

Pemberdayaan Orang Tua Dalam Menerapkan Program CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) Untuk Anak Berkebutuhan Khusus

Muchamad Irvan¹, Ahsan Romadlon Junaidi², Rizqi Fajar Pradipta³, Jihaan Haniifah Christyodetaputri⁴, Areza Lula Iqlima⁵
muchamad.irvan.fip@um.ac.id

Pendidikan Luar Biasa – Universitas Negeri Malang
 Jl. Semarang No.5, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65145

Artikel Info

Koresponden penulis :

Muchamad Irvan

muchamad.irvan.fip@um.ac.id

- Diterima 28 Oktober 2021
- Direview 30 Oktober 2021
- Disetujui 31 Oktober 2021
- Dipublikasi 31 Oktober 2021

Kata Kunci:

Cognitive Behavioral Therapy, Anak Berkebutuhan Khusus, Pemberdayaan Orang Tua

Keywords:

cognitive behavioral therapy, children with special needs, empowering parents

Abstrak

Anak berkebutuhan khusus pada umumnya mengalami perilaku maladaptive dan berpengaruh pada gangguan fungsional yang signifikan. Sehingga *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) diperlukan untuk mengakomodasi atau memulihkan defisit keterampilan sosial dan adaptif anak-anak berkebutuhan khusus yang dapat menimbulkan hambatan untuk meminimalisir perilaku maladaptive pada anak berkebutuhan khusus. Gangguan kecemasan telah ditemukan sangat komorbiditas dengan gangguan spektrum autisme (ASD). Guru dan orang tua dapat dilatih tentang prosedur pembinaan sosial sederhana yang menggunakan metode pembelajaran pada aspek komunikasi sehingga aspek perilaku maladaptif tidak begitu mendapatkan intervensi secara khusus. Permasalahan utama yang dihadapi pada penerapan CBT adalah kurangnya kompetensi guru dan terapis dalam menerapkan metode dan pendekatan lain yang fokus pada aspek gangguan perilaku kognitif anak dengan disabilitas. Solusi yang direncanakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah memberikan pelatihan dengan muatan materi tentang analisis perubahan tingkah laku dan penerapan program CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) terintegrasi. Adapun capaian yang dihasilkan dari kegiatan tersebut adalah kemampuan guru dan terapis dalam melakukan analisis perubahan tingkah laku, dan PPI (Program Pembelajaran Individual).

Abstarct

Children with special needs generally experience maladaptive behavior and affect significant functional impairment. So that Cognitive Behavioral Therapy (CBT) is needed to accommodate or recover social and adaptive skill deficits of children with special needs which can cause obstacles to minimize maladaptive behavior in children with special needs. Anxiety disorders have been found to be highly comorbid with autism spectrum disorder (ASD). Teachers and parents can be trained on simple social coaching procedures that use learning methods in the communication aspect so that aspects of maladaptive behavior do not receive special intervention. The main problem faced in the application of CBT is the lack of competence of teachers and therapists in applying other methods and approaches that focus on aspects of cognitive behavior disorders of children with disabilities. The solution that is planned to overcome these problems is to provide training with material on the analysis of behavior change and the implementation of an integrated CBT (Cognitive Behavioral Therapy) program. The achievements resulting from these activities are the ability of teachers and therapists in analyzing behavior change, and the PPI (Individual Learning Program).

PENDAHULUAN

Pada umumnya, anak berkebutuhan khusus mengalami perilaku maladaptive yang berpengaruh pada gangguan fungsional anak. Oleh karena itu, *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) diperlukan untuk meminimalisir perilaku maladaptive pada anak berkebutuhan khusus. Terapi ini dapat dilakukan oleh orang-orang terdekat anak berkebutuhan khusus, seperti pada orang tua dan guru. Salah satu kegiatan yang sudah direalisasikan seperti pada LPA Kota Malang (Layanan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus) yakni lembaga yang memberikan penanganan pada anak berkebutuhan khusus di Kota Malang Jawa Timur. Secara umum, LPA didirikan oleh pemerintah Kota Malang sebagai solusi akan kebutuhan lembaga yang memberikan layanan pendidikan dan terapi untuk anak berkebutuhan khusus di wilayah tersebut. Awal berdirinya LPA Kota Malang ditujukan untuk memberikan layanan pendidikan khusus untuk anak dengan autisme saja. Namun berdasarkan analisis kebutuhan masyarakat akan layanan pendidikan khusus, saat ini LPA tidak hanya menerima anak dengan autisme saja, melainkan juga anak disabilitas lain. Adapun kategori disabilitas yang mendapatkan layanan di LPA adalah kelompok gangguan sosial emosional dan perilaku diantaranya adalah Autisme, ADHD, Down Syndrom, dan Gangguan Inteligensi. Secara umum, sarana prasarana di LPA sudah memenuhi standar aksesibilitas untuk anak dengan disabilitas

Tenaga pendidik di LPA Kota Malang saat ini berjumlah 14 yang terdiri dari 13 guru dan 1 terapis. Adapun jumlah anak dengan disabilitas yang terdaftar sebagai peserta didik di LPA berjumlah 53. Jumlah peserta didik tersebut lebih didominasi oleh anak-anak dengan gangguan perilaku spesifik yaitu anak dengan autisme dan ADHD. Adapun program layanan yang diberikan LPA untuk memberikan penanganan anak disabilitas saat ini menggunakan pendekatan yang lebih menekankan pada aspek komunikasi. Pendekatan tersebut diterapkan dengan menggunakan metode TEACCH (*Treatment and Education for Autistic and Related Communication Handicaped Childbren*). Metode TEACCH diterapkan pada anak-anak yang pada umumnya memiliki gangguan pada aspek komunikasi [1]. Penerapan metode ini menekankan pembelajaran dengan menggunakan *visual support* dalam bentuk simbol-simbol dan media bergambar untuk memudahkan anak dengan disabilitas memahami instruksi yang diberikan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan tenaga pendidik di LPA, penerapan metode TEACCH sangat efektif untuk membantu peserta didik dalam memahami instruksi dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Melalui penerapan metode TEACCH, anak disabilitas dilatih untuk mampu melaksanakan ADL (*activity sialy living*) secara mandiri [2], [3]. Namun demikian, metode tersebut hanya menekankan pembelajaran pada aspek komunikasi sehingga aspek perilaku maladaptif tidak begitu mendapatkan intervensi secara khusus. Kondisi tersebut menyebabkan frekuensi dan intensitas perilaku maladaptif semakin meningkat. Selama ini, penanganan kasus perilaku maladaptif hanya sebatas diberikan *Punishment* dan *Reward*. Namun, pendekatan tersebut dianggap tidak mendapatkan pengaruh atau perubahan yang signifikan. Perilaku maladaptif pada anak disabilitas ini disebut sebagai gangguan perilaku kognitif. Menurut Miltenberger [4] gangguan perilaku kognitif didasari oleh faktor kondisi mental seseorang. Beberapa contoh kasus anak dengan disabilitas yang

mengalami gangguan perilaku kognitif diantaranya adalah anak dengan ASD (*autism spectrum disorder*), ADHD (*attention deficit and hiperactivity disorder*), gangguan inteligensi, dan Down Syndrome. Anak-anak dengan disabilitas yang mengalami gangguan perilaku kognitif pada umumnya menunjukkan gejala terbentuknya perilaku maladaptif dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan beberapa permasalahan yang dihadapi mitra saat ini diantaranya adalah (1) Peserta didik di LPA kota malang belum mendapatkan layanan program penanganan gangguan perilaku kognitif. Kondisi tersebut berdampak pada tidak terkontrolnya intensitas dan frekuensi kemunculan perilaku maladaptif. (2) Tenaga pendidik kurang mampu melakukan analisis perubahan tingkah laku pada peserta didik disabilitas. Permasalahan ini menyebabkan guru dan terapis di lingkungan LPA Kota Malang tidak dapat mengetahui sejauh mana gangguan perilaku kognitif yang dialami peserta didik. (3) Tenaga pendidik belum memiliki keterampilan dan pengetahuan khusus tentang metode penanganan gangguan perilaku kognitif. Kondisi tersebut yang menjadi alasan bahwa guru dan terapis hanya menerapkan teknik *punishment* dan *reward* untuk mengontrol kemunculan perilaku maladaptif. (4) Karena selama ini tidak mendapatkan penanganan secara spesifik, pembentukan perilaku adaptif pada peserta didik tidak mengalami progres perkembangan positif.

METODE PENELITIAN

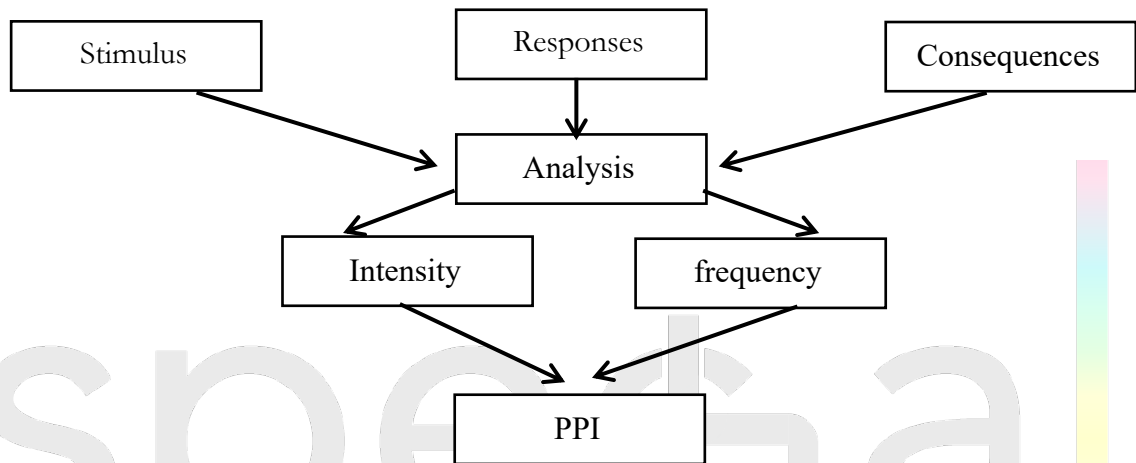
Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, dikelompokkan menjadi tiga tahapan pelaksanaan utama yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Secara sistematis tahapan program pengabdian masyarakat dapat digambarkan melalui bagan sebagai berikut :



Gambar 1. Bagan Alur Pelaksanaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

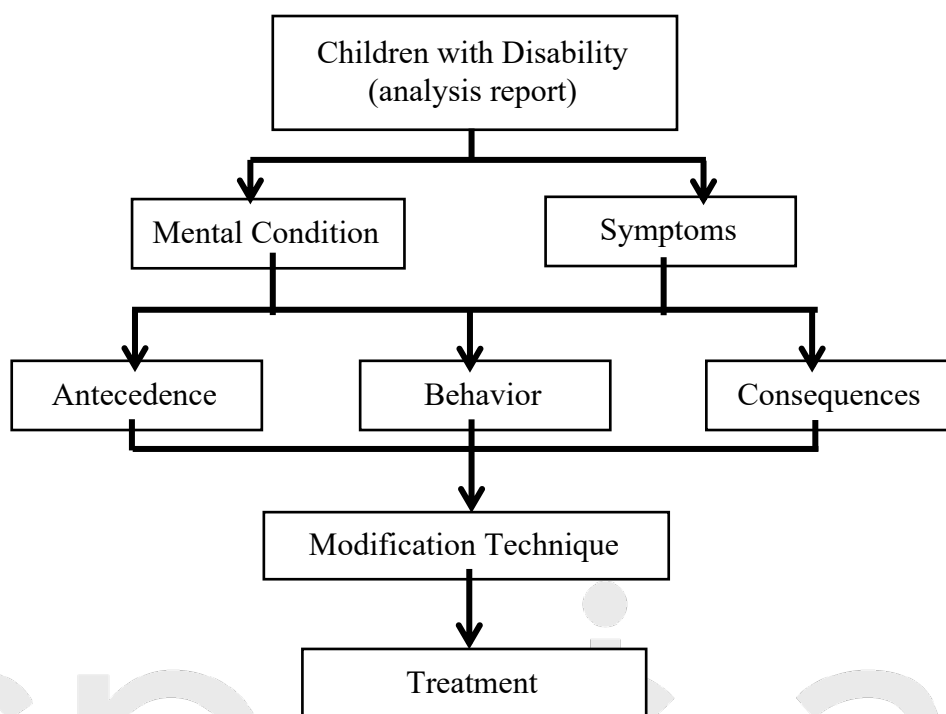
Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pelatihan untuk guru dan teapis LPA Kota Malang. Adapun konten yang terdapat pada pelatihan adalah materi tentang analisis perubahan tingkah laku pada anak dengan disabilitas dan program CBT yang terintegrasi untuk anak dengan gangguan perilaku kognitif. Analisis perubahan tingkah laku merupakan prosedur baku yang wajib dilaksanakan oleh tenaga ahli sebelum menyusun dan menerapkan program penanganan gangguan perilaku. Secara umum konsep analisis perubahan tingkah laku tergambar pada bagan berikut.



Gambar 2. Bagan Prosedur Analisis Perubahan Tingkah Laku

Kemampuan tenaga ahli dalam melakukan analisis perubahan tingkah laku memiliki pengaruh besar terhadap kesesuaian program yang akan diterapkan pada anak dengan disabilitas. Oleh karena itu, kompetensi terkait analisis perubahan tingkah laku menjadi penting dimiliki oleh guru dan terapis di LPA Kota Malang sebelum menerapkan program CBT yang terintegrasi pada PPI. CBT diterapkan melalui simulasi situasi kongkrit dimana stimulus lingkungan dikondisikan sedemikian rupa agar anak dapat memproses dan merespon treatment yang diberikan. Treatment pada CBT mengkombinasikan teknik-teknik modifikasi perilaku yang disesuaikan dengan hasil analisis perubahan tingkah laku.

Adapun konsep penerapan program CBT pada anak dengan disabilitas secara umum. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan, guru dan orang tua akan memahami prosedur referral yang perlu dilakukan ketika menghadapi anak dengan gangguan perkembangan (Alur referral secara sederhana dapat dilihat pada Gambar IPTEK). Namun demikian, guru sebagai tenaga pendidik di sekolah juga harus mampu memberikan intervensi sesuai ranah dan bidangnya. Oleh karena itu, selain memberikan sosialisasi tentang pentingnya deteksi dini terhadap ABK, pengabdian masyarakat ini penting dilaksanakan untuk meningkatkan skil guru PAUD dalam membuat inovasi pembelajaran untuk ABK



Gambar 3. Bagan Prosedur Analisis Perubahan Tingkah Laku

KESIMPULAN

LPA Kota Malang (Layanan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus) merupakan lembaga yang memberikan penanganan pada anak berkebutuhan khusus di Kota Malang Jawa Timur. Peserta didik yang mendapatkan layanan di LPA Kota Malang lebih didominasi oleh anak-anak dengan gangguan perilaku dan sosial emosional. Layanan saat ini menggunakan metode yang hanya menekankan pembelajaran pada aspek komunikasi sehingga aspek perilaku maladaptif tidak begitu mendapatkan intervensi secara khusus. Namun, kurangnya kompetensi guru dan terapis dalam menerapkan metode dan pendekatan lain yang fokus pada aspek gangguan perilaku kognitif anak dengan disabilitas. Dengan memberikan pelatihan dengan muatan materi tentang analisis perubahan tingkah laku dan penerapan program CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) terintegrasi dapat mengatasi permasalahan pada mitra. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa kemampuan guru dan terapis dalam melakukan analisis perubahan tingkah laku, dan PPI (Program Pembelajaran Individual)

DAFTAR PUSTAKA

- B. N. Moree and T. E. Davis, "Cognitive-behavioral therapy for anxiety in children diagnosed with autism spectrum disorders: Modification trends," *Res. Autism Spectr. Disord.*, vol. 4, no. 3, pp. 346–354, 2010, doi: 10.1016/j.rasd.2009.10.015.
- B. N. Moree and T. E. Davis, "Cognitive-behavioral therapy for anxiety in children diagnosed with autism spectrum disorders: Modification trends," *Res. Autism Spectr. Disord.*, vol. 4, no. 3, pp. 346–354, 2010, doi: 10.1016/j.rasd.2009.10.015.

- Badiah, L. I., Jauhari, M. N., & Sambira, S. (2020). Peningkatan Keterampilan Guru Paud Dalam Menyusun Program Pembelajaran Individual Anak Berkebutuhan Khusus Di PAUD Permata Bunda. *SPEED Journal: Journal of Special Education*, 3(2), 95-100.
- C. C. Gándara Rossi, "Implementing TEACCH educational intervention principles and communication strategies for persons with autism," *Rev. Logop. Foniatr. y Audiol.*, vol. 27, no. 4, pp. 173–185, 2007, doi: 10.1016/s0214-4603(07)70086-4.
- ERIN ROTHERAM-FULLER and LAURA MACMULLEN, "COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY FOR CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS," *Psychol. Sch.*, vol. 48, no. 3, pp. 263–271, 2011, doi: 10.1002/pits.
- E. Schopler, "Prevention and Management of Behavior Problems," *Behav. Cogn. Ther. Today*, pp. 249–259, 1998, doi: 10.1016/b978-008043437-7/50021-1.
- J. Virues-ortega, F. M. Julio, and R. Pastor-barruoso, "Clinical Psychology Review The TEACCH program for children and adults with autism : A meta-analysis of intervention studies ☆," *Clin. Psychol. Rev.*, vol. 33, no. 8, pp. 940–953, 2013, doi: 10.1016/j.cpr.2013.07.005.
- J. T. Danial and J. J. Wood, "Cognitive Behavioral Therapy for Children With Autism," *J. Dev. Behav. Pediatr.*, vol. 34, no. 9, pp. 702–715, 2013, doi: 10.1097/dbp.0b013e31829f676c.
- M. Irvan and D. P. Dewi, "KAJIAN PENANGANAN TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS," *J. Abadimas Adi Buana*, vol. 2, no. 1, pp. 11–19, 2018.
- M. Irvan and M. N. Jauhari, "EARLY INTERVENTION FOR CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER USING PLANNING MATRIX," 2019.
- R. G. Miltenberger, *Behaviour Modification, Principles and Practices, Fourth Edition*, Fourth. USA: Thomson Wadsworth, 2008.
- S. G. Hofmann, A. Asnaani, I. J. J. Vonk, A. T. Sawyer, and A. Fang, "The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses," *Cognit. Ther. Res.*, vol. 36, no. 5, pp. 427–440, 2012.