

## BAB IV HASIL PENELITIAN

### A. Gambaran Umum

Pengambilan penelitian ini berlokasi di pondok pesantren al-achsaniiyyah. Objek dan fokus penelitian ini yaitu *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi *Anger Expression* Anak Autis di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyyah. Gambaran singkat sebagai berikut.

#### 1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Al-Achsaniiyyah

Keberadaan suatu pondok termasuk salah satu hal yang sangat istimewa, pondok termasuk salah satu tempat atau wadah yang digunakan untuk menuntut ilmu. Berdirinya suatu pondok tidak begitu saja, adanya suatu pondok atas dasar dari komitmen pendiri untuk memanfaatkan ilmunya. Pondok pesantren ini didirikan atas kerja keras yang dilakukan oleh M. Faiq Afthani Rahman, M.Ac MCH, berkat ide dan perjuangan beliau sehingga berdirilah pondok pesantren Al-Achsaniiyyah. KH. M. Faiq Afthoni, M.Ac., MCH sang kyai alumni dari jurusan Syariah Universitas Al-Azhar, Mesir dan mendalami ilmu dasar Thibbun Nabawi dan bekam spesialis ilmu kedokteran Islam di Internasional Cultural Center di Mesir juga mendalami ilmu tentang obat herbal di The Faculty of Homeoempathy Malaysia.<sup>1</sup>

Sebelum KH. M. Faiq Afthoni, M.Ac., MCH belajar keluar negeri, beliau juga pernah menuntut ilmu di Jawa Timur. Beberapa pondok pesantren yang pernah beliau tempati sebagai tempat untuk belajar diantaranya yaitu Pondok Pesantren di Tambak Beras, Jombang Jawa Timur dan Pondok Modern arRisalah, Ponorogo. Berdasarkan pengalaman dan ilmu yang pernah beliau pelajari disana dapat memberikan inspirasi untuk membuat Pondok Pesantren di tempat halamannya beliau sendiri yaitu di Kudus. Pondok pesantren Al-Achsaniiyyah yang berada di Kudus Jawa Tengah terletak di desa Pedawang.<sup>2</sup>

Pondok Pesantren Al-Achsaniiyyah yang semula bernama Pondok Pesantren Modern Al-Achsaniiyyah. Namun, KH. Faiq Afthoni memiliki ketertarikan terhadap anak-anak yang memiliki keterbelakangan mental atau berkebutuhan khusus anak-anak

---

<sup>1</sup> Observasi peneliti pada tanggal 3 Juli 2023

<sup>2</sup> Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyyah pada tanggal 3 Juli 2023.

penderita autisme. Menurutnya kebanyakan anak-anak autis dianggap sebagai anak pembawa malu dan masih banyak orang tua yang melantarkan anaknya ketika anak tersebut memiliki kekurangan dan menyandang autisme. Keberadaan anak autisme masih di pandang sebelah mata baik dari keluarga maupun lingkungan sekitar. Hal tersebut yang membuat KH. Faiq Afthani mempunyai keinginan mendirikan Pondok Pesantren khusus penyandang autisme, sehingga nama Pondok Pesantren Modern Al-Achsaniyyah berganti menjadi Pondok Pesantren Autisme Al Achsaniyyah.<sup>3</sup>

Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah mulai di bangun pada tahun 2007. Pondok pesantren ini dibangun diatas tanah wakaf seluas 3.800 m<sup>2</sup> atas nama H. Kusmin di Desa Pedawang, Kecamatan Bae, Kabupaten Kudus, alasan didirikan Pondok Pesantren ini adalah agar anak-anak berkebutuhan khusus tidak ditelantarkan dan dianggap memiliki keterampilan serta kemampuan tersendiri. oleh karena itu, kami berusaha memberikan sosialisasi kepada masyarakat mengenai anak berkebutuhan khusus agar para orang tua yang memiliki anak penyandang autisme ataupun berkebutuhan khusus lainnya dapat mengerti apa yang telah kami berikan kepada masyarakat dan memberikan perkembangan serta bakat anak. Diharapkan kedepannya anak-anak nantinya akan lebih berguna dikalangan keluarga sendiri ataupun masyarakat sekitarnya.<sup>4</sup>

Secara garis besar santri didalam Pondok Pesantren ini dibagi menjadi 3 kelompok yaitu : zero ( tidak mandiri dan masih membutuhkan pendampingan secara intensif ), pra mandiri ( mampu berkomunikasi akan tetapi masih membutuhkan pendampingan), mandiri ( mampu berkomunikasi dengan staf dan para santri lainnya meskipun dalam pengawasan , santri mandiri juga dapat melakukan Mandi, Cuci, Kakus sendiri ). Didalam pondok pesantren ini ada santri berjumlah kurang lebih 120<sup>5</sup> santri yang berkebutuhan khusus, diantaranya Autism, ADHD, Speech Delay, Hiperaktif, Down Syndrom.

Berkat kerja keras dan pengertian dari masyarakat sehingga pada tahun 2012, Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

---

<sup>3</sup> Dokumentasi admin Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

<sup>4</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 juli 2023.

<sup>5</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 juli 2023.

mendapatkan pengakuan serta dukungan dari berbagai pihak. Dengan adanya Pondok Pesantren ini dianggap dapat memberikan tempat yang layak dan memberikan semangat para anak penyandang autisme dalam menunjukkan bakat, dan minat dari masing-masing anak.

## 2. Visi Dan Misi Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

- a. Visi:  
Mandiri dan unggul dalam IMTAQ
- b. Misi:
  1. Menanamkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT
  2. Meningkatkan dan mengembangkan potensi dan kemampuan anak-anak berkebutuhan khusus
  3. Membentuk kemandirian anak berkebutuhan khusus
  4. Memberi rasa nyaman, aman kepada anak-anak yang berkebutuhan khusus
  5. Memberikan motivasi spiritual dan intelektual
- c. Tujuan:
  1. Menjadikan anak berkebutuhan khusus beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT
  2. Anak mampu memiliki bekal ilmu pengetahuan
  3. Menciptakan anak berkebutuhan khusus yang mandiri
  4. Memberikan rasa aman dan nyaman untuk anak berkebutuhan khusus dalam hal pemberian motivasi
  5. Menumbuhkan kepercayaan diri anak<sup>6</sup>

## 3. Letak Geografis Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Letak geografis sebuah obyek sangat penting dalam rangka melakukan penelitian, mengingat penelitian ini adalah *field research* yang memiliki tempat atau fokus penelitian. Pondok pesantren Al-Achsaniyyah terletak di jalan Mayor Kusmanto tepatnya di gang Flamboyan IV Rt 04 Rw 03 Desa Pedawang Kecamatan Bae Kabupaten Kudus. Keberadaan pondok pesantren Al-achsaniyyah hingga saat ini masih di kelilingi area persawahan. Sejak dahulu pondok pesantren ini masih dikelilingi persawahan, sehingga dapat memberikan pembelajaran dengan tenang nyaman didalam pondok pesantren Al-Achsaniyyah menjadikan anak-anak fokus dalam mengikuti

---

<sup>6</sup>Dokumentasi visi dan misi Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

pembelajaran yang diberikan.<sup>7</sup>

#### 4. **Keadaan Terapis, Guru (Tutor / Ustadz /Ustadzah) dan Staf Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah**

Peran terapis di pondok pesantren al-achsaniyyah membantu proses terapi anak-anak autis, terapis tidak melaksanakan terapinya dengan kelas besar tetapi *one on one* dalam ruangan. Terapis di pondok pesantren al-achsaniyyah ini hanya satu sift saja beda dengan guru tutor ataupun staf lainnya yang masuk kerjanya dibagi dua sift.<sup>8</sup>

Peran tutor atau guru di pondok pesantren yaitu membantu mensukseskan semua progam yang sudah direncanakan dan yang telah disusun guna untuk mencapai tujuan yang hendak dicapai. Staf dan juga guru berperan sangat penting dalam kehidupan santri selama 24 jam didalam pondok, dikarenakan merekalah yang membantu dan melayani anak-anak autis untuk mengetahui sejauh mana perkembangan anak-anak autis.<sup>9</sup>

Tutor atau yang biasa disebut guru dibagi menjadi dua bagian yaitu tutor siang dan tutor pagi. Sift pagi biasanya mengajarkan anak-anak belajar mata pelajaran umum yang diisi oleh guru khusus, bendahara yayasan dan sekretaris. Sedangkan sift siang pembelajaran tentang Agama yaang diisi oleh tutor khusus, beberapa penjaga malam dan karyawan. Sebagian besar terapis, guru tutor dan staf berasal dari kudus.<sup>10</sup>

#### 5. **Keadaan Santri Autisme di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah**

Pondok pesantren al-achsaniyyah mempunyai santri kurang lebih berjumlah 120 orang dengan jumlah keseluruhan santri putra dan santri putri. Santri berkebutuhan khusus di pondok al-achsaniyyah dimulai dari usia 5 tahun hingga 30 tahun yang paling tua. Para santri kebanyakan berasal dari luar Kudus diantaranya Pati, Demak, Semarang, Cilacap, Jakarta, Riau, Bengkulu, Kalimantan, Maluku, Lampung, Aceh, Makassar, Padang, Palu. Bahkan ada warga negara asing dari Irak dan

---

<sup>7</sup> Panduan Terbaik, diakses pada tanggal 15 Juli 2023. <https://panduanterbaik.id/pesantren-anak-berkebutuhan-khusus-biaya-al-achsaniyyah-kudus/>.

<sup>8</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 Juli 2023.

<sup>9</sup>Dokumentasi admin Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

<sup>10</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 Juli 2023.

Malaysia yang menginginkan anaknya masuk dalam Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah, namun karena keterbatasan sumber daya manusia yang menguasai bahasa asing khususnya bahasa Arab, pondok pesantren al-achsaniyyah belum bisa menerima anak dari luar negeri.<sup>11</sup>

Model konsep yang dibuat dengan pondok pesantren, maka santri yang berasal dari dalam maupun luar daerah wajib tinggal didalam pondok. Meskipun ada beberapa anak yang hanya mengikuti sekolah pagi dan setelah selesai pulang kerumah. Untuk santri pertama kali masuk pondok menerapkan sisten *one on one*, *one on one* ini dimana terapis ataupun kepala bagian terapis memegang satu anak untuk melakukan observasi agar dapat mengetahui bakat dan minat serta karakteristik santri, guna untuk menghindari tantrum atau anger *expression* pada anak. Masa observasi tergantung dari santri tersebut, apabila dalam satu minggu santri tersebut dapat mengikuti intruksi yang diberikan terapis maka observasinya dapat dikatakan selesai. Akan tetapi, rata-rata santri disini dapat mengikuti intruksi dengan baik selama satu bulan mereka sudah mulai mengerti untuk mengikuti intruksi dari terapis masing-masing.<sup>12</sup>

Data Santri Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

No	Keterangan	L	P	Jumlah Keseluruhan
1.	Tinggal di asrama	104	16	120

## 6. Sarana dan Prasarana Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Sarana dan prasarana merupakan faktor yang ikut membantu mensukseskan keberhasilan dalam suatu pendidikan. Dengan adanya sarana dan prasarana dapat memudahkan dalam proses pembelajaran. Hal tersebut dikarenakan sesuai dengan fungsi sarana dan prasarana yaitu sebagai pelengkap dan penunjang dalam kegiatan proses pembelajaran.

Adapun sarana dan prasaranayang ada di pondok pesantren al-achsaniyyah adalah sebagai berikut<sup>13</sup>:

<sup>11</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 juli 2023.

<sup>12</sup>Dokumentasi admin pondok pesantren al-achsaniyyah.

<sup>13</sup> Dokumentasi admin, laporan pertanggung jawaban 2021/2022.



Daftar Sarana dan Prasarana Pondok Pesantren Al-  
Achsaniyyah Pedawang Bae Kudus

No	Nama	Jumlah
1.	Gedung sekolah	1 lokal
2.	Kantor	1 lokal
3.	Ruang UKS	1 lokal
4.	Perpustakaan	1 lokal
5.	Masjid	1 lokal
6.	Kamar mandi/WC	3 lokal
7.	Aula	1 lokal
8.	Meja guru	5 buah
9.	Kursi guru	10 buah
10.	Meja murid	15 buah
11.	Tempat duduk	3 buah
12.	Papan tulis	4 buah
13.	Almari perpustakaan	1 buah
14.	Laptop	1 buah
15.	Sound system	2 buah
16.	Jam dinding	4 buah
17.	Kursi tamu	3 buah
18.	Kipas angin	3 buah
19.	Printer	1 buah
20.	Rak sandal	3 buah
21.	Kalkulator	1 buah
22.	Mobil ambulance	1 buah
23.	Mic	2 buah

Sumber: Data Dokumentasi Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus

## B. Temuan Hasil Penelitian

Setelah memperoleh dan mengumpulkan data yang kongkrit di lokasi dari hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah, selanjutnya peneliti memaparkan hasil penelitian terkait dengan *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi Anak Autis *Anger Expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

### 1. Pelaksanaan *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi Anak Autis *Anger Expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Sebelum mengetahui bagaimana pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah, maka kita perlu

mengetahui bagaimana persiapan yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan *play therapy*. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada terapis Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah beliau menyampaikan secara langsung beberapa persiapan *play therapy*:

“untuk persiapan yang kita lakukan sebelum melaksanakan kegiatan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* yang pertama yaitu mempersiapkan media bermain untuk sang anak yang akan di terapis, yang kedua mempersiapkan ruangan terapi, yang ketiga menjemput anak yang akan di terapi di asrama ketika sang anak sudah bersama saya biasanya saya akan melakukan kontak mata terlebih dahulu sebelum melaksanakan kegiatan *play therapy* ketika sudah ada kontak mata saya langsung bawa anak tersebut ke ruang konseling atau ruang terapi yang ada di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah. Saya kalau melaksanakan kegiatan *play therapy* saya tidak mempersiapkan permainan satu saja, saya biasanya mempersiapkan permainan minimal dua permainan semisal ketika sang anak tidak suka dengan permainan yang pertama maka saya langsung ganti dengan permainan yang ke dua. Tapi saya tidak langsung menghapus permainan yang pertama dari list, saya akan kasih permainan yang anak tidak mau di pertemuan berikutnya.<sup>14</sup>

Adapun bentuk pengarahan yang diberikan terapis kepada anak autis *anger expression* terapis mempunyai cara tersendiri agar anak autis mudah memahami permainan dan lancar melaksanakan *play therapy* hal ini di ungkapkan oleh terapis Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“untuk pengarahan yang kita berikan supaya sang anak dapat melaksanakan kegiatan *play therapy* dengan mudah biasanya yang pertama kita memberi contoh terlebih dahulu ketika sang anak masih tidak bisa tahap yang kedua yang kita lakukan yaitu melakukan prom (menuntun sang anak untuk menjalankan permainan yang sudah kita sediakan) ketika anak sudah bisa menjalankan

---

<sup>14</sup>Terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18Juli 2023, wawancara 2, transkrip.

permainannya sendiri kita tinggal memantau ketika dirasa permainan tersebut sudah cukup dan anak masih memiliki waktu terapi maka kita akan ganti dengan permainan yang baru”<sup>15</sup>

Untuk penerapan pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah ini, terapis dan juga guru tutor ada beberapa *play therapy* yang digunakan untuk mengatasi anak autis *anger expression*.

Berdasarkan hasil wawancara bersama salah satu terapis pondok pesantren al-achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“karena terapis di pondok pesantren ini tugasnya terapi *one on one*, jadi kita pilihkan untuk beberapa permainan yang kiranya cukup untuk di mainkan dalam ruangan kecil. beberapa *play therapy* yang biasanya dimainkan disini kalau yang di dalam ruangan itu ada *puzzle*, lego, balok susun, *maching gambar*, mewarnai dan meronce. Sedangkan permainan yang dilaksanakan di *out dor* atau di aula pondok pesantrenitu ada permainan bowling, memasukkan lingkaran ring kedalam tiang, memasukkan bola kedalam keranjang.<sup>16</sup>

Adapun hasil wawancara dengan salah satu guru tutor Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“durasi untuk melakukan pembelajaran dan *play therapy* selama satu jam yang dilakukan di aula pondok pesantren dengan menggunakan metode belajar dan bermain untuk membangun serta mengembangkan komunikasi dan interaksi sosial pada anak autis. beberapa *play therapy* yang dimainkan di pondok ini secara kelas besar yaitu menggambar dan mewarnai, permainan ular naga, menyayi, memecahkan balon dan masih banyak lagi. Misalnya, dalam permainan ular naga guru tutor dan *shadow* selalu memberikan bantuan mulai dari awal permainan sampai selesai. Pemberian bantuan ini berupa penjelasan, baris sesuai kelompok, ketika mereka berpisah dari barisan *shadow* akan menata sesuai dengan barisanya, dan ketika ada yang tantrum maka *shadow*

---

<sup>15</sup>Terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18Juli 2023, wawancara 2, transkrip.

<sup>16</sup>Terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023, wawancara 2, transkrip.



juga bertugas untuk menenangkan agar emosinya kembali stabil.”<sup>17</sup>

Penerapan pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah termasuk salah satu bentuk psikoterapi yang efektif untuk anak autis *anger expression*. Hal ini disampaikan oleh kepala bagian terapis, terapis, guru tutor, dan shadow Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

Hasil wawancara dengan kepala bagian terapis pondok pesantren al-achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“saya sebagai kabag terapis mengamati ketika terpis memberikan penerapan *cognitive behavioral play therapy* khususnya kepada anak autis *anger expression* dapat dilihat dari hari kehari emosional sang anak berkurang. Jadi dapat saya simpulkan bahwa *cognitive behavioral play therapy* ini efektif untuk digunakan mengurangi agresifitas anak autis”<sup>18</sup>

Adapun bukti bahwa penerepan pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* efektif terapis pondok pesantren al-achsaniyyah mengatakan bahwa:

“setelah beberapa kali anak-anak mengikuti pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* perubahannya sangat kelihatan. Adapun perubahan-perubahan dalam diri sang anak yaitu anak menjadi lebih fokus, kedisiplinannya juga meningkat, mampu menerima intruksi, lebih mandiri dan agresifitas menurun”<sup>19</sup>

Hasil wawancara dengan terapis Pondok Pesantren Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“menurut saya *cognitive behavioral play therapy* ini efektif untuk mengurangi agresifitas anak autis karna metode psikoterapi seperti ini secara tidak langsung bisa mempengaruhi pikiran sang anak. Ketika mereka sudah asik dengan permainan yang kita berikan anak lupa dengan permasalahan atau emosionalnya. Menurut saya permainan yang paling efektif dalam mengatasi anak

---

<sup>17</sup> Guru tutor ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 Agustus 2023, wawancara 3, transkrip.

<sup>18</sup> Kabag terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023, wawancara 1, transkrip.

<sup>19</sup> Terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 Agustus 2023, wawancara 2, transkrip.

autis anger expression yaitu *puzzle*, karena *puzzle* memerlukan fokus pikiran untuk mensinkronkan gambar, jadi biasanya anak autis lupa dengan kemarahannya karena anak autis membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyelesaikan *puzzle*”<sup>20</sup>

Hasil wawancara dengan salah satu guru tutor Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“menurut pengamatan saya sebagai guru tutor *cognitive behavioral play therapy* untuk mengatasi anak autis *anger expression* baik, karena anak autis yang awal mulanya di pegang sepenuhnya oleh terapis sekarang semakin bertambah yang mengikuti kelas besar saya. Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan *cognitive behavioral play therapy* cukup efektif digunakan untuk mengurangi agresifitas anak autis”<sup>21</sup>

Hasil wawancara dengan salah satu *shadaow* (penjaga anak) di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“selama saya ikut mendampingi anak bersama para guru tutor, anak autis *anger expression* yang asal mulanya banyak di kelompok perawatan sekarang sudah cukup berkurang, anak autis *anger expression* sudah naik satu tingkat yaitu di kelompok pra mandiri. Sedangkan anak yang asalnya di kelompok pra mandiri. menurut saya *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak autis *anger expression* cukup efektif. Pelaksanaan terapi bisa dikatakan efektif atau tidak, berhasil ataupun tidak itu kan bisa dilihat dari adanya peningkatan”<sup>22</sup>

Pelaksanaan konseling individu dilaksanakan 45 menit setiap anak, sebelum melaksanakan konseling individu konselor melakukan kontak mata terlebih dahulu agar anak merasa nyaman dan aman. Untuk pelaksanaan konseling kelompok pelaksanaannya kurang lebih sekitar 1 jam guru tutor dibantu oleh dua sampai tiga *shadow* untuk mengondisikan anak yang jumlahnya banyak.

---

<sup>20</sup> Terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023, wawancara 2, transkrip.

<sup>21</sup> Guru tutor ponpes, wawancara oleh peneliti 4 agustus 2023, wawancara 3, transkrip.

<sup>22</sup> *Shadow* ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 agustus 2023, wawancara 4, transkrip.

## 2. Hambatan *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi Anak Autis *Anger Expression* Anak Autis Di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Dalam pelaksanaan pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah tentu saja terdapat faktor-faktor penghambat dalam proses pelaksanaannya. Faktor penghambatnya yaitu dari keadaan emosi atau susana hati anak autis itu sendiri, ketika sang anak suasana hatinya ceria dia juga mudah untuk di ajak terapi bermain. Ketika suasana hatinya lagi tidak baik dan terapis tidak mengetahui keinginan sang anak biasanya anak autis marah-marah dan melempar media bermainnya, kalau sudah seperti itu anak autis sulit untuk diajak terapi bermain.

Hasil wawancara dengan kepala bagian terapis di pondok pesantren al-achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“hambatan ketika pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* untuk mengatasi anak autis *anger expression* yaitu ketika sang anak mengalami tantrum, ketika sang anak mengalami tantrum terapis sulit untuk mengendalikan secara tidak langsung waktunya habis untuk mengondisikan, walau pun tidak habis sepenuhnya setidaknya waktu tersebut dapat di alokasikan untuk progam yang lainnya, kalau emosi sang anak belum setabil sepenuhnya tetapis mau memberikan materi juga kesulitan. Ketika terapis dan anak sudah merasa ada kontak mata dan sang anak sudah tenang dan juga patuh, kalau tidak ada kontak mata dan sang anak belum sepenuhnya tenang terapis kesulitan untuk melakukan *play therapy*. Ketika sang anak belum sepenuhnya tenang terapis melakukan prom (membantu) semisal kita suruh ambil bola sampai kita ulangi tiga kali sang anak tidak bisa kita harus ngeprom (membantu) dia ambil bola dan memberi contoh”<sup>23</sup>

Hasil yang didapatkan peneliti dari wawancara tersebut menunjukkan bahwa sedikit susah untuk mengerti kemauan anak autis dan mengondisikannya *anger expression* ataupun tantrum menjadi faktor penghambat dalam pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy*.

---

<sup>23</sup> Kabag terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023, wawancara 1, transkrip.

Berdasarkan hasil wawancara dengan terapis Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“kendala saat pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* biasanya itu dari diri sang anak sendiri, karena tipe anak autisme mudah tantrum. Terkadang baru sampe ruangan terapis baru duduk baru beberapa menit sudah pengen kembali ke asrama, padahal kita memerlukan dokumentasi untuk orang tua. Karena kita wajib ada laporan dokumentasi dengan orang tua, biasanya kita turutin aja apa kemauan sang anak. Ketika sang anak mau kembali ke asrama ya kita kembalikan ke asrama bersama shadownya. Karena waktu terapis setiap anak kurang lebih 45 menit, maka ketika sang anak sudah bisa dikondisikan oleh shadownya kita lakukan *play therapy* didalam asrama. *Play therapy* di pondok pesantren al-achsaniyyah ini tidak selalu dilaksanakan di dalam ruang terapis, biasanya juga di halaman, di asrama dan semisal ada anak autisme yang sudah bisa memungkinkan untuk mengikuti *play therapy* kelas besar dengan guru tutor yang biasanya dilaksanakan di aula Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah”<sup>24</sup>

Dari penelitian lapangan yang sudah dilakukan oleh peneliti adapun hambatan anak autisme *anger expression* ketika mengikuti *play therapy* dengan kelas besar dengan jumlah anak yang cukup banyak faktor penghambatnya adalah asik dengan dirinya sendiri, melempar atau mendorong media bermain, memukul teman, marah-marah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru tutor di pondok pesantren al-achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“kalau kendala ketika ngajar dikelas besar itu bermacam-macam, karena dikelas besar tidak satu spesifikasi anak. Semisal satu kelompok autisme semua, satu kelompok ADHD semua, satu kelompok *down syndrom* semua. Di pondok pesantren al-achsaniyyah ini jadi satu cuma yang membedakan itu satu kelompok perawatan, satu kelompok pra mandiri, dan satu kelompok mandiri jadi di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah ini kita kelompokkan sesuai kemampuannya. Jadi kita ketika melaksanakan kegiatan *play therapy* kendalanya itu biasanya meraka

---

<sup>24</sup>Terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023, wawancara 2, transkrip.

pada asik sendiri, lari-larian, berantakin media bermainnya, merobek kertas, terkadang juga ada yang sampai memukul temannya. Makanya saya disi sebagai guru tutor yang mengisi kelas besar seperti ini saya tidak sendirian, saya biasanya dibantu oleh dua sampai tiga *shadow*”<sup>25</sup>

Wawancara dengan salah satu *shadow* (penjaga anak) Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah memaparkan bahwa:

“kalau hambatannya ketika anak *anger expression* itu mengikuti kelas besar seperti ini dia biasanya suka berantakin media yang akan di buat bermain terkadang dia lari-lari dan memukul temannya. Karna kita melaksanakan *play therapy*nya di aula pondok pesantren yang notabahnya lebih luas dari pada ruang terapis jadi dia lebih leluasa untuk lari-larian, tetapi ketika dia sudah tenang anak autis *anger expression* sangat senang dan semangat mengikuti *play therapy*”<sup>26</sup>

Ketika ada faktor penghambat pastinya ada faktor pendukungnya, adapun faktor pendukungnya dari penelitian lapangan yang sudah dilakukan oleh peneliti terkait *cognitive behavioral play therapy* untuk mengatasi anak autis *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Wawancara dengan salah satu terapis Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“kalau faktor pendukung *cognitive behavioral play therapy* untuk anak autis *anger expression*, saya selaku terapis disini karena saya melaksanakan terapi untuk sang anak ini *one on one* jadi faktor pendukungnya yang pertama yaitu media bermain yang banyak. Ketika media bermainnya banyak anak autis *anger expression* emosionalnya berkurang. Dan faktor pendukung yang ke dua yaitu emosi ataupun suasana hati sang anak itu sendiri, ketika suasana hati sang anak itu bagus kita juga melaksanakan kegiatan *play therapy* juga lancar dan cepat selesai”<sup>27</sup>

---

<sup>25</sup> Guru tutor ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 Agustus 2023, wawancara 3, transkrip.

<sup>26</sup> *Shadow* ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 Agustus 2023, wawancara 4, transkrip.

<sup>27</sup> Terapis pondok, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023, wawancara 2, transkrip.



Wawancara dengan sengan salah satu guru tutor Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah yang mengatakan bahwa:

“faktor pendukung dalam proses penerapan pelaksanaan *play therapy* dalam kelas besar tentu saja yang pertama media bermainnya, semisal waktu satu jam kita kasih dua atau tiga permainan ketika dia sudah ada kontak mata pada *play therapy* yang pertama maka biasanya di *play therapy* yang berikutnya dia lebih antusias. Faktor pendukung yang ke dua yaitu diri dari sang anak itu sendiri, ketika dia sudah bisa mengontrol diri dapat dipastikan kegiatan *play therapy* juga akan berjalan lancar. Dan faktor pendukung yang ke tiga yaitu teman, ketika ada teman anak autis *anger expression* lebih bersemangat untuk mengikuti proses pelaksanaan *play therapy*”<sup>28</sup>

Dari uraian diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada dua faktor penghambat konseling individu dan dua faktor penghambat konseling kelompok. Faktor penghambat dalam konseling individu yang pertama yaitu ketika anak tantrum dan yang kedua yaitu anak ketika melaksanakan konseling kelompok terkadang minta balik ke asrama. Faktor penghambat konseling kelompok yang pertama yaitu anak suka lari-larian dan yang kedua suka saling mengganggu teman yang lain.

### C. Analisis Penelitian

Setelah mendapatkan data dari proses wawancara, observasi serta dokumentasi pada lokasi penelitian dengan sumber yang terpercaya oleh pihak yang bersangkutan selanjutnya peneliti menganalisa terkait Pelaksanaan *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi Anak *Anger Expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.

#### 1. Analisis Pelaksanaan *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi Anak *Anger Expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

*Cognitive behavioral play therapy* yang diterapkan pondok pesantren Al-Achsaniyyah tidak terlepas dari peran terapis dan guru tutor dengan menggunakan model bimbingan konseling individu dan kelompok. Namun, sebelum itu kita harus mengetahui terlebih dahulu tentang bagaimana *anger expression* yang terjadi pada anak, sehingga proses konseling melalui

---

<sup>28</sup> Guru tutor ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 Agustus 2023, wawancara 3, transkrip.

*cognitive behavior therapy play therapy* dapat dibuktikan hasilnya. Berikut adalah penjelasan terkait hal tersebut:

a. Bentuk-Bentuk *Anger Exspression* Yang Terjadi Pada Anak Autis di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Anak autis kerap kali mengalami masalah dalam komunikasinya sehingga membuat mereka lebih agresif dibanding dengan anak-anak lain. Hasil penelitian menunjukkan bentuk-bentuk *anger exspression* pada anak diantaranya adalah:

1) Marah

Marah adalah salah satu bentuk ekspresi diri yang berbentuk pemberontakan dalam diri ketika mendapatkan sesuatu yang tidak kita sukai. Seperti yang terjadi Anak-anak autis di pondok pesantren al-achsaniyyah yang kerap kali melakukan tindakan marah dengan orang-orang di sekelilingnya mulai dari teman, guru, terapis, hingga shadow.

2) Melukai diri sendiri

Melukai diri sendiri adalah perbuatan negatif yang beresiko cedera. Perilaku ini dialami oleh anak-anak autis yang sering kali melukai dirinya sendiri dengan cara memukul kepala, menggigit tanganya, menampar wajahnya, hingga mereka mengalami luka dan memar di tubuhnya.

3) Melukai orang lain

Selain melukai diri sendiri, anak-anak autis di pondok pesantren al-achsaniyyah juga sering kali melukai orang-orang lain di sekitarnya dengan cara memukul, mendorong, dan mencakar.

4) Teriak tidak jelas

Teriak menjadi salah satu bentuk yang paling utama dalam *anger rexspression* yang ditunjukkan oleh anak autis. Karena jika salah satu diantara mereka berteriak, otomatis teman-temannya juga ikut berteriak. Sehingga hal ini menyebabkan proses belajar menjadi tidak kondusif.<sup>29</sup>

Perlu diketahui bahwa perilaku *anger exspression* pada anak autis tidak menandakan bahwa anak itu nakal, karena anak autis adalah anak yang memiliki masalah

---

<sup>29</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah pada tanggal 3 Juli 2023.

sensorik, sehingga cara dia mengolah emosi pun beda dengan orang pada umumnya. Mereka cenderung lebih agresif ketika tidak nyaman karena tidak bisa menyampaikan apa yang dirasakan oleh tubuhnya.

- b. *Konseling Individual dalam Pelaksanaan Cognitive Behavioral Play Therapy dalam Mengatasi Anak Anger Expression di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.*

Seorang terapis di pondok pesantren Al-Achsaniyyah bertugas sebagai konselor yang menggunakan model konseling individual dengan menggunakan metode *play therapy* seperti *puzzle*, lego, balok susun, *maching* gambar, mewarnai, meronce, *bowling*, memasukan lingkaran ring ke dalam tiang, dan memasukan bola dalam keranjang. Dalam pelaksanaannya, terdapat dua tahapan yang terdiri dari:

1) Tahap Persiapan

Berikut adalah beberapa hal yang perlu dipersiapkan dalam tahap persiapan pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy*:

- a) Mempersiapkan media bermain yang digunakan untuk anak autis yang akan di terapi.
  - b) Mempersiapkan ruangan terapi
  - c) Menjemput anak di asrama.
  - d) Melakukan kontak mata dengan anak autis agar mereka lebih tenang dan dapat mengikuti intruksi yang diberikan.
  - e) Mempersiapkan lebih dari 1 permainan.
- 2) Tahap Pelaksanaan

Berikut adalah beberapa hal yang dilakukan terapis dalam tahap pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy*:

- a) Memberikan contoh permainan terlebih dahulu
- b) Melakukan prom (bantuan) ketika anak belum faham
- c) Memantau anak jika sudah memahami permainan
- d) Jika permainan selesai dan masih ada waktu yang tersisa, terapis akan mengganti dengan permainan baru.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup>Kabag terapis ponpes, wawancara oleh peneliti, 18 Juli 2023.

**1) *Konseling Kelompok dalam Pelaksanaan Cognitive Behavioral Play Therapy dalam Mengatasi Anak Anger Expression di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah.***

Guru tutor di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah bertugas sebagai konselor yang menggunakan model konseling kelompok melalui metode *play therapy* seperti menggambar, mewarnai, permainan ular naga, menyanyi, dan memecahkan balon. berikut adalah tahapan-tahapan dalam pelaksanaan *play therapy* untuk mengatasi anak *anger expression* di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah:

- 1) Tahap Persiapan
  - a) Mengetahui klasifikasi dari anak autis yang terdiri dari kelompok perawatan, pra mandiri, dan mandiri
  - b) Mengetahui karakteristik anak autis yang emosinya belum stabil, kemampuan komunikasinya kurang, dan interaksi sosial yang minim.
  - c) Menyiapkan peralatan bermain
  - d) Menjelaskan secara singkat dan jelas tata cara bermain agar anak mudah memahami.
- 2) Tahap pelaksanaan
  - a) Memberikan bantuan dari awal permainan sampai selesai
  - b) *Shadow* wajib mendampingi dalam setiap permainan agar memudahkan guru tutor dalam proses *play therapy*
  - c) *Shadow* bertugas untuk menenangkan anak ketika ada yang tantrum.<sup>31</sup>

**2) *Hasil Pelaksanaan Cognitive Behavioral Play Therapy dalam Mengatasi Anak Anger Expression di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah***

Berdasarkan hasil observasi dengan mewawancarai pihak-pihak terkait, terdapat beberapa hasil yang diperoleh dalam pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak *anger expression* di pondok pesantren Al-Achsaniyyah diantaranya adalah:

- 1) Anak lebih fokus
 

Anak menjadi lebih fokus dalam proses belajar sehingga mereka mampu memahami materi dengan baik.

---

<sup>31</sup>Guru tutor ponpes, wawancara oleh peneliti, 4 Agustus 2023.

- 2) Anak lebih disiplin  
Mereka mulai mampu mengatur waktu. Artinya, mereka mengetahui tiap-tiap kegiatan yang di ikuti seperti mengerti aturan-aturan ketika belajar, ketika bermain, dan ketika makan.
- 3) Mampu menerima intruksi  
Dalam proses belajar, mereka lebih mampu menerima intruksi. Sehingga proses belajar mengajar bisa lebih lancar dan kondusif.
- 4) Kemandirian meningkat  
Kemandirian yang meningkat dapat dilihat dari anak-anak yang awalnya berada pada kelas persiapan menjadi pra mandiri, dan anak yang berada di kelas pra mandiri menjadi kelas mandiri.
- 5) Keagresifan menurun  
Anak-anak bisa lebih tenang ketika bertemu dengan lingkungannya, terlebih orang-orang baru yang ditemui. Bahkan, mereka kadang bisa ramah terhadap orang baru yang datang dengan langsung mengucapkan hallo dan memperkenalkan diri.<sup>32</sup>

Teori dari Linschoten mengatakan bahwa *anger expresion* muncul karena ada rasa ketidak nyamanan yang pada akhirnya membuat individu pada saat itu mengalami perubahan sikap. Tetapi, semua itu tergantung bagaimana individu menyikapi, jika individu dapat menyikapi dengan baik maka individu mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dapat menentukan responsa tau Tindakan yang tepat, dan lebih bisa mengontrol diri dari segala sesuatu yang di hadapi.<sup>33</sup>

Hal ini selaras dengan pendapat diatas yang menunjukkan adanya perkembangan anak autisme terlihat dari hari ke hari emosinya berkurang, agresifitas pada anak juga berkurang dan dibuktikan juga dengan banyaknya kelompok yang saat ini naik dalam satu tingkatan, yang awalnya berada pada kelompok perawatan menjadi pra mandiri, dan kelompok pra mandiri menjadi kelompok mandiri.

---

<sup>32</sup>Observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyah pada tanggal 3 Juli 2023.

<sup>33</sup>Safiruddin Al Baqi, "Ekspresi Emosi Marah" *Buletin Psikologi* 23, no. 1 (2015): 22.



Teori dari LaBauve yang menjelaskan terkait beberapa model *play therapy*, salah satunya adalah *Model Eksistensialisme* yang memiliki pandangan bahwa anak-anak ialah manusia berguna, unik, dan pertolongan terhadap diri sendiri dapat mendorong aktualisasi diri. Pendekatan ini menangani anak-anak yang mengalami kesulitan dalam berkembang sesuai dengan keunikannya yang melemahkan pertumbuhan dirinya sehingga mengalami penolakan dalam menjalin hubungan dengan temannya.<sup>34</sup>

Sejalan dengan teori dari LaBauve untuk mengendalikan *anger expression* pada anak, tentunya pondok pesantren Al-Achsaniyyah mempunyai cara tersendiri dalam prosesnya yaitu salah satunya dengan melalui *play therapy*. Karena psikoterapi seperti ini secara tidak langsung sangat berpengaruh pada perkembangan anak. Model *play therapy* yang digunakan adalah *therapy eksistensialisme* dengan melihat individu yang di tangani adalah anak-anak autis yang mempunyai keterbatasan dalam pribadi sosialnya. Selain itu, seperti yang dijelaskan sebelumnya bahwa *play therapy* juga dapat melatih fokus, lebih disiplin, mampu menerima intruksi, kemandirian meningkat, dan keagresifan menurun. Sehingga sangat perlu dilakukan *play therapy* yang sesuai untuk membentuk pribadi yang mandiri dan membangun interaksi sosial dengan lingkungannya melalui beberapa permainan yang sudah dijelaskan sebelumnya.

## 2. Analisis Hambatan *Cognitive Behavioral Play Therapy* dalam Mengatasi Anak *Anger Expression* Anak Autis Di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah

Berikut adalah beberapa hambatan dalam pelaksanaan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi anak *anger expression* anak autis di pondok pesantren Al-Achsaniyyah:

### a. Hambatan dalam Pelaksanaan Konseling Individu

#### 1) Tantrum

Ketika anak autis tantrum, waktu terbuang untuk mengondisikan dan menstabilkan emosi pada anak. Akibatnya, terapis kesulitan untuk memberikan materi *play therapy*. Ketika anak belum bisa tenang maka terapis memberikan prom.

---

<sup>34</sup> Alice Zellawati, "Terapi Bermain Untuk Mengatasi Permasalahan Pada Anak." *Jurnal Ilmiah Informatika* 2, no. 3 (2011): 168."

- 2) Minta kembali ke asrama ketika baru duduk  
Ketika anak tiba-tiba meminta untuk kembali ke asrama padahal terapis memerlukan dokumentasi untuk laporan kepada orang tua, terapis harus menuruti kemauan anak dengan di dampingi oleh *shadownya* kemudian melakukan *play therapy* di asrama.
- b. Hambatan dalam Pelaksanaan Konseling Kelompok
  - 1) Kelas besar tidak spesifik pada satu anak  
Pada kelas besar, anak-anak tidak dibedakan klasifikasinya antara anak autisme, ADHD, dan *down syndrome*. Tetapi, di pondok Al-Achsaniiyah ini hanya dibedakan sesuai kemampuannya saja yang terdiri dari kelompok perawatan, pra mandiri, dan mandiri. Sehingga, anak sulit untuk fokus dalam mengikuti *play therapy*.
  - 2) Kelas besar dilaksanakan di aula pondok  
Pada kelas besar, *play therapy* dilakukan di aula pondok yang tempatnya lebih besar dan luas dari ruang terapis. Sehingga, anak juga lebih leluasa untuk lari dan tidak kondusif.

