

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan salah satu anugrah yang diberikan oleh Allah SWT kepada setiap orang tua, harapan semua orang tua pasti ingin memiliki anak yang sehat dan juga sempurna karena anak dapat menjadikan sebuah hubungan keluarga menjadi lebih harmonis dan bahagia. Banyak pasangan suami istri yang mengalami perceraian diakibatkan karena tidak memiliki keturunan atau anak, atau juga memiliki anak yang memiliki kekurangan secara fisik atau mengalami keterbelakangan mental.¹

Setiap orang tua selalu menginginkan anaknya tumbuh dan berkembang secara sempurna. Anak yang kooperatif, berprestasi, dan secara fisik tidak ada kekurangan itulah dambaan setiap orang tua. Orang tua seringkali bingung dan gelisah karena perilaku anaknya tidak seperti anak biasanya yaitu anak yang mengalami berkebutuhan khusus atau yang disingkat dengan ABK. Anak berkebutuhan khusus diartikan sebagai anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya yang selalu menunjukkan ketidakmampuan mental, emosi, atau fisik namun mereka harus tetap mendapatkan pendidikan.²

Autisme terjadi pada 5 dari setiap 10.000 kelahiran, dimana jumlah penderita laki-laki empat kali lebih besar dibandingkan penderita perempuan. Meskipun demikian, bila kaum perempuan mengalaminya, maka penderitaannya akan lebih parah dibandingkan kaum pria. Gejala-gejala autisme mulai tampak sejak masa yang paling awal pada kehidupan mereka. Gejala-gejala tersebut tampak ketika bayi menolak sentuhan dari orang tuanya, tidak merespon kehadiran orang tuanya, dan melakukan kebiasaan-kebiasaan lainnya yang tidak dilakukan oleh bayi-bayi normal pada umumnya.³

Dr. Maria Endang Sumiwi, MPH selaku direktur jenderal kesehatan menyampaikan bahwa WHO memprediksi 1 dari 160 anak di dunia mengalami gangguan spektrum autisme, sedangkan jumlah

¹ Jaja Suteja, "Bentuk Dan Metode Terapi Terhadap Anak Autisme Akibat Bentuk Perilaku Sosial," *Jurnal Edueksos* 3, no. 1 (2014): 120.

² Ella Kholillah Yulia Solichatun dan, "Terapi Bermain Dengan CBPT Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD," *Jurnal Psikoislamika* 15, no. 1 (2018): 41.

³ Mirza Maulana, *Anak Autis* (Yogyakarta: Katahati, 2010).

penderita spektrum autisme di Indonesia diperkirakan mengalami peningkatan 500 orang disetiap tahunnya. World Health Organization's Internasional Classification of Diseases (ICD-10) mendefinisikan bahwa anak autis memiliki gangguan perkembangan yang muncul sebelum usia tiga tahun dengan tipe ketidak normalnya tiga bidang yaitu interaksi, komunikasi, dan perilaku yang diulang-ulang. Periode tahun 2020-2021 dilaporkan sebanyak 5.530 kasus gangguan perkembangan anak, termasuk gangguan spektrum autisme yang mendapatkan layanan di puskesmas.⁴

Terdapat tiga gejala utama pada anak autis yaitu gangguan dalam interaksi, komunikasi, dan perilaku. Selain itu juga anak autis juga memiliki karakteristik-karakteristik tambahan yaitu gangguan dalam komunikasi, persepsi sensori, motorik, afek atau mood, tingkah laku agresif, serta gangguan tidur dan makan.⁵

Marah ialah salah satu contoh kondisi psikologis yang telah dipelajari oleh para psikolog dan ahli biologi. Rasa marah yang tidak terkendali dapat menimbulkan berbagai masalah pada masa anak maupun remaja, antara lain depresi, menyakiti diri sendiri, obat-obatan, kekerasan, tindak kriminal, dan lain-lain. Mengatasi rasa marah pada anak-anak dan remaja merupakan salah satu hal yang menantang, mengingat anak-anak dan remaja belum mempunyai kemampuan untuk memahami dan mengatur emosi ataupun amarahnya. Kebingungan dan ketidakmampuan seorang anak untuk mengontrol amarahnya secara tepat seringkali menyebabkan ledakan perilaku, kekerasan, dan permasalahan eksternalisasi lainnya.⁶

Anak autis yang emosinya tidak menentu sering kali marah ketika ketika guru memberikan instruksi atau ajakan untuk belajar, seringkali melakukan tindakan bernyanyi dengan suara yang tidak jelas dan memukul-mukul meja. Ketika ditegur anak autis bereaksi dengan memunculkan ekspresi emosi marah. Untuk mengontrol emosi marah dari anak autis bisa menggunakan metode *play therapy*. Adapun akibat dari marahnya anak autis yaitu biasa melukai diri

⁴ “Autisme A-Z Webinar Peringatan Peduli Autisme Sedunia,” Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat, 2022, <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/autisme-a-z-webinar-peringatan-hari-peduli-autisme-sedunia-2022>.

⁵ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta: Cekatan Pertama, 2016), 27.

⁶ Atika Permata Sari, “Cognitive-Behavioral Anger Management Training (CB-AMT) Untuk Menurunkan Perilaku Agresi Pada Remaja Awam,” *Jurnal Psikologi Indonesia* 8, no. 2 (2019): 295.

sendiri, bisa membahayakan teman ataupun orang yang ada disekitarnya.⁷

Dalam penelitian ini terkait *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anger expression anak autisme di pondok pesantren al-achsaniiyah terdapat anak autisme dengan amarah yang susah terkontrol (*anger expression*). Untuk mengatasi permasalahan tersebut pondok pesantren al-achsaniiyah menggunakan pendekatan *cognitive behavioral therapy*. *Cognitive behavioral therapy* adalah salah satu jenis psikoterapi yang digunakan untuk mengatasi berbagai masalah kejiwaan termasuk stres, depresi, dan gangguan kecemasan lainnya.⁸

Pesantren al-achsaniiyah menerapkan pendekatan behavioral berfokus pada perubahan tingkah laku yang buruk, serta mempertahankan tingkah laku yang baik, pendekatan behavioral sangat dibutuhkan anak autisme guna untuk meminimalisir atau menghilangkan tingkah laku yang buruk seperti memukul teman, marah-marah, melukai diri sendiri dan sebagainya.

Adapun teknik yang digunakan yaitu *play therapy*, *play therapy* sendiri merupakan salah satu metode yang efektif dan merupakan suatu teknik konseling yang diberikan oleh konselor, salah satunya untuk anak-anak autisme yang didasari oleh konsep bermain sebagai bentuk berkomunikasi konseli dengan konselor hingga bertujuan untuk mengintervensi dan berdialog dengan anak tersebut sehingga terciptanya kondisi perasaan nyaman dan dapat mengenali potensinya.⁹

Adapun fungsi dari *play therapy* sendiri diantaranya yaitu dapat membantu perkembangan anak, memudahkan konselor untuk membangun hubungan dengan anak serta melatih keterampilan sosial anak, anak dapat mendapatkan banyak kebebasan untuk memilih, meningkatkan daya fantasi dan imajinasi, memberikan tempat yang aman bagi anak untuk mengeluarkan perasaan.¹⁰

⁷Ian Tommy Hasibun Ian Marlina, “Ekspresi Emosi Anak Autisme Dalam Berinteraksi Sosial Di Sekolah,” *Jurnal Basicedu* 4, no. 1 (2020): 179.

⁸Dewi Khurun Aini, “Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* Dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja Di Panti Asuhan,” *Jurnal Homepage* 39, no. 1 (2019): 76.

⁹Citra Widiastuti, “*Play Therapy* Sebagai Bentuk Penanganan Konseling Trauma *Healing* Pada Anak Usia Dini,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling dan Dakwah Islam* 16, no. 1 (2019): 104.

¹⁰Sjenny Anggraeni Indrawati, “Penerapan *Cognitive Behavioral Play Therapy* Untuk *Anger Expression* Pada Anak,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 1 (2018), 11.

Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah merupakan yayasan pondok pesantren untuk anak berkebutuhan khusus, yang memberikan layanan bimbingan konseling menggunakan teknik *cognitive behavioral play therapy* untuk mengatasi anak autis yang mempunyai emosional yang tinggi untuk menumbuhkan perilaku yang positif pada anak-anak tersebut. Dalam menumbuhkan perilaku yang positif ini pengasuh tentunya bisa mengenali karakter masing-masing setiap anak, seperti sering diajak bermain, hal tersebut bertujuan untuk mengenali kepribadian individu agar pengasuh dapat mengajak anak tersebut bermain dengan teman temannya dan agar dia lupa dengan rasa emosionalnya yang tinggi.¹¹

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“*Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi *Anger Expression* Anak Autis di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah”**

B. Fokus Penelitian

Dalam penelitian ini fokus yang dibahas ialah *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi *anger expression* anak autis serta bagaimana pelaksanaan dan apa saja kendala pada kegiatan *play therapy* di pondok pesantren al-achsaniyyah.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah?
2. Apa saja hambatan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak *anger expression* anak autis di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah?

D. Tujuan Penelitian

Adapun untuk tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

¹¹Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 Juli 2023.

2. Untuk mengetahui hambatan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak *anger expression* anak autisme di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyah.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah untuk mengetahui *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi *anger expression* anak autisme di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyah Kudus. Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis
 - a. Bagi lembaga
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis, sekurang-kurangnya dapat berguna sebagai sumbangan pemikiran bagi lembaga.
 - b. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan dapat disajikan sebagai kajian penelitian yang relevan untuk penelitian berikutnya.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi peneliti
Sebagai pengalaman dan juga wawasan yang sangat berharga untuk meningkatkan pemahaman tentang *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi *anger expression* anak autisme.
 - b. Bagi masyarakat
Diharapkan dapat menjadi acuan bagi masyarakat bahwa sanya anak autisme yang emosinya tidak terkontrol masih bisa diajak untuk bermain dengan menggunakan *cognitive behavioral play therapy*.
 - c. Bagi lembaga ABK
Diharapkan dapat menjadi masukan bagi lembaga ABK dalam mengatasi anak autisme *anger expression* dengan menggunakan *cognitive behavioral play therapy*.

F. Sistematika penulisan

Sistematika penulisan merupakan penjelasan dari masing-masing bab secara singkat dan jelas dari keseluruhan skripsi ini. Penulisan ini akan disajikan dengan sistematika yang terdiri bagian awal, bagian utama dan juga bagian akhir. Bagian awal penelitian ini berisi halaman judul, halaman nota pembimbing, halaman pengesahan kata pengantar, halaman abstrak halaman daftar isi dan daftar tabel.

Bagian utama dari penelitian ini terdiri dari lima bab yaitu bab satu pendahuluan, pada bagian ini memuat latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan. Bab dua memuat deskripsi teori yang mendasari masalah penelitian ini, hasil penelitian terdahulu, dan juga kerangka berpikir. Bab tiga memuat metodologi penelitian, yaitu pendekatan dan jenis penelitian, setting penelitian, subjek penelitian, pengumpulan data-data penelitian dan sumber data yang ada kaitannya dengan penelitian, teknik pengumpulan data, uji keabsahan data, dan teknik analisis data. Bab empat yang menguraikan deskripsi objek penelitian yang merupakan gambaran singkat mengenai objek penelitian, serta hasil analisis dan pembahasannya. Bab lima yaitu penutup, pada bab ini akan disimpulkan dari semua pembahasan data penelitian dan juga saran yang disarankan pada peroleha hasil penelitian ini.

Bagian akhir penelitian ini terdiri dari daftar pustaka dan juga lampiran-lampiran. Daftar pustaka terdiri dari buku, jurnal dan lampiran terdiri dari pedoman observasi, pedoman dokumentasi, pedoman wawancara, hasil wawancara, dokumentasi.