

**PENGARUH MEDIA *STRESS BALL* UNTUK
MENGURANGI PERILAKU *STIMMING* PADA ANAK
AUTISME**

(Single Subject Research Anak Dengan Autisme)



Oleh :

MELSY VANIA CAROLINE NIMAN

1102622012

SKRIPSI

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KHUSUS
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

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

Judul : Pengaruh Media *Stress Ball* untuk Mengurangi Perilaku *Stimming* pada Anak Autisme

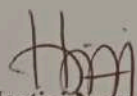
Nama Mahasiswa : Melsy Vania Caroline Niman

NIM : 1102622012

Program Studi : Pendidikan Khusus

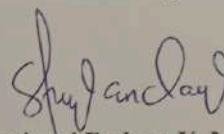
Tanggal Ujian : 22 Juli 2026

Pembimbing I



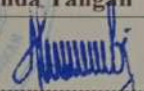
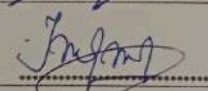
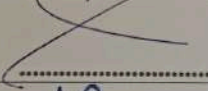
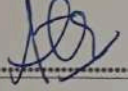
Dr. Hartini Nara, M.Si
NIP. 196404091990032012

Pembimbing II



Dr. Septivani Endang Y, M.Pd
NIP. 196601041993032001.

Panitia Ujian Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggung Jawab) ¹		04/08/26
Karta Sasmita, S.Pd, M.Si, Ph.D. (Wakil Penanggung Jawab) ²		04/08/26
Dr. Irah Kasirah, M.Pd. (Ketua Penguji) ³		28/07/26
Dr. Lalan Erlani, M.Ed. (Anggota) ⁴		28/07/26
Suprihatin, M.Ed, Ed.D. (Anggota) ⁵		23/07/26

¹ Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

² Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni

³ Ketua Penguji

⁴ Dosen Penguji

⁵ Dosen Penguji

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Melsy Vania Caroline Niman
No. Registrasi : 1102622012
Program Studi : Pendidikan Khusus

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Pengaruh Media
Stress Ball untuk Mengurangi Perilaku *Stimming* pada Anak Autisme ” adalah :

1. dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/pengembangan pada bulan Juni 2026
2. bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

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

Jakarta, Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Melsy Vania Caroline Niman



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
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 : Melsy Vania Caroline Niman
NIM : 1102622012
Fakultas/Prodi : FIP / Pendidikan Khusus
Alamat email : melsyvanita2404@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengaruh Media Stress Ball untuk Mengurangi Perilaku
Stimming pada Anak dengan Autisme

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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

Penulis

(Melsy Vania C.)
nama dan tanda tangan

PERSEMBAHAN

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa menjadi tempat berdoa dan berharap, memberikan keteguhan serta kekuatan di setiap proses yang dilalui. Skripsi ini secara khusus penulis persembahkan kepada diri sendiri yang mau berjuang melewati segala rintangan, bertahan di tengah rasa rapuh dan keinginan untuk menyerah, hingga akhirnya mampu merampungkan setiap tanggung jawab ini dengan baik.

Kepada Mama, Papa, kedua saudara laki-laki (Jodie dan Yodha), dan Mas, terima kasih yang sebesar-besarnya atas doa, dukungan, serta motivasi tiada henti yang selalu menguatkan penulis hingga karya tulis ini dapat diselesaikan. Ungkapan terima kasih yang sama juga penulis haturkan kepada keluarga besar dan seluruh saudara yang membantu dalam bentuk apapun serta senantiasa mendoakan kelancaran di sepanjang jenjang studi ini.

Kepada seluruh rekan pelayanan di GKP Kampung Sawah, terima kasih atas dukungan moral, doa, kebersamaan, dan dorongan semangat yang senantiasa menguatkan langkah penulis selama proses perkuliahan dan penyelesaian tugas akhir ini.

Kepada teman-teman seperjuangan Dinda, Alya, Wardah, Owi, Hana, Depita, Pia serta seluruh teman-teman angkatan 2022, terima kasih atas uluran tangan, bantuan, dan kebersamaan yang membuat perjalanan perkuliahan hingga tahap penyelesaian skripsi ini terasa jauh lebih ringan dan bermakna.

Akhir kata, semoga karya sederhana ini dapat memberikan manfaat serta menjadi pengingat bagi penulis bahwa setiap proses sulit pasti memiliki akhirnya. Semoga dari perjalanan ini, penulis selalu diingatkan untuk pantang menyerah, tetap rendah hati, dan bersyukur atas setiap langkah kecil yang membimbing menuju pendewasaan diri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas berkat rahmat dan kasih karunia-Nya skripsi yang berjudul “Pengaruh Media *Stress Ball* Untuk Mengurangi Perilaku *Stimming* pada Anak Autisme (*Penelitian Single Subject Research*)” ini dapat diselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat terselesaikan berkat dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

Pertama, kepada Ibu Dr. Hartini Nara, M.Si selaku pembimbing I dan Ibu Dr. Septiyani Endang Y, M.Pd selaku pembimbing II. Keduanya telah meluangkan waktu untuk memeriksa dan mengarahkan peneliti dalam menyusun skripsi ini.

Kedua, kepada Bapak Karta Sasmita, S.Pd.,M.Si.,Ph.D. selaku Dekan beserta jajaran pimpinan FIP UNJ, atas fasilitas dan izin yang diberikan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.

Ketiga, kepada Bapak Dr. Indra Jaya, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Khusus, Dosen Penasihat Akademik, serta seluruh dosen yang telah membimbing dan memberikan bekal ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.

Keempat, kepada Kepala Sekolah dan guru-guru LMC Autis Center yang telah memberikan izin, kerja sama, dan bantuan teknis selama pelaksanaan penelitian di lapangan.

Kelima, kepada rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Khusus UNJ atas semangat dan waktunya dalam mendiskusikan berbagai hal terkait penyusunan skripsi ini.

Teristimewa untuk orang tua dan keluarga tercinta, terima kasih atas doa dan dukungan luar biasa hingga peneliti dapat menyelesaikan studi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu Pendidikan Khusus dan *civitas akademika* UNJ. Terima kasih.

Jakarta, Juli 2026

Peneliti,

Melsy Vania Caroline

PENGARUH MEDIA *STRESS BALL* UNTUK MENGURANGI PERILAKU *STIMMING* PADA ANAK AUTISME

(Single Subject Research Anak dengan Autisme)

Melsy Vania

ABSTRAK

Perilaku *stimming* berupa *hand flapping* pada anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dapat mengganggu konsentrasi dan proses belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media *stress ball* dalam mengurangi perilaku *hand flapping* pada anak dengan ASD. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Single Subject Research* (SSR) desain A-B-A'. Subjek penelitian adalah seorang peserta didik laki-laki berusia 15 tahun dengan diagnosis ASD tingkat sedang di LMC Autis Center. Data dikumpulkan melalui observasi langsung menggunakan teknik *event recording*. Intervensi diberikan menggunakan media *stress ball* yang dipadukan dengan teknik *Differential Reinforcement of Alternative Behavior* (DRA). Analisis data dilakukan secara visual dalam dan antar kondisi berdasarkan kecenderungan arah, stabilitas, perubahan *level*, dan persentase *overlap*. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan frekuensi perilaku pada fase intervensi dibandingkan fase *baseline*, serta kecenderungan perilaku tetap lebih rendah pada fase *baseline* kedua. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media *stress ball* memiliki pengaruh dalam mengurangi frekuensi *hand flapping* pada anak dengan *Autism Spectrum Disorder*. Oleh karena itu, *stress ball* dapat digunakan sebagai alternatif intervensi yang praktis untuk mendukung fokus dan kesiapan belajar anak.

Kata Kunci: *Autism Spectrum Disorder (ASD), stimming, hand flapping, stress ball, Single Subject Research (SSR), Differential Reinforcement of Alternative Behavior (DRA)*

THE EFFECT OF STRESS BALLS ON REDUCING STIMMING BEHAVIOR IN CHILDREN WITH AUTISM

(A Single Subject Research Study on a Child with Autism)

Melsy Vania

ABSTRACT

Stimming behavior in the form of hand flapping in children with Autism Spectrum Disorder (ASD) can interfere with concentration and the learning process. This study aimed to determine the effect of a stress ball on reducing hand flapping behavior in children with ASD. This study used a quantitative approach with a Single Subject Research (SSR) method and an A-B-A' design. The study subject was a 15-year-old male student diagnosed with moderate ASD at the LMC Autism Center. Data were collected through direct observation using the event recording technique. The intervention involved the use of a stress ball combined with the Differential Reinforcement of Alternative Behavior (DRA) technique. Data analysis was conducted visually within and across conditions based on directional trends, stability, changes in level, and percentage of overlap. The results showed a decrease in behavior frequency during the intervention phase compared to the baseline phase, as well as a tendency for behavior to remain lower during the second baseline phase. These findings indicate that the use of a stress ball is effective in reducing the frequency of hand flapping in children with Autism Spectrum Disorder. Therefore, a stress ball can be used as a practical alternative intervention to support children's focus and readiness to learn.

Keywords: *Autism Spectrum Disorder (ASD), stimming, hand flapping, stress ball, Single Subject Research (SSR), Differential Reinforcement of Alternative Behavior (DRA).*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Kegunaan Hasil Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Hakikat Perilaku <i>Stimming</i>	9
1. Definisi <i>Stimming</i>	9
2. Klasifikasi <i>Stimming</i>	11
3. Karakteristik <i>Stimming</i>	14
4. Kelebihan dan Kekurangan <i>Stimming</i>	16
5. Urgensi Modifikasi Perilaku <i>Stimming</i>	18
B. Hakikat <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD).....	20
1. Definisi ASD.....	20
2. Klasifikasi ASD.....	22
3. Karakteristik ASD.....	23
4. Prinsip Pembelajaran.....	25

C. Hakikat Media <i>Stress Ball</i>	27
1. Definisi <i>Stress Ball</i>	27
2. Kelebihan dan Kekurangan <i>Stress Ball</i>	30
D. Hasil Penelitian yang Relevan.....	32
E. Kerangka Berpikir.....	38
F. Hipotesis Penelitian.....	39
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	40
A. Tujuan Khusus Penelitian.....	40
B. Metode dan Tahapan Penelitian.....	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	48
D. Target Intervensi Tindakan yang diharapkan.....	48
E. Instrumen Penelitian.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	70
1. Profil Subjek.....	70
2. Hasil Asesmen Sebelum Intervensi.....	70
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	71
C. Analisa Data Hasil Penelitian.....	85
1. Analisis dalam Kondisi.....	85
2. Analisis antar Kondisi.....	95
3. Pembahasan Analisis Data.....	98
4. Kesesuaian Penelitian.....	99
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Implikasi.....	101
C. Saran.....	102
DAFTAR PUSTAKA.....	103
LAMPIRAN.....	107

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Analisa A-B-C.....	04
Tabel 3.1 Langkah-langkah Intervensi	47
Tabel 3.2 Pedoman Observasi Target Perilaku.....	56
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Perilaku <i>Stimming (Hand Flapping)</i>	59
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Durasi.....	59
Tabel 3.5 Tabel Kondisi Baseline dan Intervensi.....	63
Tabel 3.6 Tabel Panjang Kondisi Penelitian.....	63
Tabel 3.7 Tabel Kecenderungan Arah Fase A, B, A'.....	64
Tabel 3.8 Tabel Kecenderungan Stabilitas.....	65
Tabel 3.9 Tabel Kecenderungan Jejak Data.....	65
Tabel 3.10 Tabel Kecenderungan Level, Stabilitas dan Rentang	66
Tabel 3.11 Tabel Level Perubahan Data.....	66
Tabel 3.12 Tabel Perubahan Variabel.....	67
Tabel 3.13 Perubahan Arah dan Efeknya.....	68
Tabel 3.14 Perubahan Kecenderungan Stabilitas.....	68
Tabel 3.15 Perubahan Level.....	69
Tabel 3.16 Presentase Overlap Data.....	69
Tabel 4.1 Hasil Penelitian Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	72
Tabel 4.2 Hasil Penelitian Durasi.....	74
Tabel 4.3 Baseline 1 Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	77
Tabel 4.4 Hasil Penelitian Tahap Intervensi.....	81
Tabel 4.5 Baseline 2 Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	90
Tabel 4.6 Tabel Panjang Kondisi Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	95
Tabel 4.8 Tahap Kondisi <i>Baseline (A)</i>	96
Tabel 4.9 Tahap Kondisi Intervensi (B).....	97
Tabel 4.10 Tahap Kondisi <i>Baseline (A')</i>	100
Tabel 4.11 Analisis Antar Kondisi.....	106

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Prosedur Dasar Desain A-B-A'.....	44
Gambar 4.1 Grafik Hasil Penelitian Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	74
Gambar 4.2 Grafik <i>Baseline 1</i> Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	75
Gambar 4.3 Grafik Intervensi Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	78
Gambar 4.4 Grafik <i>Baseline 2</i> Frekuensi <i>Hand Flapping</i>	83
Gambar 4.5 Estimasi Kecenderungan Arah.....	86



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	116
Lampiran 2. Surat Keterangan telah melaksanakan Penelitian	117
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Hasil Perbaikan setelah SUP	118
Lampiran 4. Instrumen Validasi Pakar	119
Lampiran 5. Lembar Pencatatan Frekuensi Perilaku <i>Hand Flapping</i>	120

