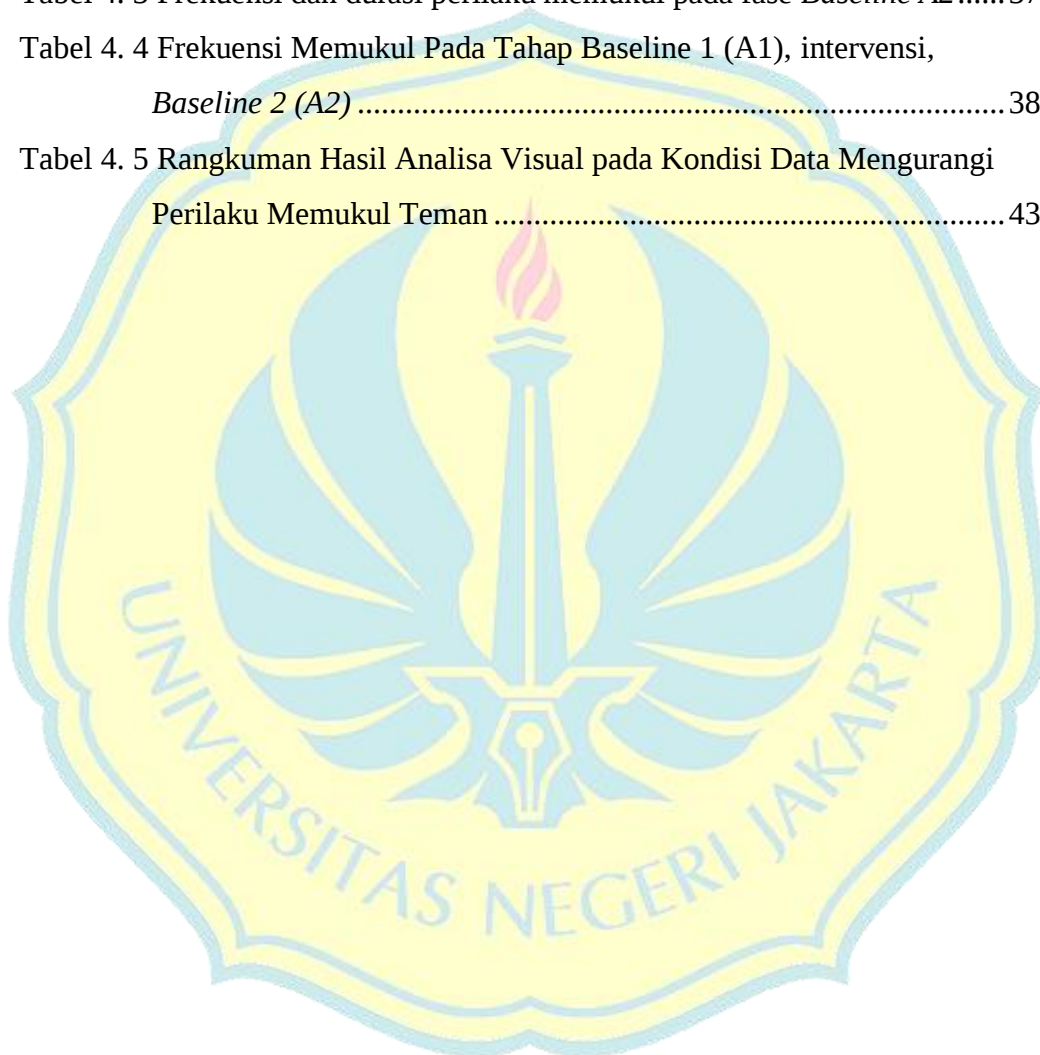
DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN/SIDANG SKRIPSI	ii
ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah.....	3
D. Perumusan Masalah	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	5
A. Hakikat Perilaku Agresif.....	5
1. Pengertian Perilaku agresif.....	5
2. Bentuk-Bentuk Perilaku Agresif	7
3. Faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku agresif	9
B. Hakikat Autis	11
1. Pengertian Autis	11
2. Klasifikasi Autis	12
3. Karakteristik Autis.....	14
C. Hakikat Kegiatan Fisik.....	16
1. Pengertian Kegiatan Fisik.....	16
2. Tujuan Kegiatan Fisik	17
3. Manfaat Kegiatan Fisik	17
4. Jenis-jenis Kegiatan Fisik.....	18
D. Hasil Penelitian Relevan	20
E. Kerangka Berpikir.....	21
F. Hipotesis Penelitian.....	22

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
A. Tujuan Khusus Penelitian	23
B. Metode dan Prosedur Penelitian.....	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian	25
D. Target Intervensi Tindakan yang Diharapkan.....	26
E. Instrumen Penelitian.....	26
F. Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	31
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	31
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian	32
1. Deskripsi Data Asesmen Awal (<i>Baseline A1</i>).....	32
2. Deskripsi Data Tindakan (Intervensi)	33
3. Deskripsi Data setelah Tindakan (<i>Baseline A2</i>).....	36
C. Analisis Data Hasil Penelitian	39
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	45
E. Keterbatasan Penelitian.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Implikasi	50
C. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen	27
Tabel 4. 1 Frekuensi dan Durasi Perilaku Memukul pada Fase <i>Baseline A1</i> ...	32
Tabel 4. 2 Frekuensi dan Durasi Perilaku Memukul pada Fase Intervensi <i>Baseline (B)</i>	34
Tabel 4. 3 Frekuensi dan durasi perilaku memukul pada fase <i>Baseline A2</i>	37
Tabel 4. 4 Frekuensi Memukul Pada Tahap Baseline 1 (A1), intervensi, <i>Baseline 2 (A2)</i>	38
Tabel 4. 5 Rangkuman Hasil Analisa Visual pada Kondisi Data Mengurangi Perilaku Memukul Teman	43



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Berfikir	22
Gambar 3. 1 Grafik Desain Frekuensi A-B-A	25
Gambar 4. 1 Grafik Analisis Belah Tengah Frekuensi Memukul Tahap A1, B, dan A2.....	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen.....	56
Lampiran 2. Kecenderungan Stabilitas <i>baseline A1</i> , intervensi B dan <i>baseline A2</i>	57
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian.....	61
Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian	62
Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	63
Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup.....	64

