BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. KONSELING BEHAVIOUR

Dilihat dari sejarahnya, konseling behaviour tidak dapat dipisahkan dengan riset-riset perilaku belajar pada binatang, sebagaimana yang dilakukan oleh Ivan Pavlov (abad ke-19) dengan teorinya *classical conditioning.* Berikutnya adalah Skinner yang mengembangkan teori belajar operan, dan sejumlah ahli yang secara terus-menerus melakukan riset dan mengembangkan teori belajar berdasarkan hasil eksperimennya.

Teori belajar itu menjadi mantap untuk diterapkan ke perilaku manusia setelah behaviorisme yang dipelopori oleh psikolog Amerika yaitu J.B. Watson melakukan riset terhadap anak yang bernama Albert dan publikasi artikelnya" psychology as the behaviorist views it". Publikasi dan penelitian yang dilakukan oleh Watson dan lainnya secara sistematik mengembangkan dan meyempurnakan prisip-prinsip behaviorisme. Teori-teori behaviorisme menjadi populer dan memberi inspirasi bagi upaya-upaya pengubahan perilaku, termasuk di dalamnya melalui proses konseling.

Sejalan dengan pendekatan yang digunakan dalam teori behavioral, konseling behavioral menaruh perhatian pada upaya perubahan perilaku. Sebagai sebuah pendekatan yang relatif baru, perkembangannya sejak tahun 1960-an,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseling behavioral telah memberi implikasi yang amat besar dan spesifik pada teknik dan strategi konseling dan dapat diintgrasikan pada pendekatan lain.[10]

1. Pengertian Konseling Behaviour

Menurut Gerald corey dalam teori dan praktek konseling dan psikoterapi, bahwa : "terapi tingkah laku (konseling behaviour) adalah perapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar.[11] Sedangkan menurut Kramboltz dan Khoresen yang di kutip oleh H. Moch Surya bahwa : "Terapi behaviour adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional dan kepentingan tertentu". Penekanan istilah belajar dalam pengertian ini ialah atas pertimbangan bahwa konselor membantu orang (konseli) belajar atau mengubah perilaku. Konselor berperan membantu dalam proses belajar menciptakan konvisi yang sedemikian rupa sehingga klien dapat mengubah perilakunya serta memecahkan masalahnya.[12]

Sedangkan menurut Handojo "terapi perilaku (konseling behaviour) merupakan usaha untuk mengubah peyimpangan tingkah laku dengan menggunakan conditioning atau proses belajar-mengajar.[13]

---

[10] Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2008), 128
[11] Gerald Corey, *Teory dan Praktek Konseling dan Psiko terapi*, (Bandung :PT.Eresco, 1997), 196
[12] Moch. Surya , *Dasar-dasar Konseling Pendidkan (Teori dan Konsep)*, (yogyakarta : Kota Kembang 1998), 23
[13] Handojo, *Autisme*, (Jakarta : PT. Buana Ilmu Populer, 2003), 25

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terapi perilaku (konseling behaviour) adalah proses penyebuhan yang diberikan seseorang yang menerapkan berbagai teori belajar yang bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang yang tidak sesuai.

2. Landasan Konseling Behaviour.

a. Pandangan terhadap konsep manusia

Dustin dan George, mengemukakan pandangan behaviouristik terhadap konsep manusia, yakni :

1) Manusia dipandang sebagai individu yang pada hakikatnya bukan individu yang baik atau yang jahat, tetapi sebagai individu yang selalu berada dalam keadaan sedang mengalami, yang memiliki kemampuan untuk menjadi pada semua jenis perilaku.
2) Manusia mampu mengonseptualisasikan dan mengontrol perilakunya sendiri.
3) Manusia mampu memperoleh peilaku yang baru.
4) Manusia bisa mempengaruhi perilaku orang lain sama halnya dengan perilakunya yang bisa dipengaruhi orang lain.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan menurut Skinner bahwa perilaku yang dimiliki manusia adalah sebagai hasil dari pengondisian lingkungan dimana manusia itu berada.[14]

Dari uraian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku manusia itu dibentuk dan di kondisikan oleh pengondisian sosial-budaya.

Manusia adalah pribadi yang mekanistik dengan model perilakunya yang deterministik, karena pada manusia ada kebebasan dalam menghadapi rangsangan-rangsangan dari lingkungan dan bukan semata-mata sebagai subyek yang pasif.

Pengubahan perilaku bertujuan agar bisa mengubah kehidupanya yang lebih lanjut diharapkan memperlihatkan perannya sebagai pribadi yang bertanggung jawab atas perilakunya.

b. Konsep-Konsep Dasar Konseling Behaviour.

Konsep-konsep dasar dalam terapi behaviour, yaitu :

1) Teori belajar sosial.

Dalam hal ini, pengaruh peristiwa-peristiwa lingkungan pada tingkah laku sebagian besar ditentukan oleh proses-proses kognitif, yang mengatur pengaruh-pengaruh lingkunga apa yang di perhatikan, bagaimana pengaruh-pengaruh itu dirasakan, dan bagaimana individu menginterpretasikan hal-hal itu.Teori belajar sosial berdasarkan atas model sebab-akibat yang saling memepengaruhi dalam tingkah laku

[14] Hartono, *Psikologi Konseling* (Surabaya : University Press UNIPA, 2006), 49

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

manusia. Fungsi psikologis menurut pandangan ini, melihat interaksi timbal balik antara tiga pengaruh yaitu : tingkah laku, proses kognitif, dan faktor-faktor lingkungan. Dalam teori sosial, pribadi adalah perubahan perilaku; teori menekankan kemampuan manusia untuk perubahan tingkah laku yang terarahkan diri sendiri.

2) Modifikasi tingkah laku kognitif

Sebagian besar tingkah laku abnormal diasumsikan, diperoleh dan dipelihara dengan cara yang sama seperti tingkah laku normal ; itu dapat di tangani melalui penggunaan prosedur behavioral. Penilaian behavioral berfokus pada penentu tingkah laku sekarang dan hanya memberikan sedikit perhatian sejarah masa lampau dan sumber-sumber gangguan-gangguan. Cara terbaik untuk memahami dan menggambarkan adalah melalui apa yang dapat di perbuat dalam situasi tertentu.[15]

3. Konsep Teori kepribadian dalam konseling terapi behaviour

Dalam pandangan behvioral, kepribadian manusia itu pada hakikatnya adalah perilaku. Perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya.

[15] Rosjidan, *Pengantar Teori-teori Kons*eling, (Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1998), 226-228

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tidak ada manusia yang sama, karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya. Kepribadian seseorang merupakan cerminan dari pengalaman, yaitu situasi atau stimulus yang diterimanya.

Pandangan dualisme sebagai yang berkembang: jiwa raga, mental fisik, sikap perilaku, dan bagi behavioral adalah tidak valid, tidak dapat dikenali dan dikendalikan di laboratorium. Untuk itu memahami kepribadian individu tidak lain adalah perilakunya yang tampak.

4. Perilaku bermasalah dalam konseling terapi behaviour

Perilaku bermasalah dalam pandangan behaviorisme dapat dimaknai sebagai perilaku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau perilaku yang tidak tepat, yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan. Perilaku yang salah penyesuaian terbentuk melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Artinya bahwa perilaku individu itu meskipun secara sosial adalah tidak tepat, dalam beberapa saat memperoleh ganjaran dari pihak tertentu. Dari cara demikian akhirnya perilaku yang tidak diharapkan secara sosial atau perilaku yang tidak tepat itu menguat pada individu. Misalnya tentang perilaku destruktif di kelas. Dalam beberapa hal memperoleh hukuman dari guru, namun dari lain pihak juga memperoleh pujian atau dukungan dari sebagaian teman-temannya dan dan merasa puas dengan dukungan itu. Oleh karena itu, perilaku destruktif dipertahankan oleh anak.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Perilaku yang salah dalam penyesuaian dengan demikian berbeda dengan perilaku normal. Perbedaan ini tidak terletak pada cara mempelajarinya, tetapi pada tingkatannya, yaitu tidak wajar dipandang. Dengan kata lain, perilaku dikatakan mengalami salah penyesuaian jika tidak selamanya membawa kepuasaan bagi individu tau pada akhirnya membawa individu konflik dengan lingkunganya.

Kepuasan individu terhadap perilakunya bukanlah ukuran bahwa perilakunya itu harus dipertahankan, karena adakalanya perilaku itu dapat dapat menimbulkan kesulitan dikemudian hari. Perilaku yang perlu dipertahankan atau dibentuk pada individu adalah perilaku yang bukan sekedar memperoleh kepuasan pada jangka pendek, tetapi perilaku yang tidak menghadapi kesulitan-kesulitan yang lebih luas, dan dalan jangka pendek.

5. Tujuan Konseling Behaviour

Tujuan umum terapi behaviour dalam Gerald corey adalah kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. dasar alasannya ialah bahwa segenap tingkah laku heuritik learned ; maka ia bisa unlearned (di hapus dari ingatan),dan tingkah laku yang lebih efektif bisa diperoleh.[16]

Menurut George dan Cristiani (198), tujuan terapi behaviour dengan orientasi ke arah kegiatan konseling, yaitu:

a. Mengubah perilaku malasuai pada klien.

[16] Geral corey, *Teori dan Praktek Konseling dan psikoterapi*.....202-203

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Membantu klien belajar dalam proses pengambilan keputusan secara lebih efisien.
c. Mencegah munculnya masalah di kemudian hari.
d. Memecahkan masalah perilaku khusus yang di mintai oleh klien.
e. Mencapai perubahan perilaku yang dapat dipakai dalam kegiatan kehidupannya.[17]

Sedangkan menurut Eysenk menjelaskan bahwa terapi behaviour bertujuan menghilangkan symptom yang malahsuai (maladaptive) serta membentuk tingkah laku baru.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan terapi behaviour adalah untuk menghilangkan perilaku dan kesalahan yang telah terjadi melalui proses belajar dan menggantinya dengan pola perilaku yang lebih sesuai dalam kegiatan kehidupan. Sedangkan pada anak autisme tujuan terapi behaviour ialah untuk mengubah atau menghilangkan perilaku yang terjadi seperti: tidak dapat berinteraksi, tidak dapat kontak mata, ecolalia, dan menggantinya dengan perilaku yang sesuai (memberikan kegiatan yang menjadi suatu kebiasaan seperti berkata dengan bahasa yang baik dan sopan, tidak bertingkah laku yang aneh, mampu untuk berinteraksi dengan orang lain yang dapat dipergunakan dalam kehidupannya dengan melalui proses belajar dan pelatihan.

---

[17] Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1996), 206

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Kegunaan Konseling Behaviour

Terapi behaviour dapat digunakan untuk menyembuhkan berbagai gangguan tingkah laku, dari yang sederhana hingga yang komplek, baik individual maupun kelompok. Tentu saja pelaksanaannya tidak semudah yang dilukiskan, akan tetapi ketrampilan tersebut dapat diajarkan.

Di samping itu terapi behaviour dapat dilaksanakan baik oleh guru, orang tua, ataupun pasien itu sendiri. Mereka dapat dilatih menggunakan teknik-teknik tertentu. Prosedur seperti ini telah menunjukkan keberhasilan, diantaranya terlihat pada berbagai usaha sebagai berikut :

Wetzel demyer dan Fester, kegunaannya lebih memfokuskan dengan mencoba mengajar petugas perawatan anak-anak untuk memberikan berbagai sosial reinforcement dalam membentuk tingkah laku sosial yang baru pada anak-anak.

Davitson mengatakan kegunaan terapi behaviour dapat menyembuhkan anak autis (anak yang kehilangan daya fantasi sehingga terpaku pada satu jenis permainan atau mempermainkan anggota badannya sendiri). Adapu teknik yang digunkan adalah operan conditioning.

Sedangkan Bandura menunjukkan bahwa sebagaian besar proses belajar yang muncul melalui pengalaman langsung selain itu juga dapat diperoleh melalaui pengamatan terhadap tingkah laku orang lain.[18]

---

[18] M. Dahlan, *Beberapa pendekatan dalam Penyuluhan (konseling)* (Bandung: Diponegoro, 1985), 63-64.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. Pembentukan Perilaku dalam Konseling Behaviour

Seperti yang telah dijelaskan di depan, bahwa perilaku manusia sebagian besar merupakan perilaku yang dibentuk dan yang dipelajari berkaitan dengan hal tersebut maka ada 3 hal dalam pembentukan perilaku sesuai yang diharapkan, seperti :

a) Cara pembentukan dengan kondisioning atau kebiasaan

Yakni dengan cara membiasakan diri dengan berperilaku seperti yang diharapkan dan akhirnya akan terbentuklah perilaku tersebut. Misalnya, dibiasakan bangun pagi, menggosok gigi, dan mengucapkan terimakasih bila diberi sesuatu dari orang lain.

b) Pembentukan perilaku dengan pengertian.

Cara ini berdasarkan teori belajar kognitif, yaitu belajar dengan disertai adanya pengertian. Misalnya datang ke sekolah jangan sampai terlambat, karena hal tersebut dapat mengganggu teman-teman yang lain.

c) Pembentukan perilaku dengan menggunakan model.

Di samping cara-cara pembentukan perilaku tersebut diatas, pembentukan perilaku masih dapat di tempuh dengan menggunakan model atau contoh. Misalnya orang tua berbicara sopan di depan anak-anak di harapkan anak dapak mencontoh perbuatan tersebut, selalu membuang sampah pada tempatnya, dll. Maka hal tersebut menunjukkan pembentukan perilaku dengan menggunakan model.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

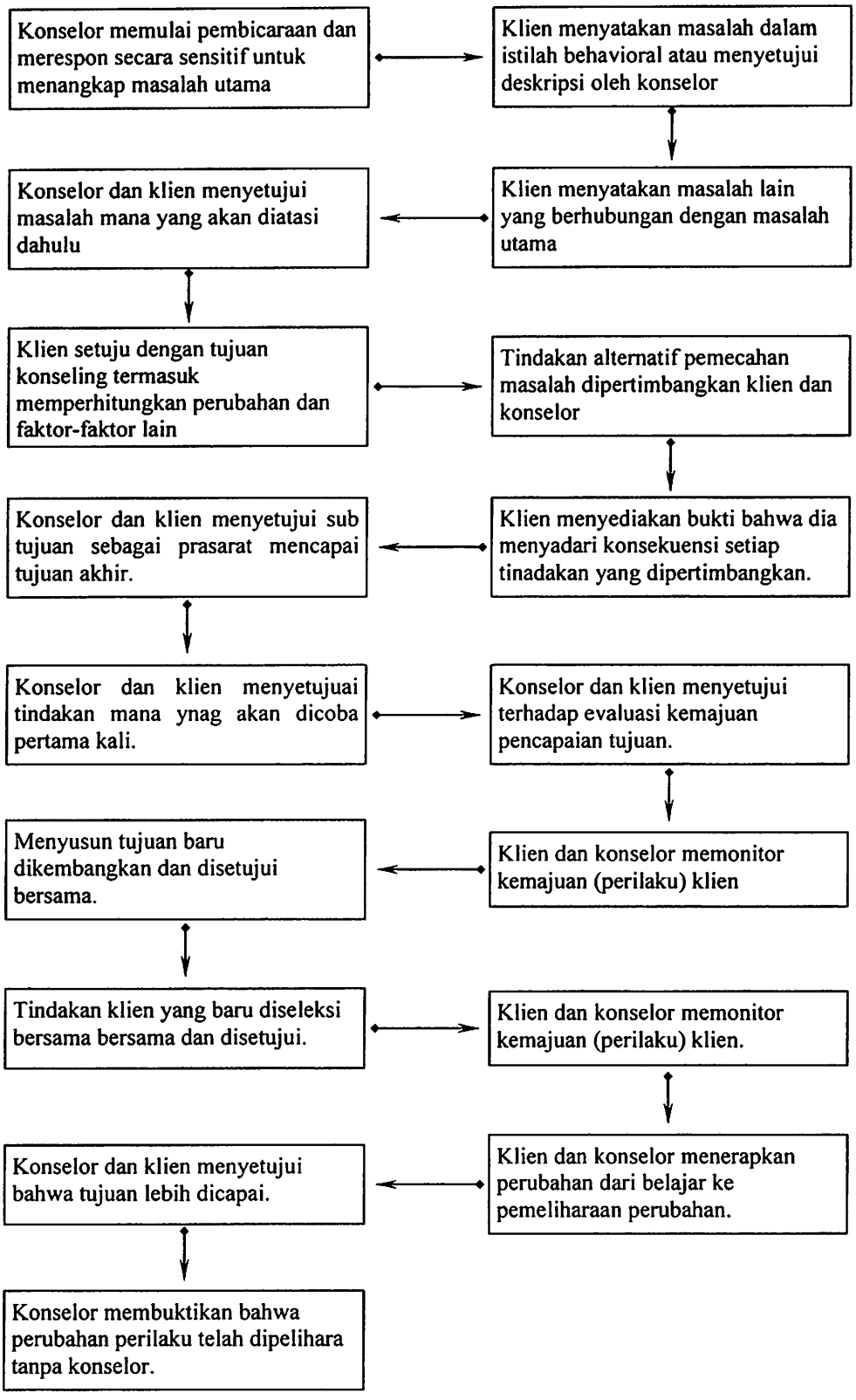
8. Peranan Konselor dalam Konseling Behaviour

Konselor behavioral memiliki peran yang sangat penting dalam membantu klien. Wolpe mengemukakan peran yang harus dilakukan konselor, yaitu bersikap menerima, mencoba memahami klien dan apa yang dikemukakan tanpa menilai atau mengkritiknya.

Dalam hal ini menciptakan iklim yang baik adalah sangat penting untuk mempermudah melakukan modifikasi perilaku. Konselor lebih berperan sebagai guru yang membantu klien melakukan teknik-teknik modifikasi perilaku yang sesuai dengan masalah, tujuan yang hendak dicapai.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

9. Prosedur dan Tahapan dalam Konseling Behaviour



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

10. Ciri-ciri Konseling Behaviour

Dalam konsep behavioral, perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat dirubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya.

Thoresen (Shertzer & Stone) memberikan ciri-ciri konseling behavioral sebagai berikut:

1) Kebanyakan perilaku manusia dipelajari dan karena itu dapat dirubah.
2) Perubahan-perubahan khusus terhadap lingkungan individual dapat membantu dalam mengubah perilaku-perilaku yang relevan.[19]
3) Prinsip-prinsip belajar spesial seperti "***reinforcement***" dan "***social modelling***", dapat digunakan untuk mengembangkan prosedur-prosedur konseling.
4) Keefektifan konseling dan hasil konseling dinilai dari perubahan dalam perilaku-perilaku khusus di luar wawancara prosedur-prosedur konseling.
5) Prosedur-prosedur konseling tidak statis, tetap atau ditentukan sebelumnya, tetapi dapat secara khusus didesain untuk membantu klien dalam memecahkan masalah khusus.

---

[19] . Moch. Surya, *teori-teori konseling* (Bandung: C.V Pustaka Bani Quraisy, 2003), 22-23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

11. Tehnik Konseling Behaviour

Dalam terapi behaviour, tehnik spesifik yang bergam bisa digunakan secara sistematis, dan hasilnya bisa di evaluasi.Tehnik ini bisa di gunakan bila saatnya tepat untuk menggunakannya. Tehnik yang spesifik itu bisa di gunakan untuk konseling individu maupun kelompok. Dalam terapi behaviour terdapat tehnik untuk menjalankan penyembuhan terhadap tingkah laku, yaitu sebagai berikut :

1. Desentisisasi Sistematik

   Desentisisasi sistematik adalah salah satu tehnik yang paling luas di gunakan dalam terapi tingkah laku. Desentisisasi sistematik di gunakan untuk menghapus tingkah laku yng di perkuat secara negatif, dan ia menyertakan pemunculan tingkah laku atau respon yang berlawanan dengan tingkah laku yang hendak di hapuskan itu. Dengan pengkondisian klasik, respon- respon yang tidak di kehendaki dapat di hilangkan secara bertahap.[20]

2. Clasisical Conditional (Pembiasaan Klasik)

   Suatu rangsang akan menimbulkan pola reaksi tertentu apabila rangsang itu sering diberikan bersamaan dengan rangsang lain yang secara ilmiah menimbulkan pola reaksi. Misalnya bel yang selalu di bunyikan mendahului pemberian makan seekor anjing lama kelamaan akan

[20] Gerald Corey, *Teori dan Praktek dan Psikoterapi* (Bandung: Rafika Aditama, 2003), 212

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menimbulkan perubahan perilaku hal ini terjadi karena adanya asosiasi antara kedua rangsangan.

3. Modelling (peneladanan)

Pemberian contoh merupakan tehnik yang sering di lakukan oleh konselor. Keuntungan memberikan contoh adalah klien tidak merasa ketakutan terhadap obyek yang dihadapinya.

Dalam kehidupan sosial perubahan perilaku terjadi karena proses dan peneladanan terhadap perilaku orang lain yng disenangi dan dikagumi. Prinsip ini di kemukakan oleh Albert Bandura yang menunjukkan bahwa selain unsur rangsang dan reaksi, juga unsure si pelaku sendiri sangat menentukan perubahan perilaku.[21]

Ada beberapa istilah yang muncul sehubungan dengan penokohan ini, ialah Penokohan (*Modelling*), Peniruan (*Imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*Observatife Learning*). Dan beberapa istilah ini, penokohan merupakan istilah umum untuk menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatandari orang lain dan perubahan yang terjadi karena melalui peniruan.

Macam-macam penokohan menurut Corey (1991) adalah :

---

[21] Bastaman,Hanna Djumhana, *Integritas Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1955), 51-52

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Penokohan yang nyata (Live model), misalnya terapis yang dijadikan dan di tirukannya, model oleh kliennya atau guru, anggota keluarga atau tokoh lain yang di kagumi.

b. Penokohan yang simbolik (Symbolic model) adalah tokoh yang di lihat melalui film, video, dan media lain.

c. Penokohan ganda (*Multiple model*) yang terjadi dalam kelompok seorang anggota dari suatu kelompok mengubah mengubah sikap dan mempelajari sesuatu sikap baru, setelah mengamati bagaimana anggot-anggota lain dalam kelompoknya bersikap. Ini adalah salah satu efek yang diperoleh secara tidak langsung pada seseorang yang mengikuti terapi kelompok.[22]

4. Terapi Implosif

Terapi implosif di kembangkan berdasarkan atas asumsi bahwa seseorang yang secara berulang-ulang dihadapkan pada situasi penghasil kecemasan dan konskuensi-konskuensi yang menakutkan ternyata tidak muncul, maka kecemasan akan menghilang. Atas dasar asumsi inilah, klien di minta untuk membayangkan stimulus-stimulus yang menimbulkan kecemasan. Dalam situasi konseling, secara berulang-ulang membayangkan stimulus sumber kecemasan dan konsentrasi yang

[22] Sofyan S. Wilis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: AFABETA), 73-74

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diharapkan ternyata tidak muncul, akhirnya stimulus yang mengancam tidak memiliki kekuatan dan neurotiknya menjadi hilang.[23]

5. Latihan perilaku Asertif.

Latihan asertif merupakan tehnik yang sering kali digunakan oleh pengikut aliran behaviouristik. Tehnik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri atau ketegasan diri.

Latihan asertif untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak dan benar. Latihan ini berguna, terutama diantaranya untuk membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan "Tidak" mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dan bimbingan konselor. Diskusi-diskusi kelompok diterapkan untuk latihan asertif ini.[24]

6. Terapi Aversi

Tehnik-tehnik aversi adalah metode yang paling kontroversial yang dimiliki oleh para behavioris, meskipun digunakan secara luas sebagai metode untuk membawa orang kepada timgkah laku yang diinginkan.

---

[23] Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM, 2001), 118
[24] Ibid, hal 199

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam setting yang lebih formal dan terapeutik, tehnik aversi sering digunakan dalam penanganan berbagai tingkah laku yang maladatif, mencakup minum alcohol secara berlebihan, ketergantungan kepada obat bius, merokok, absersi kompulsi, berjudi, homo seksualitas, felisirme dan penyimpangan seperti Tedofilia.[25]

7. Penguasaan Diri.

Dalam penguasaan diri, terapis membantu pasien atau klien menyusun rencana yang mekiputi pemantauan diri (self-monitoring), penilaian diri (self-evaluation), Penguatan diri (self-reiforcement), dan sasaran perilaku (target-behaviour).

Sedangkan menurut panguasaan diri ini Corey mempergunakan istilah menatur diri (self-management) yang meliputi pemantauan diri, memberi hadiah, perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsang. Yang digunakan untuk menghadapi penderitaan antietas, depresi, rasa nyeri, makan yang tidak terkendali, ketergantungan minuman keras dengan kebiasaan belajar.[26]

8. Pengondisian Operan

Tingkah laku operan adalah tingkah laku yang memantau yang menjadi ciri organisme yang aktif. Tingkah laku operan merupakan tingkah laku yang paling berartidalam kehidupan sehari-hari, yang

---

[25] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 2003), 220-221

[26] Singgih D.Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. Bpk Gunung Mulia, 1996), 224-226.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mencakup membaca, berbicara, berpakaian, makan dengan alat makan, bermain dan sebagainya.

Metode Pengondisian Operan yang mencakup :

a) Perkuatan Positif.

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran artau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku pemerkuat, baik primer maupun sekunder diberikan untuk rentang tingkah laku yang luas. Pemerkuat primer memuaskan kebutuhan fisiologis sedangkan pemerkuat sekunder yang memuaskan kebutuhan psikologis dan sosial, dan memiliki nilai karena berasosiasi dengan memperkuat primer.

Pada anak autis, pemerkuat primer adalah memberikan makanan, tidur atau istirahat. Sedangkan pemerkuat sekunder adalah memberi pujian, memberi senyuman, memberikan perhatian dan kasih sayang.

b) Pembentukan Respon.

Dalam pembentukan respon, tingkah laku sekarang secara bertahap di ubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut sampai mendekati tingkah laku lahir. Pembentukan respon berwujud pengembangan suatu respon

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang pada mulanya tidak terdapat dalam perbendaharaan tingkah laku individu.

Pada anak autis yang tingkah laku motorik, verbal, emosional, dan sosialnya kurang adaptif, terapis bisa membentuk tingkah laku yang lebih adaptif dengan memberikan pemerkuat primer maupun sekunder.

c) Perkuatan Intermiten.

Perkuatan intermiten diberikan secara bervariasi kepada tingkah laku yang spesifik. Tingkah laku yang di kondisikan oleh perkuatan intermiten pada umumnya lebih tahan terhadap penghapusan dibanding dengan tingkah laku yang di kondisikan melalui pemberian perkuatan yang terus-menerus, dalam menerapkan pemberian-pemberian perkuatan pada pengubahan tingkah laku yang diinginkan.[27]

Menurut teori Skimer, perubahan pada tingkah laku adalah hasil dari respon individu terhadap kejadian (stimuli) yang terjadi di lingkungan suatu respon seperti: memukul bola atau menyeleseikan soal matematika, akan menghasilkan konskuensi (penguat atau imbalan). Pada anak autistik, bila setelah melakukan respon tersebut

[27] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 2003), 220-222

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

harus diberi pujian lisan, nilai bagus atau perasaan dihargai atau kepuasan.[28]

d) Penghapusan.

Penghapusan dalam kasus semacam ini boleh jadi berlangsung lambat karena tingkah laku yang akan dihapus telah di pelihara oleh perkuatan intermiten dalam jangka waktu yang lama.

Terpis guru dan orang tua yang menggunakan penghapusan sebagai tehnik utama dalam menghapus tingkah laku yang tidak diinginkan harus mencatat bahwa tingkah laku yang tidak di inginkan itu pada mulanya bisa menjadi lebih buruk sebelum terhapus atau terkurangi.

e) Percontohan.

Bandura mengatakan bahwa seganap belajar yang bisa di peroleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konskuensinya.

Jadi kecakapan sosial sosial tertentu bisa di peroleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model yang ada.

9. Token Economy.

Metode Token Economy dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku apabila persetujuan dan pemerkuat yang tidak bisa diraba

[28] Rudi Sutadi, Interverensi Dini Tata laksana Perilaku (Applied behaviour Analysis atau Metode Lovaas) pada penyandang autisme, (Jakarta: Yayasan Autisma Indonesia, 1999), 3

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak memberikan pengaruh. Di harapkan bahwa perolehan tingkah laku yang di inginkan akhirnya dengan sendirinya akan menjadi cukup mengganjar untuk memelihara tingkah laku yang baru.[29]

Dari beberapa tehnik terapi perilaku (behaviour) diatas maka penulis menggunakan tehnik terapi tingkah laku pada pengondisian operan. Dengan alasan bahwa dasar pengondisian operan dari Skinner tersebut dengan melalui berbagai tahap metode yang dikembangkan mambantu penyandang autisme dalam merubah perilaku yang tidak sesuai (menirukan atau membeo dalam berbicara, sulit berkontak mata, suka meludah, dan suka mencubit) dan menggantinya dengan perilaku yang sesuai (berbicara dengan tutur kata dan bahasa yang baik dan sopan, tidak melakukan perilaku yang aneh, dan mampu dalam berinteraksi dengan orang lain). Dan pengondisian operan merupakan tehnik terapi perilaku yang cocok jika di terapkan pada penyandang anak autisme dibandingkan dengan tehnik terapi tingkah laku lainnya.

B. ANAK AUTISME

Istilah autisme infantile (early in fantil autisme) dipakai pertama kali oleh Leo Kanner pada tahun 1943. Ia menggambarkan dengan sangat rinci gejala-gejala dari 11 anak yang tidak mampu mengadakan interaksi sosial dan seolah-

[29] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dab Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 2003), 225-227.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

olah hidup di dunianya sendiri. Ia memperkirakan bahwa hal ini di sebabkan oleh gangguan metabolisme bawaan yang menimbulkan kegagalan untuk berinteraksi.

Istilah autisme ini dipinjam dari bidang Skizofrenia. Skizofrenia merupakan gangguan proses berpikir yang berpengaruh pada faktor emosi, penalaran dan factor psikologi. Bleuler memakai istilah autisme untuk menggambarkan perilaku pasien Skizofrenia yang menarik diri dari dunia luar. Namun terdapat perbedaan yang jelas antara penyebab autisme pada penderita skizofrenia dan penyandang autisme infatil. Pada skizofrenia, autisme disebabkan oleh proses regresi karena penyakit jiwa, sedangkan pada anak-anak dengan autisme infatil terdapat kegagalan perkembangan.[30]

1. Pengertian Autisme

Autisme berasal dari bahasa Yunani "Autos" yang berarti "Aku", menurut pengertian non ilmiah menimbulkan intepretasi bahwa semua anak yang bersikap sangat mengarah kepada dirinya sendiri karena sebab apapun, maka disebut Autisme.

Menurut CP. Chaplin autisme merupakan cara berfikir yang dikendalikan oleh kebutuhan personal atau oleh diri sendiri.[31]

Sedangkan menurut Sudarsono dalam "Kamus Konseling" mengemukakan bahwa " Autisme adalah keinginan pikiran dan persepsi

---

[30] Jassen W.F. Maramis, Endang Prawitasari, dkk,(Surabaya: Anima-Indonesia Psychological Journal, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, 2001), 191-192.
[31] CP. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1993), 46

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu yang dipengaruhi oleh keinginan untuk mengatur diri sendiri, sehingga cenderung melihat dunia secara subyektif.[32]

2. Faktor Penyebab Autis

Belakangan ini semakin banyak anak yang gejala autisnya muncul saat umur 18-24 bulan. Artinya, ketika lahir anak berkembang normal tetapi kemudian perkembanganya berhenti dan mereka mengalami kemunduran. Berikut ini beberapa penyebab autisme:

a) Gangguan Susunan Saraf Pusat

Ditemukan kelainan *neuroanatomi* (anatomi susunan saraf otak) pada beberapa tempat di dalam otak anak autis. Banyak anak autis menagalami pengecilan otak kecil terutama pada lobus VI-VII. Seharusnya, di lobus VI-VII banyak terdapat sel purkinje. Namun pada anak autis jumlah sel purkinje sangat kurang. Akibatnya, produksi serotonin kurang dan menyebabkan kacaunya proses penyaluran informasi antar otak. Selain itu, ditemukan kelainan stuktur pada pusat emosi di dalam otak sehingga emosi anak autis sering terganggu.[33]

b) Gangguan System Pencernaan

Ada hubungan antara gangguan pencernaan dengan gejala autis. Tahun 1997, seorang pasien autis "*Parker Beck*" mengalami gangguan

[32] Sudarsono, *Kamus Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1997), 24.
[33] Bonny Danuatmaja, *Terapi Anak Autis di Rumah*, (Jakarta:Puspa Swara,2003), 5

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pencernaan yang sangat buruk. Ternyata hal ini dipicu karena kekurangan enzim sekretin yang menyebabkan gangguan metabolisme pencernaan.

c) Peradangan Dinding Usus

Berdasarkan pemeriksaan endoskopi atau peneropongan usus pada sejumlah anak autis yang memiliki pencernaan buruk ditemukan adanya peradangan usus pada sebagaian besar anak. Dr. Andrew Wakefield seorang ahli pencernaan asal Inggris , menduga peradangan tersebut disebabkan virus, mungkin virus campak. Itu sebabnya banyak orang tua yang kemudian menolak imunisasi campak, karena diduga menjadi penyebab timbulnya gejala autis.

d) Faktor Genetika

Ditemukan 20 gen yang terkait dengan autisme. Namun gejala autisme baru bisa muncul jika terjadi kombinasi banyak gen.

e) Keracunan Logam Berat

Berdasarkan tes laboratorium yang dilakukan pada rambut dan darah ditemukan kandungan logam berat dan beracun pada anak autis. Diduga, kemampuan sekresi logam berat dari tubuh terganggu secara genetic. Penelitian selanjutnya menemukan logam berat seperti arsenik (As), antimony (Sb), kadmium (Cd), air raksa (Hg), dan timbal (Pb) adalah racun otak yang sangat kuat. Dalam sebuah penelitian gejala yang diperlihatkan anak autis sama dengan keracunan merkuri. Dugaan ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diperkuat dengan membaiknya gejala autis setelah anak-anak melakukan terapi kelasi.

3. **Pengelompokan Autis**

Klasifikasi menurut tipe interaksi sosial, yaitu anak autistik dikelompokkan berdasarkan kemampuan interaksi sosial. Karena itu, Wing dan Gould mengklasifikasikan anak autis menjadi 3 kelompok yaitu:

a. Group Aloof

Group aloof ini merupakan ciri yang klasik dan banyak diketahui orang, dan ini sangat sesuai dengan deskripsi autisme infantile klasik oleh Leo Kannner pada tahun 1943. anak autis kelompok ini sangat menutup diri untuk berinteraksi dengan orang lain. Bila anak autis berdekatan dengan orang lain, anak autis tersebut merasa tidak nyaman dan marah. Anak autis dari tipe ini senantiasa berusaha menarik diri dari kontak sosial dan cenderung menyendiri.

b. Group Pasif

Anak dengan autisme tipe ini tidak berusaha mengadakan kontak sosial melainkan hanya menerima saja, tetapi tidak menolak usaha interaksi dari pihak lain. Kelompok anak autis jenis ini dapat diajak bermain, tetapi tetap pasif. Anak tersebut dapat meniru bermain, tetapi tanpa imajinasi, berulang dan terbatas.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Group Aktif Tetapi Aneh (Active but Odd)

Pada kelompok ini, anak autis dapat mendekati orang lain dan mencoba berkata atau bertanya tetapi bukan untuk kesenangan atau untuk tujuan interaksi sosial secara timbal balik. Adapun cara bermain pada anak autis kelompok ini adalah selalu berulang (*repetitive*), stereotip, tetapi seolah-olah ada imajinasi.[34]

4. Keunikan Anak Autis

Anak autis memiliki gambaran unik dan karakter yang berbeda dari anak lainnya. Berikut ini karakter dari anak autis:

a. Selektif yang berlebihan terhadap rangsangan. Sehingga kemampuan menangkap isyarat yang berasal dari lingkungan sangat terbatas.
b. Kurang motivasi, bukan hanya sering menarik diri dan asyik sendiri, tetapi juga cenderung tidak termotivasi menjelajah lingkungan baru atau memperluas lingkup perhatian mereka.
c. Memiliki respon stimulasi diri yang tinggi. Mereka menghabiskan sebagaian besar waktunya untuk merangsang diri sendiri. Misalnya, bertepuk tangan, menepak-ngepakkan tangan dan memandangi jari-jemari sehingga tidak produktif.

[34] Abdul Hadits, *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus AUTISTIK*, (Bandung:ALfabeta, 2006), 48-51

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Memiliki respon terhadap imbalan. Mereka belajar paling efektif pada kondisi imbalan langsung, yang jenisnya sangat individual. Namun, respon ini berbeda untuk setiap anak autis.[35]

5. Bentuk Perilaku Anak Autis

Perilaku anak autis berbeda dengan perilaku normal. Anak autis memilki perilaku yang berlebihan (*excessive*) dan perilaku yang berkekurangan (*Deficient*).

a. Perilaku Berlebihan (excessive) seperti :

1) Perilaku self-abuse (melukai diri sendiri), seperti memukul, mengigit, dan mencakar diri sendiri.

2) Agresif, seperti perilaku memukul, menendang, mengigit, dan mencubit.

3) Tantrum, seperti perilaku menjerit, menangis, dan meloncat-loncat.

4) perilaku stimulasi diri seperi menatap jari-jemari, berayun, dan mengepak-ngepakkan tangan.

b. Perilaku Berkekurangan (*deficit*)

Perilaku deficit ditandai dengan gangguan bicara, ekolalia (*membeo*), perilaku sosial yang tidak tepat (menganggap orang lain benda), tidak dapat berespon terhadap lingkungan sekitar, dan perilaku bermain yang tidak benar.[36]

---

[35] Bonny Danuatmaja, *Terapi Anak Autis Di Rumah*.....,24
[36] *Ibid*, 26

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Ciri-ciri Kepribadian Anak Autis

Kepribadian menunjuk kepada keseluruhan pola pikir, perasaan dan perilaku yang sering digunakan oleh seseorang dalam usaha adaptasi yang terus-menerus terhadap dirinya.

Suatu gangguan kepribadian dianggap telah terjadi bilamana sesuatu atau lebih sifat kepribadian itu menjadi sedemikian rupa sehingga individu itu merugikan dirinya sendiri atau masyarakat disekitarnya. Sebagaimana yang telah terjadi pada anak autisme yang memiliki gaya hidup khas dalam arti lain "aneh". Adapun pada anak autis memiliki ciri kepribadian sebagai berikut:

a. Kesulitan dalam memahami makna.
b. Ketidakmampuan untuk membuat hubungan yang tepat dan wajar dengan teman sebaya.
c. Kurangnya hubungan atau ikatan emosi dengan orang-orang sekitarnya (lingkungan sekitarnya)
d. Tidak bergairah untuk membuka percakapan dan tidak dapat menikmati percakapan dalam waktu yang lama.
e. Suka meniru dan mengulang-ulang dengan kata-kata yang sama (ecolalia).
f. Suka memandangi dan mengamati suatu obyek secara tidak wajar dan terus-menerus.
g. Hidup berdasarkan gagasan pemikiran, kehendak, serta perasaan sendiri dan berperilaku menurut kehendaknya sendiri, dan terlepas dari kenyataan disekelilingnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

h. Keterlambatan berbicara, berbahasa, kemampuan motorik atau prestasi akademik.

i. Terlalu sensitif terhadap sentuhan, pergerakan, penglihatan, atau pendengaran.

j. Sulit menetralis situasi berisik.

k. Hilangnya ketajaman pendengaran.

l. Melakukan permainan yang monoton, perilaku streotip, menggerak-gerakkan tangan dan bergoyang-goyang.[37]

6. Macam-macam Terapi Anak Autis

1. Terapi Biomedis atau Medikamentosa

   Terapi ini dikenal sebagai terapi yang menggunakan obat-obatan. Terapi ini berguna untuk memperbaiki sistem metabolisme dan otak. Dengan terapi ini diharapkan fungsi susunan saraf pusat bisa bekarja dengan lebih baik

2. Terapi Okupasi

   Terapi ini berguna untuk melatih otot-otot halus.

3. Terapi Integrasi Sensoris

   Terapi ini berguan untuk meningkatkan kematangan susunan saraf pusat, sehingga lebih mampu memperbaiki stuktur dan fungsinya.

[37] WF. Maramis, *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, (Surabaya: Airlangga Univercity Press, 1980), 122

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Terapi Bermain terapi bermain adalah pemanfaatan pola permainan sebagai media yang efektif. Terapi bermain dapat mengembangkan ekspresi bahasa, ketrampilan komunikasi, emosi dan ketrampilan sosial, dan mengembangkan kognitif anak.
5. Terapi Perilaku *(behaviour theraphy)*

   Terapi ini berguna untuk melakukan perubahan pada perilaku anak autis yang tidak sesuai.
6. Terapi Fisik

   Terapi ini berguna sebagai keseimbangan tubuh dan penguatan otot anak autis.
7. Terapi Wicara

   Terapi wicara ini berguna untuk membantu anak autis dalam pelafalan kata. Karena hampir semua anak autis mempunyai kesulitan dalam berbicara dan berbahasa.
8. Terapi Musik

   Terapi musik adalah suatu terapi yang menggunakan musik untuk membantu seseorang dalam fungsi kognitif, psikologis, fisik, perilaku, dan sosial yang mengalami hambatan kecacatan.

DEPARTEMEN AGAMA PERPUSTAKAAN IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

9. Terapi makanan

Terapi ini diberikan untuk anak-anak dengan masalah alergi tertentu. Dan sisi lain ada pula beberapa makanan yang mengandung zat yang dapat memperberat gejala autis pada anak.[38]

C. KONSELING TERAPI BEHAVIOUR BAGI ANAK AUTIS

1. Latar Belakang Perlunya Bimbingan dan Konseling bagi Anak Autis

Ada beberapa latar belakang yang mendasari sehingga pemberian kegiatan bimbingan dan konseling perlu diberikan bagi anak luar biasa khususnya anak autis. Beberapa latar belakang tersebut ialah:

a. Latar belakang psikologis yang mencakup masalah perkembangan individu, masalah perbedaan individu, masalah kebutuhan individu, masalah penyesuaian diri individu, dan latar belakang sosial budaya.

b. Faktor sosial cultural. Faktor sosial cultural yang dimaksudkan disini ialah perubahan-perubahan interaksi sosial dan perkembangan budaya yang terjadi di masyarakat akibat kemajuan ilmu pengetahuan , teknologi dan seni. Akibat dari kemajuan IPTEKS mendorong manusia hidup dengan penuh kompetisi agar tetap eksis dan kuat dalam kehidupan bermasyarakat. Untuk itu disini anak autis membutuhkan bimbingan dan konseling guna membantu masalah yang dihadapi anak autis akibat

[38] Galih A Veskariayanti, *12 terapi Autis Pling Efektif & Hemat,* (Yogyakarta: Puspa Angrek, 2008), 41-45

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dinamika masyarakat yang berlangsung cepat karena kemajuan IPTEKS di berbagai bidang. Adapun jenis layanan yang diberikan adalah bimbingan belajar, bimbingan pribadi, dan bimbingan sosial. Melalui pemberian layanan bimbingan dan konseling tersebut diharapkan hambatan hidup yang dialami oleh anak autis akibat dari kemajuan sosial cultural dapat dikurangi atau diatasi. [39]

2. Teknik Pendekatan Bimbingan dan Konseling Bagi Anak Autis

a. Teknik Bimbingan Konseling

Dalam usaha untuk memahami masalah yang dialami oleh anak autis dan membantu meringankan dan mengatasi masalah anak autis maka perlu diterapkan teknik dan pendekatan bimbingan dan konseling yang sesuai. Ada dua kelompok teknik, yaitu teknik bimbingan dan teknik konseling. Teknik bimbingan menurut Mortensen dan Schmuller ialah mencakup teknik observasi, pengetesan, studi kasus dan konferensi kasus, wawancara, cacatan kumulatif, otobiografi, dan pertemuan dengan orang tua.[40]

Dalam bimbingan dan konseling anak autis teknik observasi diperlukan untuk mendiagnosis masalah yang dihadapi oleh anak autis. Adapun hasil observasi dapat dilaporkan dalam bentuk pengisian daftar

---

[39] .Abdul Hadits, *Pendidikan Anak berkebutuhan Khusus Autistik*,.....81-85
[40] *Ibid*, 91-92

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cek, jawaban singkat, pencacatan anekdot, dan pengisian skala penilaian sesuai dengan kebutuhan laporan-laporan observasi berguna untuk menganalisis perilaku anak, mengetahui kelebihan dan kekurangan anak, menentukan standart baru untuk program yang akan datang, dan menentukan kriteria penilaian.

Layanan bimbingan kepada anak autis diberikan berdasarkan acuan data. Selain melalui observasi juga melalui hasil pengetesan, studi kasus, dan konferensi kasus, wawancara, cacatan komulatif, otobiografi, dan pertemuan dengan orang tua.

b. Pendekatan Bimbingan Konseling

Pendekatan bimbingan konseling untuk anak autis pada prinsipnya sama dengan pendekatan bimbingan konseling untuk anak luar biasa pada umumnya. Hanya saja pendekatan pendekatan bimbingan konseling tersebut disesuaikan dengan karakteristik dan kemampuan anak autis, baik secara individual maupun secara kelompok. Adapun pendekatan yang digunakan untuk bimbingan konseling bagi anak autis ialah pendekatan behaviour (perilaku).

Asumsi dasar yang melandasi pendekatan ini menurut Wilson ialah bahwa gangguan-gangguan yang memerlukan layanan psikoterapi hendaknya dipahami melalui perspektif psikologi eksperimental. Selain asumsi dasar yang melandasi pendekatan behaviour ini, pendekatan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

behaviour ini juga memiliki beberapa kecenderungan yaitu classical conditioning, operan conditioning, dan cognitive behavioral.[41]

Classical conditioning memfokuskan perhatiannya pada keterkaitan respon terhadap perangsang melalui pembiasaan. Adapun operant conditioning berfokus kepada pemberian perlakuan kepada lingkungan, yaitu pemberian hadiah kepada tingkah laku. Dengan hadiah tersebut, maka perilaku yang dikehendaki muncul berulang-ulang. Sedangkan cognitive behaviour berfokus kepada faktor kognisi (termasuk juga perasaan) sebagai faktor perilaku. hal ini memilki asumsi bahwa manusia tidak memberikan respon secara otomatis dan mekanistis, akan tetapi melalui persepsi atau tanggapannya terhadap perangsang (persepsi yang mempengaruhinya).

Teknik dan strategi yang digunakan dalam pendekatan behaviour ialah teknik dan strategi relaksasi, systematic desensitization, assertiveness training, token economi dan modeling. [42]

Teknik relaksasi digunakan untuk mengatasi sakit kepala, sukar tidur, dan rasa tegang pada diri konseli. Relaksasi dilakukan terhadap otot-otot. Teknik *systematic desensitization* yaitu teknik yang digunakan untuk mengurangi kerentanan dengan cara yang sistematis. Teknik yang digunakan untuk menghilangkan rasa takut dan ngeri. Teknik

[41] *Ibid*, 94
[42] *Ibid*, 95

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

assertiveness training digunakan untuk membantu konseli menjadi lebih lugu, berkata dan bertindak sesuai dengan isi hatinya. Adapun dari teknik assertive meliputi enam langkah, yaitu instruksi, umpan balik, *modeling*, *behviour rehearsal*, *reinforcement* (penguatan), dan pekerjaan rumah. Teknik *token economy* dalam konseling ialah penerapan *operant conditioning* (pembiasaan perlakuan) yaitu berupa pemberian hadiah agar perilaku yang dikehendaki dapat dilakukan konseli. Sedangkan teknik modeling dalam konseling disebut juga teknik *observational learning* (belajar melalui pengamatan), *imitasi* (peniruan), *social learning* (belajar sosial), dan *vicarious learning*.

Dalam pengajaran, modeling sering pula disebut demonstrasi, yaitu menunjukkan suatu perilaku untuk ditiru oleh klien. Adapun model yang ditiru mencakup model kehidupan sehari-hari (*live model*), model yang ditiru dari tayangan film dan video (simbolik model), dan melihat perkembangan teman sekelompok, lalu meniru (multiple model).[43]

3. Pelaksanaan Terapi Behaviour

Adapun pelaksanaan terapi behaviour adalah:

a. Terapis memberi stimulus atau rangsangan berupa intruksi ke anak yang memperhatikan terapis atau tugas ditanganya.

---

[43] *Ibid*,96

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Stimulus ini mungkin diikuti oleh prompt untuk menimbulkan respon yang dimaksud.

c. Anak berespon benar atau salah atau tidak berespon maka dianggap salah.

d. Terapi berespon dengan memberi imbalan atas respon anak. (memberi hadiah jika benar dan mengatakan "tidak" jika salah).

Terdapat senggang waktu atau interval singkat sebelum melakukan uji coba berikutnya. [44]

Maksud dari pelaksanaan terapi behaviour di atas adalah, pertama yang dilakukan konselor adalah memberikan instruksi pada konseli kemudian instruksi tersebut diikuti prompt, prompt disini adalah berupa bantuan, arahan, dan dorongan agar konseli mau berspon terhadap stimuli yang diberikan oleh konselor. Selanjutnya ketika anak berespon benar atau salah atau tidak berespon maka semua itu dianggap salah. Setelah beberapa kali konseli melakukan apa yang sudah diinstruksikan oleh konselor maka konselor memberi imbalan atas respon tersebut dan mengatakan tidak jika konseli tidak merespon sesuai dengan yang diinstruksikan oleh konselor. Dan sebaiknya dalam memberikan stimuli ada senggang waktu atau interval singkat untuk memulai memberikan stimuli atau uji coba berikutnya.

[44] Bony Danuatmaja, *Terapi Anak Autis di Rumah*,.....36

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id