



**UNIVERSITAS INDONESIA**

**PELATIHAN KETERAMPILAN MEMECAHKAN MASALAH PADA  
ANAK YANG CENDERUNG MENAMPILKAN PERILAKU  
*OPPOSITIONAL***

*(Problem Solving Skills Training for Child with Oppositional Behaviour)*

**TUGAS AKHIR**

**Nama: Listiyo Andini, S.Psi  
NPM: 0706182974**

**Kekhususan Psikologi Klinis Anak  
Program Studi Magister Profesi Psikologi  
Fakultas Psikologi  
Depok, 2009**



**UNIVERSITAS INDONESIA**

**PELATIHAN KETERAMPILAN MEMECAHKAN MASALAH PADA  
ANAK YANG CENDERUNG MENAMPILKAN PERILAKU  
OPPOSITIONAL**

*(Problem Solving Skills Training for Child with Oppositional Behaviour)*

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister  
Profesi Psikologi**

**Nama: Listiyo Andini, S.Psi  
NPM: 0706182974**

**Kekhususan Psikologi Klinis Anak  
Program Studi Magister Profesi Psikologi  
Fakultas Psikologi  
Depok, 2009**

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Listiyo Andini, S.Psi

NPM : 0706182974

Program Studi : Magister Profesi Klinis Anak

Judul Tugas Akhir : Pelatihan Keterampilan Memecahkan Masalah pada Anak yang Cenderung Menampilkan Perilaku *Oppositional*

Menyatakan bahwa Tugas Akhir ini adalah karya saya sendiri. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya telah mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi dari Fakultas Psikologi UI apabila terbukti melakukan tindakan plagiarisme.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Depok, 23 Juni 2009

A handwritten signature in black ink is written over a rectangular stamp. The stamp contains the text '600' and 'KEMENTERIAN'.


(Listiyo Andini, S.Psi)

## LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh :  
Nama : Listiyo Andini, S. Psi  
NPM : 0706182974  
Program Studi : Psikologi Klinis Anak  
Judul Tugas Akhir : Pelatihan Keterampilan Memecahkan Masalah  
pada Anak yang Cenderung Menampilkan  
Perilaku *Oppositional*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister pada Program Magister Profesi Psikologi Klinis Anak Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia.

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Dra. Erniza B. Joewono, M. Si. (  )

Penguji : Prof. Hera Lestari Mikarsa, Ph. D. (  )

Depok, 23 Juni 2009

Ketua Program Pascasarjana  
Fakultas Psikologi  
Universitas Indonesia

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Indonesia



Dr. Hamdi Muluk  
NIP. 19660331 199903 1 001



Dr. Ahmad Dahlan Mansoer, M.Org.Psy.  
NIP. 19490403 197603 1 002

## KATA PENGANTAR / UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Penulisan tugas akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Magister Profesi Psikologi Klinis Anak di Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Saya menyadari tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan masa kuliah hingga penyusunan tugas akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

- (1) Dra. Erniza B. Joewono, M. Si., selaku pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan tugas akhir ini;
- (2) Prof. Hera Lestari Mikarsa, Ph. D., selaku penguji yang telah memberikan masukan dan kritikan mengenai tugas akhir ini;
- (3) Dra. Dini P. Daengsari, M. Si.; Rini Hildayani, M. Si.; dan staff pengajar lainnya, selaku supervisi penanganan kasus yang banyak memberikan bimbingan dan *sharing*;
- (4) Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral;
- (5) Teman-teman KLA 8, "*Thanks, all of you are one of the best part who colouring my life*";
- (6) Rio Antonio, S. T., M. Ak., yang memberikan dukungan dan semangat besar, "*Thank you for all that you gave and will give to me*";
- (7) Pihak-pihak lain yang telah membantu penyelesaian tugas akhir ini, seperti petugas administrasi, petugas perpustakaan, para orang tua dan klien .

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga tugas akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, Juni 2009

Penulis

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS  
(Hasil Karya Perorangan)**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

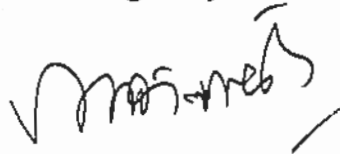
Nama : Listiyo Andini, S.Psi  
NPM : 0706182974  
Program Studi : Psikologi Klinis Anak  
Fakultas : Psikologi  
Jenis karya : Tugas Akhir

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :  
Pelatihan Keterampilan Memecahkan Masalah pada Anak yang Cenderung Menampilkan Perilaku *Oppositional*

beserta perangkat yang ada (bila diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggungjawab saya pribadi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok  
Pada tanggal : 23 Juni 2009  
Yang menyatakan



(Listiyo Andini, S.Psi)

## ABSTRAK

Nama : Listiyo Andini  
Program studi : Profesi Psikologi Klinis Anak  
Judul : Pelatihan Keterampilan Memecahkan Masalah pada Anak yang Cenderung Menunjukkan Perilaku *Oppositional*.

Pelatihan keterampilan memecahkan masalah dalam tugas akhir ini diberikan pada anak yang cenderung menunjukkan perilaku *oppositional*, yaitu tidak menyukai peraturan, cenderung menampilkan respon "tidak" setiap mendapatkan perintah, terbatasnya kemampuan F dalam mencari solusi alternatif, dan tidak mempertimbangkan adanya konsekuensi atas respon yang dipilih. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan anak dalam memecahkan masalah saat menghadapi situasi sosial yang sulit dan memilih respon sosial yang tepat dengan menggunakan pendekatan *cognitive-behavior*. Pelaksanaan intervensi dilakukan dalam 6 sesi pertemuan, dengan durasi 45-60 menit. Hasil pelatihan ini adalah anak menganggap peraturan adalah hal yang biasa dalam kehidupan sehari-hari, mengetahui adanya alternatif solusi dalam menghadapi suatu masalah dan adanya konsekuensi pada setiap alternatif solusi tersebut.

Kata kunci:

*Problem solving skills training, oppositional, cognitive behavior*

## ABSTRACT

Name : Listiyo Andini  
Major : Child Clinical Psychology  
Title : Problem Solving Skills Training for Child with Oppositional  
Behaviour

Problem solving skills training in this final task is applied to oppositional child; who dislike the rules, tends to say "No" to authority figure commands, incapable to find alternative solutions, and could not consider consequences of his inappropriate behavior. The aim of this intervention which uses cognitive-behavior approach is to improve the child's ability to solve social situation problems and show appropriate behavior. This intervention is conducted in 6 sessions; with the duration of each session is 45-60 minutes. The result of this intervention is considering that rules are regular things in daily life, capable to generate alternative solutions to solve problems in social situations, and knowing the consequences of his inappropriate behavior.

Key words:

Problem solving skills training, oppositional, cognitive-behavior approach



## DAFTAR ISI

|   |           |
|---|-----------|
| HALAMAN JUDUL .....   | i         |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....   | ii        |
| HALAMAN PENGESAHAN .....  | iii       |
| KATA PENGANTAR/UCAPAN TERIMA KASIH .....  | iv        |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....  | v         |
| ABSTRAK .....   | vi        |
| DAFTAR ISI .....  | viii      |
| DAFTAR SINGKATAN .....  | x         |
| DAFTAR TABEL .....  | xi        |
| <br>  |           |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>  | <b>1</b>  |
| 1.1 Identitas Subyek .....  | 1         |
| 1.2 Riwayat Kasus .....   | 1         |
| 1.3 Rasional Intervensi .....   | 3         |
| <br>  |           |
| <b>BAB 2 KERANGKA TEORETIS .....</b>  | <b>5</b>  |
| 2.1 Perilaku <i>Oppositional</i> .....  | 5         |
| 2.1.1 Karakteristik perilaku <i>oppositional</i> .....  | 5         |
| 2.1.2 Penyebab .....  | 6         |
| 2.1.3 Kontinum perilaku <i>oppositional</i> .....   | 8         |
| 2.2 <i>ProblemSolving</i> .....   | 9         |
| 2.2.1 Prinsip-prinsip dalam keterampilan memecahkan masalah .....   | 9         |
| 2.2.2 Tahap pemecahan masalah .....   | 10        |
| 2.3 Problem solving skills training (PSST) untuk anak Yang menampilkan perilaku <i>oppositional</i> ..... | 13        |
| 2.3.1 Tujuan .....  | 13        |
| 2.3.2 Program problem solving skills training ...   | 14        |
| 2.3.3 Pelaksanaan problem solving skills training   | 17        |
| 2.4 Keterlibatan orang tua dalam intervensi .....   | 17        |
| <br>  |           |
| <b>BAB 3 RANCANGAN PROGRAM INTERVENSI.....</b>  | <b>19</b> |
| 3.1 Tahap pendahuluan.....  | 19        |
| 3.2 Tahap Pelaksanaan .....   | 19        |
| 3.2.1 Rancangan <i>problem solving skills training</i>  | 20        |
| 3.3 Tahap evaluasi .....  | 28        |
| <br>  |           |
| <b>BAB 4 HASIL PROGRAM INTERVENSI .....</b>   | <b>29</b> |
| 4.1 Tahap pendahuluan .....   | 29        |
| 4.2 Proses pelaksanaan program intervensi .....   | 31        |
| 4.3 Tahap evaluasi .....  | 40        |
| <br>  |           |
| <b>BAB 5 KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN .....</b>   | <b>42</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....  | 43        |
| 5.2 Diskusi .....   | 43        |
| 5.3 Saran .....   | 46        |

|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| <b>DAFTAR REFERENSI .....</b>  | <b>48</b> |
| <b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b> | <b>51</b> |



## DAFTAR SINGKATAN

- PS : Problem solving  
PSST : Problem Solving Skills Training



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tabel *Token* dan *Reward*

Tabel 4. 1 Hasil observasi dan wawancara tahap pendahuluan

Tabel 4. 2 Jadwal pelaksanaan PSST

Tabel 4. 3 Hasil perolehan *token*

Tabel 5. 1 : Perbandingan sebelum dan sesudah PSST



## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1. 1. Identitas Kasus

|                          |                               |
|--------------------------|-------------------------------|
| Nama (Inisial)           | : F                           |
| Jenis kelamin            | : Laki-laki                   |
| Tempat/ tanggal lahir    | : Jambi/ 26 Desember 1999     |
| Usia                     | : 9 tahun 5 bulan             |
| Pendidikan               | : Kelas 3 SD                  |
| Suku bangsa              | : Betawi – Melayu             |
| Agama                    | : Islam                       |
| Alamat rumah             | : Depok                       |
| Kedudukan dalam keluarga | : Anak ke 1 dari 2 bersaudara |

### 1. 2. Riwayat Kasus

F adalah anak laki-laki berusia 9 tahun. Ia anak pertama dari dua bersaudara. Adiknya (S) perempuan dan berusia 10 bulan, yang lahir saat F berusia 8 tahun. Saat ini, F duduk di kelas 3 SD. Berdasarkan hasil pemeriksaan psikologis, F memiliki tingkat kecerdasan yang berada pada taraf *very superior* dengan IQ=129 (skala Weschler). Dengan kecerdasan jauh di atas rata-rata, F tidak mengalami kesulitan di bidang akademis yang terlihat dari prestasi akademis di atas rata-rata kelas. Akan tetapi, F menunjukkan masalah dalam aspek emosional yang muncul dalam perilaku yang tidak sesuai.

Ayah dan ibu tidak menerapkan pola asuh yang sama. Awalnya, mereka menerapkan pola asuh permisif. Saat ini ayah cenderung berusaha memberikan konsekuensi tetapi tidak konsisten. Sementara ibu tidak pernah memberikan konsekuensi terhadap pelanggaran yang dilakukan F. Ketika F tidak mematuhi perintah atau peraturan yang diterapkan di rumah, ayah menjewer telinga F. F akan menangis atau hanya diam saja, tetapi tidak selalu langsung mengerjakan perintah atau peraturan tersebut. F mengatakan bahwa ia marah, tetapi ia tidak mengekspresikan secara langsung.

F menganggap kedudukan anak, ayah, dan ibu adalah sejajar. Ia bahkan menganggap dirinya harus memiliki kedudukan lebih tinggi dibandingkan ayah, ibu, dan guru. F sering menolak perintah orang dewasa, terutama orang tua, dan mematuhi peraturan-peraturan yang ditetapkan di rumah. F mengatakan bahwa ia tidak menyukai aturan, "*Aku ga suka aturan, I don't like*". Menurut F aturan-aturan yang diberikan kepadanya telah melanggar haknya sebagai anak, misalnya hak untuk bermain dan menonton tv. Akibatnya, F lebih banyak menentang peraturan atau perintah yang diberikan.

F mengatakan bahwa ia tidak harus memiliki sopan santun dengan orang lain. F juga sering membantah perkataan atau perintah orangtua. Ketika mendapatkan teguran atau nasehat, F sering memberikan komentar atau mengajak beradu pendapat, terutama terhadap orang tuanya. F juga mengajak ibu beradu pendapat dalam waktu yang lama ketika permintaannya tidak dipenuhi. F akan berusaha mengemukakan berbagai alasan atau jawaban supaya permintaannya dipenuhi.

Di sekolah, guru sering menegur F yang sering mengobrol saat pelajaran berlangsung. Guru memberikan peringatan kepada F, tetapi F hanya terdiam beberapa menit lalu ia kembali mengobrol. Saat ada tugas di kelas (terutama tugas menulis), F diperingatkan untuk segera mengerjakan tugas tersebut, tetapi F lebih memilih mengobrol dan baru mengerjakan tugas setelah waktu pengerjaan hampir habis. Guru sudah mendampingi F agar segera mengerjakan tugas tersebut. Akan tetapi, F hanya mengerjakan beberapa kalimat lalu berhenti dan kembali mengobrol. Tugas yang tidak selesai tersebut kemudian menjadi pekerjaan rumah. Guru tidak memberikan hukuman terhadap kebiasaan F yang suka mengobrol karena prestasi akademis F tergolong di atas rata-rata. Meskipun prestasi F tergolong di atas rata-rata kelas, namun F sering tidak teliti, tidak fokus, dan terburu-buru dalam mengerjakan tugas sehingga hasilnya tidak optimal.

Selain menunjukkan perilaku tidak patuh dan menentang terhadap orang dewasa. F juga menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan perilakunya. Ketika ada yang bertamu di rumah, F berteriak-teriak atau bergerak aktif, seperti melompat, naik kursi, atau memainkan benda-benda yang ada di sekitarnya dengan cara yang tidak sesuai dengan fungsi benda tersebut. Dalam interaksi

sosial dengan temannya, F mengalami kesulitan dalam mengendalikan perilakunya ketika mendapatkan gangguan atau ejekan. Jika ada teman yang memukulnya, F akan langsung membalasnya dengan pukulan yang lebih keras. Begitu juga jika ada teman yang mengejeknya, ia akan mengejek kembali temannya dengan suara yang lebih keras. F juga tidak pernah meminta maaf ketika ia melakukan kesalahan.

Perilaku F yang cenderung negativistik (tidak patuh), *defiant* (menentang) dan agresif menyebabkan F mengalami kesulitan dalam menjalin interaksi secara positif dengan orang lain, terutama terhadap orang dewasa (orang tua dan guru). Anak yang menampilkan perilaku *defiant* (menentang) cenderung keras kepala, bersikap negatif, dan berusaha mengendalikan lingkungan. Reaksi pertama yang muncul pertama kali dalam situasi apapun adalah "Tidak" (Greenspan, 1995). Beberapa perilaku tersebut ditampilkan oleh F yang mengindikasikan adanya kecenderungan perilaku *oppositional*. Ada beberapa intervensi yang efektif untuk anak yang menunjukkan perilaku *oppositional* yaitu *social competence training*, *social skills training*, *problem-solving skills training* dan *cognitive behavior-therapy* (Greenspan, 1997; Saphiro, 2005).

### 1. 3. Rational Intervensi

F cenderung menampilkan perilaku *oppositional* berupa menentang peraturan atau perintah orang dewasa. Ia mengatakan bahwa ia tidak menyukai peraturan karena telah melanggar haknya sebagai anak, misalnya bermain dan menonton tv. Anggapan bahwa peraturan telah melanggar haknya sebagai anak dan menganggap dirinya sejajar, bahkan lebih tinggi dibandingkan orang tua dan figur otoritas lain, merupakan salah satu bentuk distorsi negatif. Selain itu, respon yang ditampilkan F ketika menghadapi perintah dan peraturan dari figur otoritas adalah penolakan atau tidak mengerjakan perintah tersebut. Hal tersebut menunjukkan F cenderung terpaku pada satu respon (solusi) ketika menghadapi suatu situasi sosial. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi distorsi kognitif, terbatasnya kemampuan F dalam mencari solusi alternatif, dan tidak mempertimbangkan adanya konsekuensi atas respon yang dipilih adalah pelatihan keterampilan memecahkan masalah (*problem solving skills training*).

Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan memecahkan masalah dalam menghadapi situasi sosial yang sulit dan memilih respon sosial yang tepat dengan menggunakan pendekatan *cognitive-behavior* (Bedell & Lennox, 1997; Bushman, 2007; Kazdin, et. al., dalam Haugaard, 2008). Anak akan diajari langkah-langkah pemecahan masalah, termasuk didalamnya adalah kemampuan mengembangkan solusi-solusi alternatif saat menghadapi masalah (Bushman, 2007; Chang, D'Zurilla & Sanna, 2004; Friedberg & McClure, 2002). Berdasarkan penelitian, anak-anak yang menampilkan perilaku *oppositional* memiliki sejumlah dimensi kognitif yang berbeda dibandingkan anak-anak seusianya, antara lain kesulitan membaca *facial cues* dan kesulitan dalam pemecahan masalah (Crick & Dodge; Walker, et.al; dalam Bushman, 2007).

*Problem solving skills training* (PSST) merupakan salah satu intervensi yang merupakan tipe spesifik dari *cognitive-behavioral therapy* (CBT) sebagai penanganan khusus yang dibutuhkan dalam melatih anak keterampilan pemecahan masalah (Bushman, 2007). Ada beberapa alasan terkait dengan pentingnya melatih keterampilan memecahkan masalah pada anak yang menampilkan perilaku *oppositional*, antara lain: (1) banyak anak yang *oppositional* menampilkan kesulitan dalam area keterampilan ini dibandingkan anak-anak seusianya (Webster-Stratton & Lindsay, dalam Bushman, 2007), dan (2) anak menampilkan perilaku yang tidak sesuai dalam hubungan sosial (Coie; Loeber & Farrington; dalam Bushman, 2007). Dalam beberapa hasil penelitian, anak-anak dapat diajari langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi sosial yang terbukti efektif untuk mengubah perilaku anak (Bushman, 2007; Chang, D'Zurilla & Sanna, 2004; Friedberg & McClure, 2002).

Berdasarkan rasional intervensi dan perilaku-perilaku bermasalah yang ditampilkan F, pertanyaan dalam laporan tugas akhir ini adalah "apakah pelatihan keterampilan memecahkan masalah dapat menurunkan perilaku F yang cenderung *oppositional*?"



## BAB 2 KERANGKA TEORETIS

### 2. 1. Perilaku *Oppositional*

Perilaku *oppositional* merupakan perilaku yang biasanya muncul pada usia 2 tahun, masa pubertas, dan pada usia yang lebih dewasa (Hewitt, 2006). Onset perilaku tersebut biasanya muncul secara perlahan, yaitu pada 8 tahun usia awal anak (Wenar & Kerig, 2008). Perilaku *oppositional* dalam karya tulis ini mengacu pada istilah *Oppositional Defiant Disorder* dalam DSM-IV-TR (2000). *Oppositional Defiant Disorder* (ODD) merupakan salah satu masalah klinis anak yang sering terjadi pada anak-anak (Wenar & Kerig, 2008). Ada bukti yang menyatakan bahwa frekuensi perilaku ini menurun pada masa pertengahan kanak-kanak tetapi akan meningkat kembali pada masa remaja (Lahey, MacBurnett, & Loeber, dalam Wenar & Kerig, 2008). Berdasarkan suatu penelitian (Costello & colleagues, dalam Wenar & Kerig, 2008), prevalensi diagnosis ODD berada pada kisaran 2.1% pada anak usia 9 tahun, 4.1% pada anak usia 15 tahun, dan 2.2% pada anak usia 16 tahun.

Perilaku *oppositional* sering dianggap tahap normal perkembangan, terutama saat usia 2 tahun dan pra remaja. Akan tetapi, perilaku tersebut harus ditangani dengan serius ketika perilaku sering muncul dan konsisten dibandingkan anak-anak lain seusianya dan ketika perilaku ini mempengaruhi kehidupan sosial, keluarga, dan akademik anak (Martin, 2008).

#### 2. 1. 1. Karakteristik Perilaku *Oppositional*

Karakteristik utama perilaku *oppositional* adalah adanya perilaku negativistik (tidak patuh), *defiant* (menentang) dan *controfentional*. Mereka juga biasanya memiliki persepsi sosial yang tajam, sehingga mereka bisa belajar dengan cepat bagaimana memanipulasi orang-orang di sekitarnya untuk mendapatkan sesuatu yang sesuai dengan keinginannya; keterampilan sosial yang rendah; dan kurang empati (Greenspan, 1995; Sheets, 1997; Bushman, 2007). Anak sering menentang apa yang dikehendaki orang lain, seperti peraturan-peraturan yang diterapkan di

rumah dan sekolah. Respon anak yang muncul pertama kali adalah dengan mengatakan "tidak" atau beberapa respon negatif lainnya. Anak *oppositional* cenderung manipulatif sehingga orang tua terlihat harus memenuhi kebutuhan afeksi anak sesuai dengan keinginan anak. Hal tersebut menyebabkan anak sering memberikan pernyataan "Kamu tidak menyayangi saya" sebagai bentuk usaha untuk mendapatkan respon emosi dari orang tua (Sheets, 1997).

Berdasarkan DSM-IV-TR (2000), kriteria diagnostik untuk ODD adalah munculnya perilaku negativistik, permusuhan, dan ketidakpatuhan, antara lain: (1) sering lepas kendali; (2) sering beradu pendapat dengan orang dewasa; (3) sering menolak untuk mematuhi perintah orang dewasa atau peraturan; (4) sering mengganggu orang lain dengan sengaja; (5) sering menyalahkan orang lain atas kesalahannya atau perilakunya yang salah; (6) sensitif atau merasa diganggu oleh orang lain; (7) mudah marah dan menunjukkan rasa kesal; dan (8) mudah iri hati.

### 2. 1. 2. Penyebab

Tidak dapat diketahui pasti penyebab ODD. Beberapa peneliti menganggap ada *single-cause* atau *main-effects models* yang dapat menyebabkan perilaku-perilaku kompleks yang muncul pada ODD. Berikut ini merupakan beberapa faktor yang diduga menjadi penyebab ODD (Martin & Colbert, 1997; Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson, 2006; dan Wenar & Kerig, 2008), yaitu :

#### a. Faktor Biologis

Berdasarkan suatu penelitian (Raine, dalam Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson, 2006), faktor-faktor biologis *exogenous*, seperti terpapar oleh racun dan nikotin saat dalam kandungan, kekurangan nutrisi dan vitamin, dapat menyebabkan anak mengalami ODD. Akan tetapi, faktor-faktor tersebut tidak secara konsisten menjadi faktor penyebab. Adanya abnormalitas dalam *prefrontal cortex*, perubahan fungsi *neurotransmitter* dalam *serotonergic*, *noradrenergic*, dan sistem *dopaminergic*, serta tingkat *testosterone* dan *cortisol* juga diduga menjadi penyebab munculnya perilaku ODD.

#### b. Faktor Psikologis

Teori-teori *attachment* menyatakan bahwa ada manifestasi antara *insecure attachment* dan perilaku *disruptive* (Lyons-Ruth et al, dalam Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson. 2006; Wenar & Kerig, 2008). Perilaku *oppositional* dilihat sebagai tanda khusus terhadap orang tua yang tidak responsif terhadap anak. Berdasarkan penelitian Moffitts (dalam Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson. 2006), bahwa anak dengan perilaku komorbid ADHD, ODD, dan CD mengalami faktor beresiko intraindividual dan kontekstual multipel yang berawal pada janin dan mengarah pada bentuk kepribadian yang berlawanan pada saat dewasa sebagai manifestasi dasar resiko (Rutter et al, dalam Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson. 2006). Penelitian yang dilakukan Dodge (dalam Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson. 2006) memfokuskan pada kurangnya proses informasi sosial pada anak yang agresif, yaitu mengalami kesulitan dalam memahami petunjuk-petunjuk sosial, menunjukkan permusuhan, mengembangkan sedikit solusi terhadap suatu masalah, dan mengharapkan hadiah terhadap repon agresifnya (Steiner, Rensing, Arnold, Beitchman, & Benson. 2006).

Ada bukti yang menyatakan bahwa temperamen berpengaruh terhadap munculnya perilaku *oppositional* (Wenar & Kerig, 2008). Temperamen merupakan indikator paling awal akan masalah perilaku (Cartledge dan Milburn, 1995; Grainger, 2003; dalam Desvi, 2005). Temperamen akan berinteraksi dengan gaya manajemen orang tua dan bila gaya pengasuhan orang tua tidak sesuai maka akan memperparah masalah perilaku anak. Temperamen anak yang sulit cenderung membuat orang tua berusaha mengontrol perilaku anak secara berlebihan yang akan menambah intensitas perilaku melawan pada anak (Martin & Colbert, 1997). Anak yang memiliki temperamen *difficult* pada usia 7 tahun diprediksi akan menampilkan perilaku ODD pada saat remaja (Wenar & Kerig, 2008).

c. Faktor Sosial

Faktor-faktor ekologis, seperti kemiskinan, kurangnya struktur dan kekerasan komunitas dipercaya berkontribusi pada diagnosis ODD. Dalam proses sosial intrafamilial terlibat secara konsisten dalam patogenesis perilaku disruptif, khususnya kurangnya pengawasan dari orang tua, kurangnya

keterlibatan pengasuhan yang positif, praktek disiplin yang tidak konsisten, atau adanya kekerasan pada anak (Steiner, Remsing, Arnold, Beitchman, & Benson, 2006). Pola asuh orang tua juga merupakan salah satu faktor keluarga yang mempengaruhi munculnya perilaku *oppositional*. Misalnya, anak yang diasuh permisif akan cenderung tidak mandiri, tidak bertanggung jawab, agresif, dan cenderung manja (Martin & Colbert, 1997).

Orang tua yang memiliki anak cenderung *oppositional* kurang memiliki keterampilan-keterampilan dasar (dalam pengasuhan). Patterseon (dalam Bushman, 2007) mengungkapkan adanya strategi kontrol perilaku aversif dapat memperburuk masalah perilaku anak dan secara perlahan merusak efektifitas pengasuhan. Keluarga meningkatkan reinforcement negatif: orang tua memberikan perintah, anak menampilkan respon merengek, menangis, atau agresif; orang tua dan anak sama-sama meningkatkan intensitas tuntutan/responnya (Bushman, 2007). Kadangkala orang tua juga berusaha menerapkan disiplin tetapi tidak konsisten. Akibatnya, jika anak menampilkan perilaku yang sesuai akan diabaikan, dan jika tidak sesuai akan mendapatkan hukuman (Patterson, dalam Bushmanm 2007).

### 2. 1. 3. Kontinum Perilaku *oppositional*

Menurut Sheets (1997), perilaku *oppositional* memiliki 3 tingkatan, yaitu *mild*, *moderate*, dan *severe*:

1. *Mild opposition*, yaitu adanya perilaku bermasalah terhadap orang tua tetapi masih bisa diatur. Anak dengan *mild opposition* mematuhi perintah orang tua tetapi memberikan komentar atau menunjukkan perilaku menentang, misalnya membanting pintu.
2. *Moderate oppositional*, munculnya perilaku *defiant* (menentang) yang dilakukan secara konsisten dan dalam situasi yang berbeda-beda. Anak cenderung argumentatif dengan orang tua dan orang dewasa lainnya. Anak menjadi marah dan emosional selama konfrontasi dengan orang dewasa. Orang tua merasa tidak berdaya saat menghadapi anak dengan tipe ini.
3. *Severe oppositional* dikarakteristikan dengan perilaku merusak atau berbahaya. Orang tua memiliki sedikit kendali atau tidak memiliki kendali

terhadap anak dengan tipe ini. Pada umumnya, interaksi anak dan orang tua adalah negatif dan atau argumentatif.

## 2. 2. *Problem Solving*

*Problem-solving* adalah suatu proses yang dapat membantu seseorang menemukan apa yang diinginkan dan bagaimana mendapatkan apa yang diinginkan dengan menggunakan cara yang efektif (Bedell & Lennox, 1997). Sementara, D'Zurilla & Goldfried (dalam Chang, E. C., D'Zurilla, T. J., & Sanna, L. J. 2004) mengemukakan definisi *problem-solving*, yaitu suatu proses atau teknik yang digunakan oleh individu maupun kelompok untuk menemukan solusi yang efektif terhadap suatu masalah yang ditemukan dalam kehidupan sehari-hari. Masalah (*problem*) didefinisikan sebagai situasi kehidupan apapun atau tugas yang membutuhkan adanya respon adaptif yang fungsional, namun tidak ada respon efektif yang ditemukan untuk mengatasi situasi tersebut. Ada beberapa tipe masalah yang dikemukakan oleh Chang, E. C., D'Zurilla, T. J., & Sanna, L. J. (2004), yaitu:

- a. Masalah impersonal merupakan masalah yang bersifat abstrak, tidak terpengaruh oleh perasaan ([www.foreignword.com](http://www.foreignword.com)), misalnya ketika seseorang menghindari orang yang sudah dikenal dengan baik karena alasan tertentu.
- b. Masalah personal (intrapersonal), yaitu masalah yang terjadi dalam diri dan pikirannya sendiri ([www.lifestyle-homeschool.com](http://www.lifestyle-homeschool.com))
- c. Masalah interpersonal, yaitu kesulitan-kesulitan yang dialami saat berinteraksi dengan orang lain dan kesulitan ini dapat membuat seseorang mencari bantuan, seperti psikoterapi (Locke, 2005).
- d. Masalah sosial lain yang lebih luas.

### 2. 2. 1. Prinsip-prinsip dalam Keterampilan Memecahkan Masalah

Menurut Bedell & Lennox (1997), ada 7 prinsip yang terkait dengan keterampilan memecahkan masalah, yaitu:

1. Masalah adalah alami
2. Berpikir sebelum menemukan ke solusi

3. Sebagian besar masalah ada solusinya
4. Bertanggung jawab terhadap masalah yang dihadapi
5. Fokus pada apa yang bisa kamu lakukan, bukan yang tidak bisa kamu lakukan
6. Tindakan yang diambil harus sesuai dan dapat diterima sosial
7. Solusi yang diambil harus disesuaikan dengan kekuatan dan kemampuan

### 2. 2. 2. Tahap Pemecahan Masalah

Ada 7 tahap proses pemecahan masalah (Bedell & Lennox, 1997), yaitu:

#### A. Pengenalan masalah (*Problem recognition*)

*Problem recognition* terkait dengan identifikasi keinginan individu yang tidak terpenuhi dan tidak mengetahui bagaimana cara mengatasinya (Bedell & Lennox, 1997). Seseorang dapat mengenali bahwa ada masalah dengan cara memperhatikan berbagai tanda-tanda personal (*personal cues*) yang menandakan keberadaan masalah.

Ada cara-cara yang sistematis dalam menggunakan pikiran, perasaan, dan perilaku sebagai *personal cues*, yaitu :

##### 1. *Thinking cues*

Fokus utama dari suatu pikiran dalam tahap pengenalan masalah adalah pesan dari otak yang mengekspresikan keinginan. Keinginan-keinginan yang tidak terpenuhi dapat menjadi masalah. Tugas utama dalam pengenalan masalah adalah mengembangkan teknik kognitif yang membuat seseorang menjadi waspada terhadap keinginan yang tidak terpenuhi. Hal tersebut dapat dicapai dengan pertanyaan “Apa yang saya inginkan dalam situasi ini?” atau “Apa yang saya inginkan dari orang tersebut?”. Pertanyaan tersebut memfokuskan pada keinginan yang dapat menstimulasi pikiran ke arah pengenalan masalah (Bedell & Lennox, 1997).

##### 2. *Feeling cues*

Perasaan bisa menjadi tanda awal adanya suatu masalah yang sering hadir untuk memperingatkan sebelum adanya pikiran atau perilaku. Ada beberapa karakteristik yang menyatakan bahwa perasaan merupakan tanda adanya masalah, yaitu: (1) perasaan yang dialami dengan diikuti intensitas yang kuat,

(2) perasaan yang dialami sering terjadi, (3) perasaan yang berlangsung dalam waktu yang lama, dan (4) perasaan yang tidak sesuai dengan situasi

### 3. *Behavioral cues*

Perilaku merupakan suatu tindakan yang bisa dilihat atau didengar (Bedell & Lennox, 1997). Ada beberapa karakteristik perilaku yang dapat menjadi indikasi adanya masalah, yaitu: (1) perilaku yang tidak biasa, misalnya membanting pintu atau anak yang biasanya masuk sekolah tepat waktu lalu terlambat sekolah; dan (2) perilaku yang tidak sesuai secara sosial atau melanggar hukum

## B. Definisi masalah (*problem*)

Tujuan utama dalam tahap ini adalah memastikan bahwa masalah dipahami dalam bentuk yang dapat diselesaikan. Ada lima langkah untuk mendefinisikan masalah (Bedell & Lennox, 1997), yaitu :

- (1) Deskripsi situasi masalah: situasi dimana masalah terjadi sebaiknya digambarkan secara objektif yang meliputi siapa yang terlibat, apa yang terjadi, kapan dan dimana situasi terjadi.
- (2) Identifikasi keinginan pribadi : dari sejumlah daftar keinginan, anak harus mampu mengidentifikasi keinginan utamanya (*primary want*).
- (3) Identifikasi keinginan orang lain : pemahaman mengenai keinginan orang lain didasarkan pada perilakunya di kemudian hari; perilakunya di masa lalu; konteks dimana perilaku di kemudian hari muncul; dan pengetahuan apa yang kita inginkan jika berada di situasi orang lain.
- (4) Membuat pernyataan "*how to*" yang merupakan suatu pernyataan dari keinginan utama dalam bentuk *action-oriented* dan *goal-directed*. Pernyataan ini akan menjadi fokus dari sesi *problem-solving* selanjutnya.
- (5) Evaluasi pernyataan "*how to*"

Hal yang sangat penting dalam mendefinisikan masalah apakah definisi tersebut berfungsi. Ada 4 kriteria agar pernyataan "*how to*" dapat dijalankan dan bisa mengarahkan pada keputusan yang tepat pada akhir proses pemecahan masalah, yaitu:

- Apakah ada tujuan lain yang harus dicapai terlebih dahulu?

- Apakah pernyataan “*how to*” mengekspresikan perilaku positif dan bertujuan?
- Apakah dapat diterima secara hukum dan sosial?
- Apakah pernyataan tersebut dapat dilakukan?

### **C. Membuat solusi alternatif (*generation of alternative solution*)**

Dibutuhkan sedikitnya 3 alternatif solusi sebelum memutuskan solusi yang sesuai.

Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk membuat solusi alternatif, yaitu :

#### **(1) *Brainstorming***

Cara ini biasanya digunakan dalam suatu kelompok, tetapi tetap bisa digunakan secara individual. Ada 3 kriteria dalam *brainstorming*, yaitu : (a) memberikan sebanyak mungkin solusi alternatif; (b) ide-ide harus dibuat tanpa dievaluasi; dan (c) ide “liar” juga diperbolehkan

#### **(2) Mengubah referensi kerangka pikiran**

Cara ini membutuhkan orang lain untuk mendapatkan sudut pandang yang berbeda, yaitu dengan cara (1) mencari orang yang dihormati dan dianggap sebagai pemecah masalah yang baik, dan (2) melihat contoh dari tokoh dalam film, tulisan, atau media lainnya.

#### **(3) Adaptasi solusi dari masalah yang sejenis**

Cara ini biasanya dilakukan jika masalah yang dihadapi bukanlah masalah yang baru dan sudah pernah dihadapi sebelumnya, atau dalam situasi yang berbeda (Bedell & Lennox, 1997).

### **D. Mengevaluasi solusi alternatif (*evaluation of alternative solution*)**

Ada beberapa kriteria yang dapat digunakan untuk mengevaluasi solusi alternatif, yaitu:

- (1) mampu memenuhi “keinginan yang tidak terpenuhi” yang sudah diidentifikasi;
- (2) peduli terhadap keinginan orang lain,
- (3) dapat diterima secara sosial;
- (4) sesuai dengan kemampuan diri



#### E. Membuat keputusan (*making a decision*)

Jika ada lebih dari satu solusi alternatif dianggap baik dan memenuhi empat kriteria pada tahap evaluasi solusi alternatif (D), anak tetap harus memilih yang terbaik dan dapat memenuhi keinginan.

#### F. Pelaksanaan solusi (*implementation of the solution*)

Tahap ini dapat dilakukan dengan pengawasan dan mendapatkan umpan balik dari pengawas. Jika sudah berhasil dalam latihan, solusi dapat dipraktekkan di kehidupan nyata (Bedell & Lennox, 1997).

#### G. Verifikasi dampak solusi yang dipilih (*verification of the solution's effect*)

Setelah solusi alternatif dipraktekkan, verifikasi apakah solusi tersebut sesuai dengan rencana, dan apakah solusi tersebut dapat memenuhi empat kriteria dalam tahap D (Bedell & Lennox, 1997).

### 2. 3. *Problem-Solving Skills Training (PSST)* untuk Anak yang Menampilkan Perilaku *Oppositional*

Keterampilan memecahkan masalah merupakan unsur penting saat menghadapi suatu masalah untuk mendapatkan solusi yang tepat. Ada beberapa istilah terkait dengan pelatihan memecahkan masalah. Kazdin (dalam [www.minddisorder.com](http://www.minddisorder.com), 2007) mengenalkan istilah *cognitive problem solving skills training (CPSST)* yang bertujuan untuk mengurangi perilaku anak yang tidak sesuai dengan menggunakan dua teknik, yaitu teknik perilaku dan kognitif. Dasar pemikiran dari intervensi ini adalah berdasarkan prinsip bahwa anak-anak kurang memiliki cara-cara konstruktif untuk mengatasi suatu masalah dengan mengajarkan cara mengatasi masalah secara positif dan mengubah pikiran yang disfungsi menjadi lebih fungsional. Teknik tersebut dapat diberikan pada anak-anak yang mengalami *conduct disorder*, *intermittent explosive disorder*, *oppositional-defiant disorder*, perilaku antisosial, agresif, *acting-out*, atau *attention-deficit/hyperactivity disorder*.

Dalam disertasinya, Bushman (2007) melakukan penelitian pada anak usia 7-12 tahun yang menampilkan masalah emosi dan perilaku (khususnya perilaku

*oppositional*) dengan memberikan *problem solving skills training* (PSST). Pada dasarnya pelatihan ini menggunakan prinsip yang sama seperti intervensi CPSST, yaitu menggunakan pendekatan teknik perilaku dan kognitif, dan bertujuan untuk mengurangi perilaku anak yang tidak sesuai.

### 2. 3. 1. Tujuan

Secara umum *Problem-solving skills training* (PSST) bertujuan untuk menurunkan perilaku anak yang tidak sesuai dengan mengajarkan keterampilan baru dengan menggunakan teknik kognitif dan perilaku. Penanganan ini membantu anak mengembangkan kemampuan *self-manage* pikiran dan perasaan dan berinteraksi dengan orang lain secara tepat dengan mengembangkan perspektif dan solusi baru (Kazdin, dalam [www.minddisorder](http://www.minddisorder), 2007). Menurut D'Zurilla dan Goldfried (dalam Chang, D'Zurilla & Sanna, 2004), PSST sebagai intervensi klinis yang berupa pelatihan untuk merubah perilaku agar lebih positif, generalisasi, dan bertahan. Melalui pelatihan ini seseorang akan belajar keterampilan umum yang membuat mereka mampu mengatasi masalah-masalah di masa mendatang secara lebih efektif. Akan tetapi, anak yang memiliki keterampilan memecahkan masalah memungkinkan untuk memilih solusi yang tidak sesuai terhadap masalah-masalah yang berkaitan dengan agresifitas (Olexa & Forman, dalam Chang, D'Zurilla, & Sanna, 2004). Intervensi pelatihan keterampilan memecahkan masalah yang efektif akan membimbing anak-anak untuk mengidentifikasi *decisional criteria* pada tahapan prediksi konsekuensi. Anggapan kesesuaian dan *given decisional criteria* untuk setiap daftar alternatif solusi sebaiknya berpengaruh secara positif dalam memilih solusi. Meskipun memiliki perilaku agresif yang meningkat, program ini secara perlahan (berhati-hati) mengajarkan anak bagaimana membuat keputusan yang sesuai (Chang, D'Zurilla, & Sanna, 2004)..

### 2. 3. 2. Program *Problem-Solving Skills Training*

Program intervensi dalam karya tulis ini dirancang berdasarkan program PSST yang dikemukakan oleh Bushman (2007) dalam disertasinya. PSST tersebut

menerapkan strategi-strategi utama *cognitive-behavioral self-control therapy* yang dikemukakan oleh Kendall & Braswell (1985), yaitu :

a. *Problem-solving approach*

Pendekatan yang digunakan dalam program ini adalah *social-cognitive problem solving*. Pendekatan ini berusaha untuk memperbaiki adanya kekurangan dalam fungsi kognitif dengan mengajarkan strategi-strategi kognitif untuk memecahkan masalah yang bersifat interpersonal. Dalam keterampilan memecahkan masalah tercakup kemampuan kognitif, sosial, dan perilaku. Pemecahan masalah yang sukses merupakan hasil dari suatu keterlibatan operasi strategi kognitif yang memungkinkan seseorang mengarahkan suatu tindakan, mencerminkan hasil yang potensial, dan membuat keputusan dari berbagai pilihan. Proses kognitif yang terlibat dalam keterampilan memecahkan masalah adalah langkah-langkah yang diajarkan oleh terapis untuk mencapai aktivitas mental yang diinginkan dan diharapkan menjadi otomatis.

b. *Self-instructional training*

*Self-instruction* merupakan pernyataan *self-directed* yang menghasilkan suatu strategi pikiran untuk anak-anak yang mengalami kekurangan di area tersebut dan menjadi suatu petunjuk yang dapat digunakan anak-anak dalam proses memecahkan masalah. *Self-instruction* dalam memecahkan masalah dirancang untuk membantu anak-anak (1) mengenali adanya masalah dan mengidentifikasi bentuk masalah tersebut, (2) membuat suatu strategi yang membantu anak ke arah pemecahan masalah, (3) membuat pilihan-pilihan, dan (4) mengambil tindakan pada rencana yang dipilih.

Ada tahapan dalam mengajarkan *self-instructional* pada anak-anak (Kendall dan Braswell, 1985), yaitu :

1. Memberikan contoh dan mengucapkan dengan suara keras, sementara anak mengamati.
2. Anak mengerjakan tugas, terapis membimbing anak dengan suara yang keras
3. Terapis memberikan contoh dan mengucapkan dengan suara berbisik

4. Terapis mengerjakan tugas dengan menggunakan *covert self-instruction* dengan penundaan dan tanda perilaku berpikir (misalnya mengetukkan jari tangan ke dagu)
5. Anak mengerjakan tugas dengan menggunakan *covert self-instructions*

c. *Behavioral contingencies*

Program PSST merupakan suatu usaha untuk meningkatkan efek dari terapi perilaku, tetapi juga dengan menggunakan pelatihan kognitif. Bentuk *behavioral contingency* dari terapi ini meliputi *self-reward* (misalnya: saya berhasil) dan *social reward* (seperti: senyuman dari terapis, komentar baik; bagus; oke), *response-cost* (dengan menggunakan *token*), *self-evaluation*, dan *rewarded home-work assignment*.

d. *Modeling*

*Modeling* sebagai pembelajaran observasi, yang digunakan untuk menghasilkan semacam hasil terapi dan pendidikan yang berbeda-beda sebagai eliminasi perilaku defisit, mengurangi ketakutan yang berlebihan, dan fasilitasi perilaku sosial (Bandura, et al., dalam Kendall dan Braswell, 1985). Terapis memeragakan atau menjadi model memecahkan masalah dan penggunaan *self-directed self-instruction*. Berdasarkan pendekatan cognitive-behavioral, melibatkan pengajaran melalui modeling dengan permintaan langsung. Terapis tidak mengatakan kepada anak apa yang dilakukan, tetapi menunjukkan pada anak cara yang efektif untuk berpikir saat menghadapi masalah.

e. *Affective education*

Pengembangan kemampuan anak mengenali dan memberikan label pengalaman emosinya merupakan tahap penting dalam pemecahan masalah interpersonal. Hal tersebut dapat dilakukan melalui *role-play* yang dapat dilakukan dengan memberikan gambaran suatu situasi. Anak memeragakan apa yang akan dilakukan saat menghadapi situasi tersebut dengan menerapkan

tahap-tahap pemecahan masalah. Gambaran situasi yang diberikan disesuaikan dengan masalah yang dihadapi anak.

### 2. 3. 3. Pelaksanaan *Problem Solving Skills Training*

Berdasarkan intervensi yang dilakukan oleh Bushman (2007), ada 6 sesi dengan durasi setiap sesi 50 menit. Orang tua dilibatkan pada 10 menit terakhir. Terapis mengulang kembali inti dari kegiatan setiap sesi, memberitahu orang tua mengenai adanya PR yang harus dikerjakan anak dan akan dibahas pada pertemuan selanjutnya. Dalam PSST ini terdapat penerapan *reward* untuk anak, terapis juga memberitahu orang tua mengenai jumlah *token* yang diperoleh anak untuk kemudian dapat ditukarkan dengan reward yang sebelumnya sudah disepakati antara anak dan orang tua.

Pada sesi-sesi awal intervensi, anak diajari langkah-langkah pemecahan masalah dan dibantu untuk mengaplikasikannya pada berbagai situasi, seperti bermain. Dalam pembelajaran langkah-langkah pemecahan masalah, anak diajari bagaimana mengembangkan solusi-solusi alternatif dan terlibat mencari strategi-strategi yang tepat sehingga mendapatkan solusi yang tepat (*means-end thinking*) untuk menghadapi situasi-situasi interpersonal. Pada sesi-sesi selanjutnya, anak dikenalkan bagaimana menggunakan langkah-langkah yang sama dalam interaksi sosial. Dalam dua sesi terakhir difokuskan dalam membantu anak mengaplikasikan keterampilan memecahkan masalah tersebut pada situasi yang menjadi masalah berdasarkan hasil laporan orang tua. Sebelumnya, orang tua diminta mengisi *problem oriented rated form* untuk mengetahui masalah yang dihadapi anak.

### 2. 4. Keterlibatan Orang tua dalam Intervensi

Tugas orangtua ketika anak menjalani intervensi adalah mengawasi anak melaksanakan pengetahuan dan keterampilan baru yang diperoleh selama intervensi. Ada suatu pelatihan manajemen-orang tua yang diberikan kepada orang tua yang memiliki anak *oppositional*. Dalam pelatihan tersebut orang tua diajari prinsip-prinsip dan keterampilan teori belajar sosial untuk mengatur perilaku anak agar lebih efektif. Beberapa penelitian membuktikan, bahwa

pelatihan untuk orang tua merupakan salah satu intervensi bagi orang tua yang memiliki anak *oppositional* (Bushman, 2007; Webster-Stratton & Reid, 2008). Pelatihan tersebut mengajarkan orang tua untuk menggunakan beberapa keterampilan, seperti mengabaikan, menerapkan strategi disiplin, dan *positive reinforcement* (Eyberg; Webster-Stratton, dalam Bushman, 2007; Webster-Stratton & Reid, 2008). Bagi orang tua yang bekerja (*dual earner*) perlu membuat kesepakatan agar tujuan PSST bagi anak dapat tercapai. Ayah dan Ibu yang bekerja menghadapi tantangan tuntutan pengasuhan anak karena mereka kurang memiliki waktu untuk mengawasi anak-anaknya (Gareis, Kopko, Tisdale, & Barnett, 2008). Perilaku anak di rumah dimonitor orang tua yang juga menerapkan teknik *reinforcement* dan *punishment* pada setiap respon target perilaku anak. Orang tua diharapkan memuji dan memberikan *reward* jika anak menampilkan perilaku positif, dan sebaliknya jika anak menampilkan perilaku negatif maka orang tua mengambil hak istimewa anak dan memberikan *time out*. Penerapan ini sebelumnya disepakati bersama dengan terapis yang kemudian akan diterapkan di rumah (Kazantzis, 2005).

## BAB 3

### RANCANGAN PROGRAM INTERVENSI

#### 3. 1. Tahap Pendahuluan

Sebelum pelaksanaan program intervensi, pelaksana terapi memberikan asesmen awal terhadap orang tua dan anak. Tujuan dari pemberian asesmen awal tersebut adalah untuk mengidentifikasi masalah yang dihadapi anak dan mengetahui kesiapan anak dalam mengikuti program intervensi. Dalam tahap pendahuluan ini, pelaksana terapi melakukan 3 sesi pertemuan dengan orang tua dan anak yang dilakukan di rumah klien dan klinik perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Pelaksana terapi mengadakan *initial interview* dengan orang tua dan meminta orang tua untuk mengisi *problem oriented rated form*. Orang tua juga diminta membuat daftar masalah yang dihadapi anak dan menentukan skala atas masalah tersebut.

#### 3. 2. Tahap Pelaksanaan

Dalam rancangan pelaksanaan pelatihan pemecahan masalah direncanakan dilakukan dalam 6 sesi. Akan tetapi, pada pelaksanaannya jumlah sesi ini bersifat fleksibel karena disesuaikan dengan tercapainya tujuan dalam setiap sesi.

### 3. 2. 1. Rancangan *Problem-Solving Skills Training*

#### Sesi 1

- Tujuan : Mengenalkan aturan terapi dan langkah-langkah pemecahan masalah kepada anak. Pada akhir sesi 1 ini, anak diharapkan dapat mengingat kelima tahap memecahkan masalah dengan bantuan dari pelaksana terapi.
- Waktu : 45 menit
- Alat : Lembar kerja, kartu bergambar, dan mainan.

| Tahap      | Kegiatan   | Deskripsi kegiatan  | Materi                  |
|------------|--|---|-------------------------|
| Pengenalan | Pengenalan sistem <i>response-cost</i> dan <i>reward</i> | Ada "aturan main" yang akan diterapkan selama 6 kali pertemuan. Pada setiap awal pertemuan anak akan mendapatkan 10 kartu bergambar. Sanksi yang diberikan adalah mengambil 1 kartu dalam setiap pelanggaran. Ada 3 hal yang menyebabkan anak kehilangan kartu, yaitu :<br>1. Mengerjakan tugas dengan terburu-buru.<br>2. Lupa mengucapkan salah satu tahap saat mengerjakan tugas<br>3. Jika salah memberikan jawaban | <i>Worksheet A</i>      |
|            | Menyusun <i>puzzle</i> 3 dimensi                         | Pelaksana terapi meminta anak menyusun <i>puzzle</i> . Pertama anak diminta menyusun dalam waktu 30 detik; kedua merangkai potongan <i>puzzle</i> dengan perlahan dan tenang. Setelah melakukan dua cara, anak diminta membandingkan perbedaan antara cara pertama dan cara kedua.  | <i>Puzzle</i> 3 dimensi |
|            | Pengenalan langkah-langkah <i>problem solving</i>        | Ada 5 tahap memecahkan masalah yang diajarkan   | <i>Worksheet B</i>      |



|                 |   |   |  |
|-----------------|---|---|--|
|                 | <p>- pastikan anak memahami tahap "fokus" yang membutuhkan waktu dan setidaknya menarik napas 3 kali sebelum membuat suatu keputusan.</p>   | <p>kepada anak sebagai <i>self-instruction</i>, yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa yang akan saya lakukan ?</li> <li>2. Perhatikan kemungkinan-kemungkinan yang berbeda, yaitu dengan mencari alternatif-alternatif solusi (minimal 3).</li> <li>3. Fokus (dengan cara menarik nafas, minimal 3 kali).</li> <li>4. Cari satu pilihan jawaban</li> <li>5. Periksa jawaban</li> </ol> <p>Pelaksana terapi menjelaskan satu persatu tahap tersebut.</p> | <p>"Langkah-langkah pemecahan masalah"</p> |
|                 | <p>Latihan tahap pada "apa selanjutnya?"<br/>Pelaksana terapi mengajarkan tahap-tahap, berurutan, dan memperagakannya.</p>  | <p>Pelaksana terapi memberikan latihan berupa soal-soal tertulis dan memeragakan cara mengerjakan soal tersebut dengan menyebutkan setiap tahap memecahkan masalah.</p>   | <p>Worksheet C</p>                         |
| <p>Homework</p> | <p>Anak diminta membuat tugas untuk menentukan kegiatan yang membutuhkan keterampilan pemecahan masalah. Anak dapat diingatkan mengenai kemungkinan adanya kesulitan yang ditemui di rumah dan sekolah. Ingatkan kepada anak mengenai adanya <i>reward contingency</i>.</p> | <p>Pertanyaan yang menjadi PR adalah dalam situasi-situasi apa kelima tahap PS dapat digunakan.</p>   |  |

### Sesi 2

Tujuan : Membantu anak mengaplikasikan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi bermain. Anak mampu menerapkan langkah-langkah pemecahan masalah dengan menggunakan bahasa mereka sendiri.

Waktu : 60 menit

Alat : Lembar kerja, permainan, alat tulis, dan alat perekam (*handycam*)

| Tahap                  | Kegiatan   | Deskripsi Kegiatan  | Materi   |
|------------------------|--|---|--|
| <i>Homework review</i> | Tanyakan kepada anak mengenai situasi apa langkah-langkah keterampilan pemecahan masalah dapat digunakan.<br>*Jika anak tidak mengerjakan PR, ajaklah anak untuk <i>brainstorming</i> dengan menanyakan mengenai situasi masalah yang dialami. | Membahas PR yang diberikan pada sesi sebelumnya. Jika F lupa mengerjakan tugas tersebut, F diminta untuk mencari jawaban pertanyaan dengan memberikan contoh pengalaman pelaksanaan terapi.   | <i>Worksheet D</i><br>"Going over PSST homework"                                 |
| Sesi utama             | Ingatkan anak langkah-langkah pemecahan masalah (seperti yang telah diajarkan pada sesi sebelumnya.<br>*Tanyakan "apa maksudnya?" pada setiap langkah  | Pelaksana terapi meminta anak menyebutkan 5 tahap memecahkan masalah untuk mengetahui apakah anak masih mengingatnya. Bantu anak jika ia lupa. Setelah itu, pelaksana menanyakan maksud setiap tahap memecahkan masalah untuk mengetahui apakah anak sudah mengerti atau belum. |  |
|                        | Anak diminta membuat daftar langkah-langkah dengan menggunakan kata-katanya sendiri pada <i>worksheet</i> "stop sign"  | Pelaksana terapi meminta anak menuliskan 5 tahap PS dengan menggunakan kata-katanya sendiri di atas kertas yang disediakan.   | <i>Worksheet E</i><br>"stop sign"<br><i>handout</i> ; 5 kartu kosong; alat tulis |
|                        | Bermain <i>puzzle</i><br>- mengajarkan <i>self-instruction</i>   | Bermain <i>puzzle</i> dengan menggunakan 5 tahap PS yang harus diucapkan dengan suara keras dan mengerjakan sesuai tahap yang diucapkan. Lalu, mengajarkan anak mengucapkan 5 tahap PS dengan cara berbisik   | <i>Worksheet F</i>   |
| <i>Homework</i>        | Tugas untuk menerapkan langkah-langkah pemecahan masalah yang ditemui di rumah   | Sama seperti PR pada sesi I   |  |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | dan sekolah, ketika berinteraksi dengan teman, guru, dan keluarga (ayah, ibu, adik, dan pembantu).<br>Anak juga diberitahu bahwa orang tua akan menggunakan cara yang sudah dipraktikkan untuk meredakan kemarahan atau penolakan anak. |  |
|--|---|--|

### Sesi 3

Tujuan : Memberikan anak kesempatan lagi untuk menggunakan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi bermain. Dalam sesi ini, anak diharapkan mampu menggunakan langkah-langkah pemecahan masalah sendiri.

Waktu : 60 menit

Alat : Lembar kerja, alat perekam (*handycam*)

| Tahap                  | Kegiatan  | Deskripsi kegiatan   | Materi |
|------------------------|---|--|--------|
| <i>Homework review</i> | Jika anak tidak mengerjakan tugas, ajak anak untuk <i>brainstorming</i> pada situasi apa anak dapat menggunakan keterampilan pemecahan masalah  | Membahas PR yang diberikan pada sesi sebelumnya. Jika anak lupa mengerjakan tugas tersebut, anak bersama dengan pelaksana terapi mencari jawaban pertanyaan.   |        |
| Sesi utama             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengulang langkah-langkah pemecahan masalah. Perhatikan apakah anak dapat mengingat dan memahaminya.</li> <li>- Tanyakan langkah mana yang paling mudah dilakukan dan langkah yang paling sulit dilakukan.</li> <li>- Diskusi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengulang 5 tahap PS untuk mengetahui apakah anak dapat mengingat dan memahami tahap-tahap tersebut.</li> <li>- Menanyakan tahap yang paling sulit dan paling mudah menurut anak</li> </ul> |        |

|                 |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|
|                 | <i>Modeling</i> ketika melakukan kesalahan dalam aplikasi langkah-langkah pemecahan masalah  | Pelaksana memberikan contoh saat melakukan kesalahan karena tidak menggunakan 5 tahap PS dengan baik dalam menghadapi suatu situasi  |  |
|                 | Praktek 5 tahap memecahkan masalah saat mengerjakan suatu tugas, baik dengan suara keras dan perlahan  | Menggunakan 5 tahap PS saat mengerjakan tugas, yaitu dengan <i>self instruction</i> (suara keras dan suara perlahan)   |  |
| <i>Homework</i> | Berikan tugas yang sama seperti sesi sebelumnya. anak juga harus diingatkan bahwa pada sesi sebelumnya anak berhenti menampilkan perilaku yang tidak sesuai karena tanda dari orang tua, pada minggu ini anak harus berhenti dengan inisiatif sendiri. | PR yang diberikan pada anak berupa <i>worksheet</i> . Dalam <i>worksheet</i> tersebut anak diminta mengidentifikasi pada situasi apa kelima tahap memecahkan masalah dapat diterapkan. |  |

#### Sesi 4

Tujuan : Mengenalkan pada anak situasi sosial nyata dimana anak bisa menggunakan langkah-langkah pemecahan masalah.  
Pelaksana terapi membantu anak membuat setidaknya 3 alternatif cara untuk memecahkan masalah dan membantu mereka untuk *brainstorming* apa dampak dari setiap alternatif.

Waktu : 60 menit

Alat : Lembar kerja

| Tahap                  | Kegiatan   | Deskripsi kegiatan   | Materi |
|------------------------|--|--|--------|
| <i>Homework review</i> | Jika anak tidak mengerjakan tugas, ajak anak untuk <i>brainstorming</i> pada situasi apa anak dapat menggunakan keterampilan pemecahan masalah | Membahas PR yang diberikan pada sesi sebelumnya. Jika anak lupa mengerjakan tugas tersebut, anak bersama dengan pelaksana terapi mencari jawaban pertanyaan. |        |

|            |   |   |   |
|------------|---|---|---|
| Sesi utama | <p>Anak diajak menerapkan langkah-langkah pemecahan masalah pada beberapa situasi sosial. Dalam hal ini ajak anak mengidentifikasi masalahnya terkait dengan persepsi terhadap peraturan.</p> | <p>Anak diajak mengidentifikasi masalah-masalah yang dialami terkait dengan persepsinya terhadap aturan.</p> <p>Berikut ini merupakan penjelasan lanjutan dari 5 tahap pemecahan masalah :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- membuat pernyataan masalah dengan jelas</li> <li>- membuat minimal 3 alternatif solusi</li> <li>- mengidentifikasi konsekuensi emosi dan perilaku pada tiap alternatif solusi, dengan menanyakan beberapa pertanyaan, yaitu (1) "bagaimana perasaan orang lain terhadap solusi ini?", (2) "bagaimana perasaanmu terhadap solusi ini?", (3) "apa yang akan dilakukan orang menghadapi solusi ini?", (4) "apa yang akan terjadi?"</li> </ul> <p><i>Modeling</i> : Pelaksana terapi membimbing anak untuk memerankan salah satu tokoh saat menghadapi suatu situasi dimana 5 tahap PS dapat digunakan.</p> <p>Bermain <i>tic-tac-toe</i> : Pelaksana mengajak anak bermain dengan menjelaskan aturan main. Permainan dilakukan secara bergantian dan anak diminta menerapkan 5 tahap PS saat mengerjakan permainan tersebut.</p> | <p><i>Worksheet</i> G<br/>(<i>social situation index cards</i>)</p> <p><i>Worksheet</i> G-1</p> <p>Mainan</p> |
|            | Anak diajak untuk menerapkan langkah-langkah pemecahan masalah secara tertutup  | Pelaksana terapi meminta anak mengucapkan 5 tahap PS dalam hati   | <i>Worksheet</i> H dan kartu indeks   |

|                 |                             |  |                                      |
|-----------------|-----------------------------|--|--------------------------------------|
|                 | ( <i>covertly</i> ).        |  | situasi sosial<br><i>worksheet G</i> |
| <i>Homework</i> | Sama dengan sesi sebelumnya | Memberikan PR sama seperti dalam sesi pertemuan sebelumnya |                                      |

### Sesi 5

Tujuan : Membantu anak menggunakan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi sosial nyata yang terbukti menimbulkan masalah bagi anak. Anak berperan aktif dalam melihat kekurangan yang ada dalam dirinya.

Waktu : 60 menit

Alat : Lembar kerja, alat tulis, dan *handycam*.

| Tahap           | Kegiatan   | Deskripsi kegiatan   | Materi   |
|-----------------|--|--|--|
| <i>Homework</i> | Jika anak tidak mengerjakan tugas, ajak anak untuk <i>brainstorming</i> pada situasi apa anak dapat menggunakan keterampilan pemecahan masalah                               | Membahas PR yang diberikan pada sesi sebelumnya. Jika anak lupa mengerjakan tugas tersebut, anak bersama dengan pelaksana terapi mencari jawaban pertanyaan.   |  |
| Sesi utama      | Anak diberitahu bahwa hari ini anak akan berperan sebagai artis dan juga sutradara.  | Pelaksana terapi mengajak anak memerankan suatu tokoh berdasarkan beberapa situasi (yang menjadi masalah bagi anak). Ada 3 situasi sosial dimana anak sering mengalami masalah berdasarkan laporan dari orangtua dan anak. | - <i>Video-tape</i><br>- <i>Worksheet I, J</i> |
| <i>Homework</i> | Anak diberi tugas untuk menerapkan langkah-langkah pemecahan masalah dengan melibatkan satu orang. <i>Brainstorming</i> dengan anak mengenai orang yang berpotensi tersebut. | Anak diminta mencari situasi dimana 5 tahap PS dapat digunakan dengan melibatkan orang lain  |  |

## Sesi 6

- Tujuan : Memberikan anak kesempatan melakukan praktek final penerapan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi sosial. Dalam sesi ini, anak menggunakan langkah-langkah secara tertutup.
- Waktu : 60 menit
- Alat : Lembar kerja dan alat tulis

| Tahap      | Kegiatan   | Deskripsi kegiatan  | Materi        |
|------------|--|---|---------------|
| Homework   | Jika anak tidak mengerjakan tugas, ajak anak untuk <i>brainstorming</i> pada situasi apa anak dapat menggunakan keterampilan pemecahan masalah   | Membahas PR yang diberikan pada sesi sebelumnya. Jika anak lupa mengerjakan tugas tersebut, anak bersama dengan pelaksana terapi mencari jawaban pertanyaan.  |               |
| Sesi utama | Praktek seperti dalam sesi sebelumnya, tetapi ada beberapa perubahan, yaitu :<br>- Situasi sosial baru<br>- Aplikasi langkah-langkah pemecahan masalah dengan cara <i>self-instruction</i> | Pelaksana terapi mengajak anak memerankan suatu tokoh berdasarkan beberapa situasi (yang menjadi masalah bagi anak). Ada 2 situasi sosial dimana anak sering mengalami masalah berdasarkan laporan dari orangtua dan anak. Anak diminta untuk menerapkan teknik <i>self-instruction</i> yang sudah diajarkan. | Naskah cerita |
| Evaluasi   | - Minta anak untuk mengatakan secara spesifik apa yang sudah dipelajari selama pertemuan (6 sesi).<br>- <i>Role play</i>   | Minta anak untuk mengatakan secara spesifik apa yang sudah dipelajari selama pertemuan (6 sesi).  |               |

Setiap akhir sesi, anak juga akan mendapatkan reward dari pelaksana terapi dengan peraturan anak dapat mempertahankan 10 kartu hingga akhir sesi. Reward kecil yang disepakati adalah kartu/ sticker bergambar ikan hiu. Berdasarkan perjanjian antara orang tua dan subyek, setiap sejumlah token yang diperoleh anak dapat ditukarkan dengan reward besar tertentu, yaitu :

Tabel 3. 1 Tabel *Token* dan *Reward*

| Jumlah token | Reward                           |
|--------------|----------------------------------|
| < 20         | <i>Snack</i>                     |
| 25 – 30      | Berenang                         |
| 31 – 35      | Bermain <i>games</i> di komputer |
| 36 – 40      | Bermain bersama orang tua        |
| 41 – 45      | Majalah bergambar ikan hiu       |
| 46 – 50      | Jalan-jalan bersama orang tua    |
| 60           | <i>Play station stick</i>        |

### 3. 3. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, pelaksana memberikan kembali *problem oriented rating form* untuk dibandingkan dengan formulir yang telah diisi sebelum anak mengikuti PSST. Pelaksana terapi juga akan melakukan observasi dan wawancara terhadap orang tua dan F. Tujuan dari tahap evaluasi ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya perubahan positif sebagai akibat dari keikutsertaan F dalam PSST, terkait dengan adanya perilaku bermasalah yang ditampilkan oleh F.



## BAB 4

### HASIL PROGRAM INTERVENSI

#### 4. 1. Tahap Pendahuluan

Berdasarkan *problem oriented rating form*, wawancara, dan observasi didapatkan informasi beberapa masalah yang dialami anak, yaitu : kedisiplinan terhadap kewajiban; kesulitan anak mematuhi peraturan dan perintah yang diberikan orang tua; kelambanan menjalankan kegiatan sehari-hari; tidak teliti dalam belajar; perilaku agresif F yang cukup berlebihan dalam menghadapi ejekan teman; dan kebiasaan F mengobrol di kelas saat pelajaran berlangsung.

Pada tahap pendahuluan terhadap anak yang dilaksanakan dalam 2 sesi bertujuan untuk membina hubungan dan mengetahui kesiapan F dalam mengikuti terapi. Dalam tahap pendahuluan tersebut, F mengemukakan beberapa masalah yang dialaminya, yaitu kesulitan F mematuhi peraturan yang dianggap F telah melanggar hak-haknya sebagai anak; malas; pelupa; dan lamban dalam mengerjakan tugas sekolah. Masalah-masalah tersebut yang menyebabkan F sering ditegur dan dimarahi oleh orangtuanya, yang menyebabkan F juga menjadi marah tetapi tidak melakukan apapun selain tidak mematuhi peraturan atau mencoba menentang perintah.

Pelaksana terapi juga harus memastikan apakah F mampu mengidentifikasi pikiran, perasaan, dan perilakunya. Selain itu, F juga harus mampu mengidentifikasi perasaan, pikiran, dan tindakan orang lain, dalam hal ini adalah *significant others*, *peer*, dan lingkungan sosial yang terkait.

Tabel 4. 1 Hasil observasi dan wawancara tahap pendahuluan

| Hari / Tanggal     | Kegiatan   | Hasil   |
|--------------------|--|---|
| 27 - 28 Maret 2009 | Kemampuan anak mengenali dan mengklarifikasi perasaannya | <p>F merasa marah setiap mendapatkan aturan atau perintah dari orang tua dan figur otoritas lainnya (guru). F marah karena peraturan yang diberikan telah melanggar haknya sebagai anak, antara lain bermain dan menonton tv. Rasa marah yang dirasakan F diekspresikan dengan cara tidak mematuhi peraturan tersebut.</p> <p>F dapat mengidentifikasi apa yang menyebabkan ia marah, sedih, takut, dan senang. Selain itu, ia juga dapat mendeskripsikan ciri-ciri perasaan (marah, sedih, takut, dan senang) dengan kata-kata dan ekspresi wajah.</p> |
|                    | Kemampuan anak mengenali perasaan orang lain             | <p>F mengetahui bahwa orang tua, merasa marah setiap F tidak mematuhi aturan atau perintah; ayah marah dan ibu sedih. F mampu mendeskripsikan 4 emosi dasar yang dialami orang lain (Orangtua, guru, dan teman) dan apa yang menyebabkan orang lain merasa marah, sedih, takut, dan senang.</p>   |
|                    | Klarifikasi hal-hal penting                              | <p>F bersedia mengerjakan apa yang menjadi kewajibannya dengan mendapatkan janji atau hadiah dari orang tua.</p>  |
|                    | Identifikasi kelebihan atau kemampuan anak               | <p>Sesungguhnya F tidak mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial karena ia memiliki rasa percaya diri yang cukup tinggi. Kadangkala F bersedia melakukan kewajibannya atas inisiatif sendiri.</p>  |

#### 4. 2. Proses Pelaksanaan Program Intervensi

Berikut ini merupakan hasil pelaksanaan program intervensi yang dilakukan dalam 6 sesi pertemuan dengan rincian jadwal dan proses pelaksanaan sebagai berikut :

Tabel 4. 2 Jadwal pelaksanaan PSST

| Sesi | Hari/ Tanggal        | Durasi   | Tempat              |
|------|----------------------|----------|---------------------|
| I    | Senin, 30 Maret 2009 | 45 menit | Klinik perkembangan |
| II   | Jum'at, 3 April 2009 | 45 menit | Klinik perkembangan |
| III  | Sabtu, 4 April 2009  | 60 menit | Klinik perkembangan |
| IV   | Rabu, 8 April 2009   | 60 menit | Klinik perkembangan |
| V    | Kamis, 9 April 2009  | 60 menit | Rumah klien         |
|      | Senin, 13 April 2009 | 45 menit | Klinik perkembangan |
| VI   | Rabu, 29 April 2009  | 60 menit | Rumah klien         |

Sesi I

- Hari/ Tanggal : Senin, 30 Maret 2009  
 Waktu : 15.30 – 16.15  
 Tujuan : - Mengenalkan aturan terapi dan keterampilan memecahkan masalah yang terdiri dari 5 tahap *problem solving*  
 - Anak bisa menggunakan keterampilan tersebut dengan bimbingan pelaksana terapi

| Rancangan Kegiatan                                       | Hasil   | Kesimpulan   |
|--|---|--|
| Pengenalan sistem <i>response-cost</i> dan <i>reward</i> | F sempat menanyakan aturan no. 2 yang memang baru akan dijelaskan pada kegiatan selanjutnya. F juga mengatakan bahwa ia tidak mau kehilangan 10 kartunya. Pelaksana sempat meminta F menyebutkan 3 hal sebagai aturan main. F dapat menyebutkan dan menjelaskan ketiga hal aturan main tersebut.  | F memahami aturan main yang berlaku dalam setiap pertemuan. F bisa menggunakan 5 tahap memecahkan masalah saat mengerjakan tugas dengan bimbingan dari pelaksana terapi. |
| Bermain <i>puzzle</i>                                    | Ketika F diminta merangkai potongan-potongan <i>puzzle</i> dalam waktu 30 detik, F terburu-buru mengerjakannya. F tidak berhasil menyelesaikan pekerjaannya. Saat pelaksana terapi meminta F untuk mengerjakannya dengan perlahan dan tenang, F berhasil menyelesaikan rangkaian <i>puzzle</i> tersebut dalam waktu sekitar 2 menit. Saat F diminta membandingkan kedua cara saat menyusun <i>puzzle</i> , ia mengatakan bahwa ada perbedaan waktu. F merasa cara yang pertama membuat ia terburu-buru menyusun <i>puzzle</i> sehingga tidak dapat merangkainya dengan baik. Menurut F, ia lebih suka cara yang kedua karena waktunya lebih lama sehingga ia bisa menyelesaikan susunan <i>puzzle</i> . |  |
| Pengenalan tahap-tahap <i>problem solving</i>            | F sempat bertanya mengenai maksud dari tahap kedua. Pelaksana menjelaskan tahap kedua ini dengan menekankan pada adanya konsekuensi-konsekuensi yang ada pada setiap alternatif solusi. Pelaksana menjelaskan bahwa F diharapkan akan lebih memahami setelah menerapkan kelima tahap PS dalam beberapa tugas yang akan diberikan selama 6 sesi pertemuan.   |  |
| Latihan  | F tidak membutuhkan waktu lama untuk memahami maksud dan tujuan penggunaan  |  |

|                 |   |
|-----------------|---|
|                 | tahap pemecahan masalah. F segera memperagakannya dengan mengerjakan tugas selanjutnya. Namun, ada beberapa tahap yang lupa diucapkan dengan suara keras dan F masih mengerjakan tugas dengan terburu-buru. |
| <i>Homework</i> | F mencoba langsung menjawab pertanyaan yang menjadi PR tersebut. Pelaksana terapis meminta F untuk menyimpan jawaban tersebut pada pertemuan selanjutnya.   |

### Sesi II

Hari/ Tanggal : Jum'at, 3 April 2009

Waktu : 15.30 – 16.15

Tujuan :

- Anak mampu menggunakan keterampilan memecahkan masalah dalam situasi bermain
- Anak mampu menerapkan 5 tahap memecahkan masalah dengan menggunakan bahasa mereka sendiri.

| Rancangan Kegiatan   | Hasil   | Kesimpulan  |
|--|---|---|
| <i>Homework review</i>                                     | F tidak mengerjakan PR yang diberikan pada sesi sebelumnya dengan alasan ia lupa. Ketika mendengarkan contoh pengalaman pelaksanaan terapi, yaitu perasaan marah ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan.<br>F dapat menyebutkan 1 situasi dimana kelima tahap PS dapat digunakan, yaitu saat belajar.  | F mampu menggunakan 5 tahap memecahkan masalah dalam situasi bermain, tetapi kadangkala masih terburu-buru dalam mengerjakan tugas sehingga masih membutuhkan bimbingan dari pelaksana terapi. F mampu mengungkapkan 5 tahap memecahkan |
| Mengingat tahap-tahap PS yang sudah dijelaskan pada sesi I | F dapat menyebutkan dan menjelaskan kelima tahap PS, tetapi pada tahap kedua ia masih perlu dingatkan oleh pelaksana terapi. Pada tahap ketiga, F masih memeragakan cara relaksasi dengan menarik dan menghela nafas seperti tercekik. Namun, saat diingatkan untuk relaksasi dengan baik, ia dapat memeragakannya sesuai contoh yang diberikan pelaksana terapi. |   |
| Anak membuat daftar tahap PS dengan                        | F dapat menuliskan 5 tahap PS dengan menggunakan kata-katanya sendiri, yaitu :<br>1. Saya harus melakukan apa?<br>2. Cobalah lihat kemungkinan-kemungkinan yang ada   |   |

|                                     |   |  |
|-------------------------------------|---|--|
| menggunakan kata-katanya sendiri    | 3. Konsentrasi<br>4. Pilih jawaban yang benar<br>5. Periksa lagi dong!  | masalah dengan menggunakan kata-katanya sendiri. |
| Bermain                             | Kadangkala F masih lupa mengucapkan tahap kedua dan ketiga, sehingga ia mengerjakan dengan terburu-buru dan memaksa potongan <i>puzzle</i> ke tempat yang tidak sesuai. |  |
| Mengajarkan <i>self-instruction</i> | F dapat menggunakan <i>self-instruction</i> dengan cara berbisik saat mencoba menyusun <i>puzzle</i> .  |  |
| <i>Homework</i>                     |   |  |

### Sesi III

|               |  |
|---------------|--|
| Hari/ Tanggal | : Sabtu, 4 April 2009  |
| Waktu         | : 10.45 – 11.30  |
| Tujuan        | : - Memberikan anak kesempatan lagi untuk menggunakan tahap pemecahan masalah dalam situasi bermain.<br>- Anak diharapkan mampu menggunakan 5 tahap memecahkan masalah tanpa bantuan |

| Rancangan Kegiatan     | Hasil  | Kesimpulan   |
|------------------------|--|--|
| <i>Homework review</i> | F tidak mengerjakan tugas dengan alasan lupa. Ketika diajak mendiskusikan PR, F menyebutkan beberapa situasi dimana ia dapat menggunakan tahap memecahkan masalah, yaitu saat belajar dan marah. | F mampu menggunakan 5 tahap memecahkan masalah saat mengerjakan tugas yang diberikan tanpa |
| Pengulangan 5 tahap PS | F mampu mengingat tahap 1, 2, 3, dan tahap kelima. F lupa tahap keempat.   |  |
| Identifikasi tahap     | Menurut F, yang paling sulit adalah tahap kedua karena kalimatnya terlalu panjang.   |  |

|   |   |                                       |
|---|---|---------------------------------------|
| yang paling sulit dan paling mudah dipahami | Setelah pelaksana menjelaskan kembali maksud tahap kedua, F diminta untuk menggunakan kalimat yang lebih singkat dengan kata-katanya sendiri, "apa ya cara-caranya?"<br>Tahap yang paling mudah adalah tahap ketiga karena hanya terdiri dari satu kata. Akan tetapi, ketika memeragakan tahap tersebut, F masih memeragakan seperti pada sesi sebelumnya (tercekik dan tertawa). | mendapatkan bimbingan dari pelaksana. |
| <i>Modeling</i>                             |   |                                       |
| Praktek                                     | F mengucapkan setiap tahap dengan baik, baik dengan suara keras atau suara perlahan. Dari 5 soal yang diberikan, F dapat menjawab 4 soal dengan benar. Pada jawaban satu soal yang salah, pelaksana mengajak F mengidentifikasi kesalahan yang dilakukan. F mengatakan bahwa ia kurang berhati-hati sehingga ia melakukan kesalahan.  |                                       |
| <i>Homework</i>                             |   |                                       |

#### Sesi IV

|               |  |
|---------------|--|
| Hari/ Tanggal | : Rabu, 8 April 2009   |
| Waktu         | : 16.15 – 17.15  |
| Tujuan        | : - Mengenalkan situasi sosial nyata dimana anak bisa memecahkan masalah<br>- Anak mampu mengemukakan 3 alternatif solusi untuk memecahkan masalah dengan bantuan pelaksana terapi<br>- <i>Brainstorming</i> mengenai dampak dari setiap alternatif solusi dengan mempertimbangkan perasaan orang lain dan apa yang akan terjadi |

| Rancangan Kegiatan | Hasil   | Kesimpulan               |
|--------------------|---|--------------------------|
| <i>Homework</i>    | F tidak mengerjakan PR dengan alasan tidak sempat. F memberikan jawaban "saat belajar di sekolah (mengerjakan tugas); saat marah dengan teman, ayah, ibu, | F mampu mengidentifikasi |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   | <p>pembantu, dan adik". F menjelaskan bagaimana menggunakan 5 tahap memecahkan masalah saat marah dengan temannya saat disakiti terlebih dahulu atau ketika ada teman yang mengejek. Sedangkan masalah yang dialami F di rumah adalah perasaan marah dengan ayah, ibu, pembantu, dan adik. F marah ketika ayah dan ibu memerintah F untuk mandi, makan, dan belajar. Perasaan marah F terhadap adik adalah ketika adik mengganggu saat F bermain.</p> <p>Dari 2 <i>worksheets</i> yang dikerjakan, F sudah mulai memahami adanya konsekuensi dalam setiap pilihan. F juga menentukan pilihan dengan mempertimbangkan perasaan dan apa yang akan terjadi. Dalam membuat pernyataan masalah, F sering membuat kalimat dengan mengajukan dua pilihan kegiatan yang harus dilakukan. F mampu membuat minimal 3 alternatif solusi terhadap masalah yang dihadapi. Selain itu, ia juga mampu mengidentifikasi perasaan orang lain dan apa yang akan terjadi dalam setiap alternatif sebagai konsekuensi.</p> <p>F mengatakan bahwa ia seharusnya mempertimbangkan perasaan orang lain saat mengambil salah satu alternatif solusi.</p> | <p>situasi-situasi sosial dimana dapat diterapkan 5 tahap memecahkan masalah. Selain itu, F mampu mencari 3 alternatif solusi (kadangkala lebih dari 3) untuk memecahkan masalah dan mengidentifikasi dampak dari setiap alternatif.</p> |
| Menerapkan 5 tahap PS dalam situasi sosial. |  |  |
| <i>Modeling</i>                             | <p>F masih terburu-buru dalam mengambil keputusan dan harus diingatkan kembali untuk mengucapkan setiap tahap secara berurutan.</p>  |  |
| Bermain                                     | <p>F kadangkala ia lupa mengucapkan beberapa tahap dengan suara keras. Pelaksana terapi harus mengingatkan F beberapa kali agar F mengucapkannya dengan suara yang jelas.</p> <p>F mengalami kekalahan skor yang diperoleh dan ia menyadari bahwa ia kurang fokus dan sering terburu-buru, sehingga sering melakukan kesalahan.</p>  |  |
| Menerapkan 5 tahap PS secara tertutup       | <p>F memahami apa yang dimaksud pelaksana terapi mengenai tahapan berbicara untuk diri sendiri, dari suara yang keras, perlahan, dan dalam hati.</p>   |  |
| Bermain                                     | <p>F kadangkala mengucapkan salah satu tahap dengan suara yang terdengar. Meskipun F mengalami kekalahan tetapi langkah-langkah yang diambil dalam permainan <i>tic-tac-toe</i> ini sudah lebih teratur dan terarah.</p>   |  |
| <i>Homework</i>                             |  |  |



Sesi V

- Hari/ Tanggal : Kamis, 9 April 2009 dan Senin, 13 April 2009  
 Waktu : 11.30 – 12.45  
 Tujuan :  
 - Membantu anak menggunakan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi sosial nyata yang terbukti menimbulkan masalah bagi anak.  
 - Anak berperan aktif dalam melihat kekurangan yang ada dalam dirinya.

| Rancangan Kegiatan                             | Hasil   | Kesimpulan  |
|--|---|---|
| <i>Homework</i>                                | F lupa dan kembali pelaksana terapi mengajak F mendiskusikan jawabannya. Jawaban F sama seperti sesi sebelumnya, yaitu saat belajar dan marah ia dapat menggunakan tahap pemecahan masalah  | Anak dapat menggunakan langkah-langkah memecahkan masalah dalam situasi nyata melalui <i>role play</i> . Anak juga cukup dapat mengevaluasi kekurangan yang ada dalam dirinya |
| <i>Role play</i> dan evaluasi <i>role play</i> | Situasi 1:<br>F memberikan 4 alternatif solusi ketika mendapatkan ejekan dari temannya. F sempat memilih untuk marah dan menendang temannya. F lalu memilih untuk mengembalikan buku ke temannya dan meminta maaf, tetapi ia tetap marah.<br>F mengetahui bahwa dengan ia marah dan menendang ia tidak menggunakan 5 tahap PS. Ia marah karena ia masih mengalami kesulitan mengendalikan kemarahannya.<br>Situasi 2:<br>F mengatakan bahwa ada kerugian dan keuntungan yang ia rasakan saat menerapkan 5 tahap pemecahan masalah. Keuntungannya ia membuat ayahnya senang, sedangkan kerugiannya ia tidak bisa menonton adegan film saat ia harus mandi.<br>Situasi 3:<br>F mengemukakan 3 alternatif solusi dan ia memilih untuk mematuhi perintah guru yang memintanya untuk diam. Alasannya ia tidak mau gurunya marah. |   |
| <i>Homework</i>                                |   |   |

Sesi VI

- Hari/ Tanggal : Rabu, 29 April 2009  
 Waktu : 14.00 – 15.00  
 Tujuan : - Memberikan anak kesempatan melakukan praktek final penerapan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi sosial. Dalam sesi ini, anak menggunakan langkah-langkah secara tertutup.  
 - Anak mampu mengevaluasi diri dan juga mendapatkan informasi mengenai pemahaman anak selama mengikuti program intervensi ini.

| Rancangan Kegiatan            | Hasil   | Kesimpulan  |
|-------------------------------|---|---|
| <i>Homework</i>               | F tidak mengerjakan PR dengan alasan lupa. Pelaksana terapi mengajak F untuk menemukan jawaban atas pertanyaan PR sesi sebelumnya. Jawaban F adalah ia dapat menerapkan 5 tahap PS saat marah atau ingin berkelahi dengan temannya.   | F cukup memahami informasi yang diberikan selama mengikuti program intervensi. Ia juga dapat memberikan contoh situasi dimana ia dapat menggunakan tahap-tahap PS. Selain itu, F dapat merasakan manfaat dari penggunaan tahap PS dalam situasi nyata, yaitu saat ia mengerjakan tugas matematika di sekolah. |
| <i>Role play dan evaluasi</i> | F mengemukakan 3 alternatif solusi, yaitu : (1) mendiamkan temannya yang mengajak mengobrol, (2) memukul temannya, (3) jika temannya menangis F akan membiarkan saja. F memilih cara pertama, tetapi jika tidak berhasil membuat temannya diam ia akan memilih alternatif kedua.<br>Tanggung jawab F setiap hari adalah : mandi, makan, mengerjakan PR, sekolah, belajar, dan les (kumon). F mengatakan bahwa semuanya sanggup ia kerjakan, tetapi ia paling tidak suka mengerjakan PR dan les kumon. Ia menganggap les kumon matematika tidak bermanfaat karena membosankan. Ia menginginkan les kumon bahasa Inggris. |   |
| Evaluasi                      | F memahami apa yang dipelajari selama 6 sesi pertemuan, yaitu tentang tahapan memecahkan masalah. F dapat menyebutkan dan menjelaskan maksud setiap tahap dengan cukup baik, ia juga dapat memberikan contoh apa yang dilakukan dalam setiap tahapnya. Saat berperan sebagai guru yang menjelaskan 5 tahap PS, F dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan pelaksanaan terapi (yang berperan sebagai murid)  |   |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>mengenai maksud, tujuan, dan manfaat dari 5 tahap PS. F sudah menggunakan tahap PS saat mengerjakan tugas pelajaran matematika di sekolah. Hasilnya adalah ia merasa dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan baik.</p> <p>Efek dari PSST terhadap F adalah adanya perubahan pandangan F mengenai peraturan. Menurut F, peraturan tidak menjadi hal yang tidak disukai lagi, tetapi dinilainya sebagai hal yang biasa. Peraturan tidak lagi dianggap melanggar hak-haknya sebagai anak karena ia masih bisa bermain. Ia juga dapat mengikuti peraturan dengan mengerjakan apa yang diperintahkan sesuai peraturan. Akan tetapi, F mengakui bahwa kadangkala ia masih malas.</p> |  |
|--|---|--|



Berdasarkan dengan panduan program PSST bahwa setiap sesi program ada aturan main yang harus diikuti dan anak mendapatkan 10 kartu yang kemudian dapat berkurang sesuai dengan aturan main. Berikut ini merupakan hasil perolehan kartu dalam setiap sesi :

Tabel 4. 3 Hasil perolehan *token*

| Sesi         | Pelanggaran yang dilakukan  | Jumlah kartu yang diperoleh |
|--------------|---|-----------------------------|
| I            | Lupa menyebutkan beberapa tahap dengan suara keras dan mengerjakan tugas dengan terburu-buru  | 8                           |
| II           | Lupa menyebutkan beberapa tahap (3x)  | 7                           |
| III          | Lupa menyebutkan beberapa tahap; memeragakan tahap ketiga dengan main-main (seperti tercekik); salah memberikan jawaban   | 7                           |
| IV           | Terburu-buru memberikan jawaban; lupa mengucapkan tahap secara berurutan; lupa mengucapkan dengan suara keras di saat ia harus mengucapkan dengan suara keras atau sebaliknya | 6                           |
| V            | Terburu-buru memberikan jawaban; Lupa mengucapkan beberapa tahap  | 8                           |
| VI           | -   | 10                          |
| <b>Total</b> |   | <b>46</b>                   |

Jumlah kartu yang diperoleh anak dapat ditukarkan dengan *reward / reinforcement* yang telah disepakati anak dan orang tua. Ibu klien melaporkan bahwa F sering mengingatkan jumlah perolehan kartu dan reward yang akan diperolehnya. F ingin mendapatkan *reward* terbesar (*play station stick*) sehingga ia tidak menukarkan sejumlah kartu yang diperolehnya setelah mengikuti satu sesi pelatihan dengan *reward* yang lebih kecil.

#### 4. 3. Tahap Evaluasi

Berdasarkan hasil pengisian *problem oriented rating form* yang dilakukan setelah pelaksanaan pelatihan keterampilan memecahkan masalah, observasi, dan wawancara; anak menunjukkan perubahan kognitif dan perilaku terkait dengan

masalah yang dimiliki anak. Berdasarkan wawancara dan observasi, F bisa mematuhi beberapa peraturan yang diberikan oleh orang tua. Misalnya, F sudah bersedia makan malam di meja makan ketika ayah memintanya untuk makan dahulu sebelum menonton televisi. F juga mengerjakan PR kumon lebih awal dibandingkan sebelumnya yang masih harus selalu diingatkan. Ada peraturan yang tidak langsung dipatuhi F karena sebelumnya orang tua harus membujuk dengan memberikan hadiah atau janji. Setelah F mematuhi peraturan tersebut dan orang tua tidak segera memenuhi janji tersebut, F tidak marah atau protes. F mengatakan bahwa ia mengerti jika orang tuanya lelah karena bekerja seharian. Namun, F berharap orang tua mematuhi janji mereka untuk memberikan hadiah jika ia mematuhi peraturan. Menurut pengasuh, F masih belum bersedia mematuhi perintahnya (atas perintah orang tua F) untuk tidak bermain sebelum mengerjakan PR. Ketika mendengar penjelasan pengasuh, F mengatakan bahwa ia sudah menyelesaikan PR dengan menunjukkan PR kumon yang memang sudah dikerjakan.

Terkait dengan rasa marah F jika ada teman yang mengganggu atau sengaja mengejeknya, ia tetap akan marah. Namun, ia tidak segera memukul atau membalas perlakuan temannya. Ia berusaha menegur atau menyampaikan kepada temannya bahwa ia tidak menyukai ejekan tersebut. Jika temannya tetap mengejeknya, F akan marah dengan mengejek kembali atau memukulnya.

## BAB 5

### KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

#### 5. 1. Kesimpulan

Pelatihan keterampilan pemecahan masalah (*Problem Solving Skills Training*) yang telah dilakukan merupakan pelatihan yang menggunakan terapi kognitif dan perilaku. Pelatihan dilaksanakan sebanyak 7 kali pertemuan dari 6 sesi yang telah disusun. Berdasarkan proses pelaksanaan PSST dapat disimpulkan bahwa pelatihan ini cukup efektif untuk mengurangi perilaku anak yang cenderung menampilkan perilaku *oppositional* dalam situasi sosial yang bermasalah. Anak mengalami perubahan pikiran mengenai peraturan dari yang sebelumnya tidak disukai dan tidak mematuhi peraturan tersebut menjadi hal yang biasa saja dan bersedia mematuhi.

Tabel 5. 1 : Perbandingan sebelum dan sesudah PSST

| Aspek    | Sebelum PSST  | Sesudah PSST  |
|----------|---|---|
| Kognitif | Anak tidak menyukai aturan yang dianggap telah melanggar hak-haknya sebagai anak.   | Anak bersedia mematuhi peraturan dan menganggap aturan merupakan hal yang biasa ditemukan sehari-hari. Aturan tidak melanggar hak-haknya sebagai anak.  |
| Perilaku | <ul style="list-style-type: none"><li>- Tidak mematuhi peraturan</li><li>- Menentang perintah orang tua dan guru</li><li>- Mudah marah ketika menghadapi situasi sosial yang menurut F tidak sesuai dengan keinginannya</li><li>- Memaksakan kehendak</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Mencoba untuk mengikuti peraturan (walaupun masih malas)</li><li>- Bersedia menuruti perintah orang tua (tetapi masih harus diingatkan tentang konsekuensi yang didapatkan jika tidak menuruti)</li><li>- Masih marah ketika menghadapi situasi sosial yang tidak sesuai dengan keinginannya, tetapi mengerti adanya alternatif solusi untuk menghindari konflik lebih lanjut.</li><li>- Lebih bisa memahami perasaan orang lain sehingga mencoba untuk tidak memaksakan kehendaknya.</li></ul> |

## 5. 2. Diskusi

Dari hasil pelaksanaan program, terdapat beberapa hal yang dapat menjadi bahan diskusi. Ada beberapa faktor yang mendukung keberhasilan PSST. Pertama, karakteristik anak, yaitu kapasitas kognisi anak dalam memahami maksud dan tujuan pelatihan serta tahap-tahap yang digunakan untuk memecahkan masalah. Kendall & Braswell (1985) mengemukakan bahwa dalam PSST tercakup kemampuan kognitif, sosial, dan perilaku. Pemecahan masalah yang sukses merupakan hasil dari suatu keterlibatan operasi strategi kognitif yang memungkinkan seseorang mengarahkan suatu tindakan, mencerminkan hasil yang potensial, dan membuat keputusan dari berbagai pilihan. Selain itu, dalam PSST ini anak diajarkan untuk mengembangkan kemampuan *self-manage* pikiran dan perasaan dan berinteraksi dengan orang lain secara tepat dengan mengembangkan perspektif dan solusi baru (Kazdin, dalam [www.minddisorder](http://www.minddisorder), 2007). Untuk itu dibutuhkan anak yang memiliki kemampuan kognisi yang cukup tinggi sehingga tidak mengalami kesulitan dalam memahami situasi tertentu (yang menimbulkan masalah), mengolah informasi, dan menemukan solusi-solusi terkait dengan masalah yang dihadapi. Berdasarkan hasil pemeriksaan, kecerdasan F berada pada taraf *very superior* (IQ=129, skala Wechsler).

Faktor pendukung lainnya adalah adanya keinginan orang tua untuk terlibat secara aktif. Pelaksana terapis dapat memanfaatkan orang tua sebagai asisten terapis, terutama saat di rumah, dengan membuat kesepakatan bersama. Perilaku anak di rumah dimonitor orang tua, yang juga menerapkan teknik *reinforcement* dan *punishment* pada setiap respon target perilaku anak (Kanzantzis, 2005). Orang tua diharapkan memuji dan memberikan *reward* jika anak menampilkan perilaku positif, dan sebaliknya jika anak menampilkan perilaku negatif maka orang tua mengambil hak istimewa anak dan memberikan *time out*. Kondisi tersebut dapat membantu anak melaksanakan pengetahuan dan keterampilan baru yang diperoleh selama intervensi sehingga pelatihan tersebut dapat segera dipraktekkan dalam situasi nyata. Akan tetapi, keterlibatan orang tua F tidak sepenuhnya dapat dilakukan dan cenderung masih belum konsisten. Hal tersebut menyebabkan perubahan perilaku F yang sesuai juga tidak konsisten.

Dalam pelaksanaan pelatihan ini pelaksana juga menemukan kendala-kendala yang mengakibatkan hasil pelatihan belum optimal. Pada sesi program PSST ini terdapat pembuatan *self instruction* mengenai tahap-tahap memecahkan masalah. Anak diminta menggunakan tahap memecahkan masalah dengan menggunakan bahasanya sendiri yang bertujuan untuk memudahkan anak mengingat dan memahaminya. Akan tetapi, pelaksana terapi menemukan kesulitan dalam merangsang anak untuk menemukan bahasa yang digunakannya. Anak masih terpaku pada rangkaian kata yang sudah diajarkan, misalnya pada tahap kedua : “Perhatikan kemungkinan-kemungkinan yang berbeda” . Anak menggunakan kalimat “Cobalah lihat kemungkinan-kemungkinan yang ada”. Kesulitan ditemukan ketika anak diminta menyebutkan tahap yang menurutnya sulit untuk diingat dan dipahami, yang ternyata adalah tahap kedua. Alasannya adalah kalimat dalam tahap tersebut terlalu panjang sehingga anak sulit mengingatnya. Hal tersebut menunjukkan kelemahan pelaksana terapi dalam merangsang kreatifitas anak untuk menemukan kalimat yang benar-benar dapat diingat dan dipahami oleh anak itu sendiri. Padahal *self-instruction* penting dalam memecahkan masalah dirancang untuk membantu anak-anak mengenali adanya masalah dan mengidentifikasi bentuk masalah tersebut, membuat suatu strategi yang membantu anak ke arah pemecahan masalah, membuat pilihan-pilihan, dan mengambil tindakan pada rencana yang dipilih (Kendall & Braswell, 1985).

Jadwal pelaksanaan program pelatihan yang berlangsung tidak konsisten juga dapat menjadi kendala. Meskipun pada saat sebelum sesi pelatihan dimulai pelaksana terapi sudah membuat kesepakatan, namun pada pelaksanaannya terdapat perubahan jadwal. Hal tersebut disebabkan adanya beberapa faktor eksternal seperti kesehatan anak, perubahan cuaca, dan kesibukan orang tua sehingga tidak ada yang menemani anak. Perubahan jadwal yang telah disepakati menyebabkan adanya selisih waktu antara beberapa pertemuan sehingga membuat anak menjadi terganggu oleh kegiatan lain. Kegiatan tersebut dapat mengganggu konsentrasi anak dan juga mempengaruhi penguasaan program pelatihan, apalagi anak mengakui bahwa ia mudah lupa.

Kendala lainnya adalah tipe temperamen anak yang dapat mempengaruhi keberhasilan program intervensi ini dan kurangnya pemahaman orang tua



mengenai pola asuh yang tepat. Temperamen merupakan salah satu faktor penyebab seseorang menampilkan perilaku *oppositional* dengan gaya manajemen orang tua yang tidak sesuai akan memperparah masalah perilaku anak (Wenar & Kerig, 2008). Temperamen anak yang sulit cenderung membuat orang tua berusaha mengontrol perilaku anak secara berlebihan yang akan menambah intensitas perilaku melawan pada anak (Martin & Colbert, 1997). Orang tua yang memiliki anak cenderung *oppositional* kurang memiliki keterampilan-keterampilan dasar (dalam pengasuhan). Patterseon (dalam Bushman, 2007) mengungkapkan adanya strategi kontrol perilaku aversif dapat memperburuk masalah perilaku anak dan secara perlahan merusak efektifitas pengasuhan. Kadangkala orang tua juga berusaha menerapkan disiplin tetapi tidak konsisten. Akibatnya, jika anak menampilkan perilaku yang sesuai akan diabaikan, dan jika tidak sesuai akan mendapatkan hukuman (Patterson, dalam Bushmanm 2007). Hal tersebut yang terjadi dalam kasus F dimana orang tuanya mencoba menerapkan disiplin namun tidak konsisten sehingga intensitas dan frekuensi perilaku *oppositional* anak meningkat.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dapat disimpulkan bahwa F memiliki temperamen tipe *slow to warm up*. F cenderung bersikap negatif saat menghadapi situasi baru, tetapi reaksinya secara perlahan menjadi lebih positif dengan mendapatkan perhatian/ bantuan secara berkala. F juga cenderung mudah menampilkan respon marah atau cenderung agresif ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya. Dengan karakteristik F, pelaksana terapi cukup mengalami kesulitan saat mengajak F mencari alternatif solusi. Sebelumnya F terbiasa marah atau berperilaku agresif sehingga respon itu yang selalu muncul sebagai solusi pertama ketika menghadapi beberapa situasi sosial. Kadangkala F bersedia memilih alternatif solusi yang lebih sesuai, namun tetap ada rasa marah dan perilaku agresif. Meskipun F sudah memahami tindakan atau solusi yang dipilihnya berpengaruh terhadap perasaan dan tindakan orang lain, tetapi F sering bertahan dengan solusi tersebut. Anak yang memiliki keterampilan memecahkan masalah memungkinkan untuk memilih solusi yang tidak sesuai terhadap masalah-masalah yang berkaitan dengan agresifitas (Olexa & Forman, dalam Chang, D'Zurilla, & Sanna, 2004).

Hal lain yang menjadi kelemahan dalam pelaksanaan PSST ini adalah kondisi dua orang tua bekerja (*dual earner family*). Ayah dan Ibu yang bekerja menghadapi tantangan tuntutan pengasuhan anak karena mereka kurang memiliki waktu untuk mengawasi anak-anaknya (Gareis, Kopko, Tisdale, & Barnett. 2008). Kurangnya waktu orang tua di rumah dapat mempengaruhi kesejahteraan anak. Masalah waktu ini berpengaruh terhadap perhatian orang tua selama proses pelatihan ini. Meskipun ibu atau ayah secara bergantian mendampingi anak dan berusaha terlibat, tetapi energi dan pikiran mereka sudah "terkurus" saat bekerja. Hal tersebut terlihat dari adanya tugas (PR) dalam setiap sesi pelatihan yang tidak pernah dikerjakan anak. Anak mengemukakan alasan bahwa ia pelupa dan tidak ada upaya dari orang tua untuk membantu anak mengerjakan tugas tersebut (pelaksana terapi selalu memberitahu orang tua akan adanya PR setiap selesai sesi).

Dengan kondisi orang tua bekerja dan kurangnya pemahaman mengenai pola asuh yang sesuai bagi anak sehingga orang tua mengalami kesulitan dalam menerapkan pola asuh yang tepat. Orang tua sering merasa tidak tahu harus melakukan apa ketika menghadapi perilaku anak yang tidak sesuai, selain dengan cara yang sudah dilakukan sebelumnya (menuruti kemauan anak atau marah). Bushman (2007) mengungkapkan bahwa dibutuhkan pembekalan khusus untuk orang tua yang memiliki anak dengan perilaku dan emosi bermasalah, yaitu *Parent Training* (PT). Hasil penelitiannya didapatkan bahwa adanya kombinasi antara anak mengikuti PSST dan orangtuanya mengikuti PT akan menunjukkan perubahan yang signifikan dalam perilaku prososial dibandingkan hanya anak yang mengikuti PSST. Akan tetapi, proses PT yang panjang dan sulitnya mendapatkan pelatihan sejenis ini di Indonesia menyebabkan orang tua perlu menemukan pembekalan sejenis yang memungkinkan, misalnya melalui konseling lanjutan.

### 5. 3. Saran

Ada beberapa saran agar hasil program intervensi ini dapat lebih optimal :

1. Keterbatasan waktu orang tua menemani anak selama berjalannya sesi pelatihan dan dalam keseharian, orang tua disarankan mendatangi ahli

profesional (psikolog) untuk mendapatkan konseling atau pembekalan lanjutan mengenai pola asuh yang sesuai dengan karakter dan kebutuhan anak. Selain itu, orang tua juga mengetahui apa yang sebaiknya dilakukan ketika menghadapi perilaku anak yang tidak sesuai maupun yang sesuai.

2. Selama anak mengikuti pelatihan keterampilan memecahkan masalah, ayah dan ibu bekerja sama untuk mengawasi peran serta anak dalam mengikuti pelatihan ini. Orang tua diharapkan aktif untuk menanyakan kepada anak mengenai perkembangan pelatihan yang diikuti, termasuk kegiatan apa saja yang ada dalam pelatihan keterampilan memecahkan masalah. Hal tersebut penting dilakukan untuk membantu anak mempraktekkan keterampilan ini di rumah atau dalam situasi sosial yang nyata, baik selama proses intervensi maupun setelah proses intervensi ini selesai.
3. Membuat perencanaan jadwal pelaksanaan pelatihan yang lebih konsisten (tetapi tetap disesuaikan dengan kondisi orang tua bekerja) sehingga kesepakatan yang sudah dibuat sebelumnya tidak dilanggar. Hal tersebut untuk menghindari adanya distraksi pada anak yang dapat mempengaruhi pemahaman dan dalam mempraktekan keterampilan memecahkan masalah.
4. Pelaksana terapi perlu menggunakan media permainan yang lebih bervariasi untuk merangsang kemampuan kognitif anak dalam memecahkan masalah. Jenis permainan yang digunakan harus disesuaikan dengan usia perkembangan dan kemampuan anak. Hindari permainan yang terlalu mudah atau terlalu sulit. Selain itu, gunakan media lain seperti *story telling* atau film. Dengan mendengarkan cerita atau film yang mengajarkan pentingnya keterampilan memecahkan masalah diharapkan dapat memberikan *insight* bagi anak. Akan tetapi, media ini harus disesuaikan dengan minat anak untuk menghindarkan kebosanan atau tidak tertarik.

## DAFTAR PUSTAKA

Gareis, K., Kopko, K. A., Tisdale, S., & Barnett, R. 2008. After-School Care and Work-life Issues. The Sloan Work and Family Research Network: Boston College. Retrieved from: <http://wfnetwork.bc.edu> on May, 2009.

Bedell, J. R. & Lennox, S. S. 1997. *Handbook for Communication and Problem-Solving Skills Training: A Cognitive Behavioral Approach*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Bushman, B. 2007. *Does Teaching Problem-Solving Skills Matter?: An Evaluation of Problem-Solving Skills Training for the Treatment of Social and Behavioral Problems in Children*. Retrieved from: [www.docs.lib.purdue.edu](http://www.docs.lib.purdue.edu) on February 29, 2009.

Chang, E. C., D'Zurilla, T. J., & Sanna, L. J. 2004. *Social Problem Solving: Theory, research, and Training*. Washington: American Psychological Association.

Friedberg, R. D & McClure, J. M. 2002. *Clinical Practice of Cognitive Therapy with Children and Adolescents*. New York: The Guildford Press.

Foxx, R. M. dan Faw, G. D., 2000. "The Pursuit of Actual Problem-Solving Behavior: An Opportunity for Behavior Analysis". Dalam Behavior and social issues, 10, 71-81 (2000), Cambridge center for Behavioral Studies. Retrieved from: [www.behavior.org/journals](http://www.behavior.org/journals) on March, 2009.

Greene, R. W. 1998. *The Explosive Child: A New Approach for Understanding and Parenting Easily Frustrated, "Chronically Inflexible" Children*. USA: HarpercollinsPublishers.

Greenspan, S. I. 1997. *The Challenging Child: Understanding, Raising, and Enjoying the Five "Difficult" Types of Children*. New York: Addison-Wesley Publishing Company, Inc.

Haugaard, J. J. 2008. *Child Psychopathology*. New York: McGraw-Hill International Edition.

Hewitt, M. B. 2006. *The control game: Exploring oppositional behavior*. Connecticut Down Syndromme Congress, Inc. Retrieved from: [www.ctdownsyndrome.org](http://www.ctdownsyndrome.org) on February, 2009.

Kazantzis, N., 2005. *"Using Home work Assignments in Cognitive-Behavior Therapy"*. Published by Routledge. Retrieved from: [www.psypress.com](http://www.psypress.com) on February, 2009.

Kendall, P. C & Braswell, L. 1985. *Cognitive-Behavioral Therapy for Impulsive Children*. New York: The Guildford Press.

Locke, K. D. 2005. *Interpersonal problems and interpersonal expectations in everyday life*. Journal of social and clinical psychology, Vol. 24, No. 7, 2005, pp. 915 – 931. Retrieved from [www.class.uidaho.edu](http://www.class.uidaho.edu) on June 2009.

Martin, C. A & Colbert, K. K. 1997. *Parenting: A Life Span Perspective*. New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.

Martin, G. L. 2008. *Oppositional Defiant Disorder*. Adapted from Pediatric Psychiatry Pamphlets, *"Oppositional Defiant Disorder and Conduct Disorder"* ([www.kliss.com/handler/home.htm](http://www.kliss.com/handler/home.htm)) and Facts for families #72, "Children with oppositional defiant disorder", American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. Retrieved from: on February 2009.

Shapiro, L. E. 2005. *How to Raise a Child with High EQ: A Parents' Guide to Emotional Intelligence*. New York:

Sheets, T. 1997. *"Dealing with Oppositional Behavior"*. Retrieved from: [www.yourfamilyclinic.com](http://www.yourfamilyclinic.com) on February, 2009.

Steiner, H., Remsing, L., Arnold, V, Beitchman, J., Benson, R. S., et al. 2006. *Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with oppositional defiant disorder*. American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. Retrieved from: [www.aacap.org](http://www.aacap.org) on June, 2009.

Wahler, R. G., Vighante, V. A., dan Strand, P. S. 2004. *"Generalization in a Child's Oppositional Behavior across Home and School Settings"*. Journal of Applied Behavior Analysis; 43-51. Number 1 (Spring 2004). Retrieved from: [www.pubmedcentral.nih.gov](http://www.pubmedcentral.nih.gov) on March, 2009.

Webster-Stratton, C. & Reid, J. M. 2008. *Classroom social skills dinosaur program: Strengthening social and emotional competence in young children- The foundation for early school readiness and success: Incredible years classroom social skills and problem solving curriculum*. Research in University of Washington. Retrieved from: [www.incredibleyears.com](http://www.incredibleyears.com) on March 2009.

Wenar, C. & Kerig, P. (2008). *Developmental Psychopathology : From Infancy through Adolescence, 5th ed*. New York: McGraw-Hill International edition.

[www.foreignword.com](http://www.foreignword.com)

[www.lifestyle-homeschool.com](http://www.lifestyle-homeschool.com), *Intrapersonal skills*. Retrieved on January, 2009.





## INFORMED CONCENT FORM

Saya, Listiyo Andini, mahasiswi Psikologi Profesi Klinis Anak, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, sedang melakukan tugas akhir mengenai program problem solving skills training pada anak yang cenderung *oppositional*. Sehubungan dengan hal tersebut, program terapi akan saya lakukan terhadap anak Anda. Perlu diketahui bahwa terapi ini ditujukan untuk mengurangi atau mengubah perilaku tertentu yang sudah disepakati sebelumnya. Selama terapi berlangsung, saya mengharapkan kerjasama dari orangtua agar terapi dapat berhasil efektif.

Program ini direncanakan akan dilakukan dalam 6 sesi dan masing-masing sesi berlangsung kurang lebih 1 jam. Anak diharapkan dapat mengikuti seluruh sesi sesuai dengan jadwal yang ditetapkan bersama orangtua.

Selama terapi berlangsung akan dilakukan dokumentasi baik secara tertulis maupun menggunakan media lainnya (misalnya kamera atau *handycam*).

Terapi ini dilakukan tanpa dipungut bayaran termasuk biaya administrasi dalam bentuk apapun.

“Dengan menandatangani surat ini, Saya menyetujui anak saya, Muhammad Farhan, untuk mengikuti terapi ini.”

Depok, Maret 2009  
Tertanda,



(..... HANI .A . .....)



## SESI 5

### *Worksheet I*

#### *Introducing role-playing*

"Hari ini kita akan mengerjakan beberapa tugas seperti pada pertemuan sebelumnya, tetapi kali ini kita akan mengerjakan dalam suatu situasi. Kita akan menggunakan langkah-langkah pemecahan masalah, kadang diucapkan dengan suara keras, kadang cukup dengan berbisik saja saat mempraktekannya. Ingatlah apa yang harus dikatakan ketika menggunakan setiap langkah. Hari ini kita akan memikirkan suatu situasi yang menimbulkan masalah, lalu kita buat solusinya, dan memikirkan konsekuensi dari setiap solusi yang kita pilih. Setelah itu, kita pilih salah satu solusi yang terbaik. Pada setiap situasi, kamu berpura-pura menjadi seseorang dan saya menjadi orang lain. Kamu akan kehilangan satu poin (kartu bergambar) jika kamu terlalu cepat atau melupakan salah satu langkah".

Penggunaan : *self-instruction*

---

### *Worksheet J*

#### *Coaching role-play*

Berikut ini ada suatu situasi :

"Ketika berjalan di ruangan kelas tiba-tiba kamu menyangkut buku salah satu temanmu yang terletak di lantai. Adam, salah satu teman kelasmu, menyebutmu ceroboh. Kamu merasa malu dan marah kepada Adam" .... Sekarang saya berpura-pura menjadi Adam dan kamu menjadi diri kamu sendiri. Kita usahakan membuat situasi ini senyata mungkin. Jadi kamu mulai dengan pura-pura masuk ke ruangan dan pura-pura menendang buku yang terletak di lantai. Coba dan gunakan langkah-langkah menemukan cara memecahkan masalah.

---

## SESI 4

### *Worksheet G (8)*

#### Modeling problem solving steps in social situations

Pelaksana terapis membacakan satu contoh kasus masalah dalam situasi sosial, yaitu :

##### Kasus #1

Saya berjanji kepada ibu untuk mengerjakan PR di rumah, yang membutuhkan sekitar 1 jam. Apa yang akan terjadi jika teman saya datang dan mengajak saya bermain ? Masalahnya adalah saya ingin pergi bermain tetapi saya sudah berjanji kepada ibu untuk mengerjakan tugas. Kedua, saya perlu memikirkan cara lain untuk memecahkan masalah ini. Hmm.. sulit juga ya.. saya perlu berpikir beberapa saat.. Saya bisa saja pergi bermain dengan temanku.. atau... saya bisa mengatakan "Tidak, saya tidak bisa pergi". Saya perlu memikirkan 3 cara berbeda yang bisa saya lakukan.. Oh!! (1) Saya bisa mengatakan kepada teman-teman bahwa saya akan mengerjakan tugas dulu, setelah selesai saya akan menemui mereka. Hmmm.... (2) Jika saya pergi dengan teman-teman, saya akan senang dan teman-teman juga akan senang, tetapi tugas belum selesai dikerjakan dan saya akan mendapatkan masalah... (3) Jika saya tidak pergi bermain, saya akan sedih, tetapi jika saya pergi setelah tugas dikerjakan maka saya tidak akan merasa bersalah dan ibuku tidak marah terhadap saya. Saya suka pilihan yang terakhir. Saya pikir saya berhasil menemukan solusi yang terbaik.

### *Worksheet G-1*

Kertas untuk menggambar permainan *tic-tac-toe*

---

### *Worksheet H*

Mengajak anak menerapkan langkah-langkah pemecahan masalah dalam situasi sosial, dengan menyebutkan setiap langkah dengan suara berbisik atau menghitung langkah yang telah dilakukan dengan menggunakan jari (tanpa mengeluarkan suara)

P : Kita sudah pernah belajar untuk menyebutkan setiap tahap dengan suatu pelan (ingatkan 5 tahap pemecahan masalah).

A : .....

## SESI 2

### *Worksheet D (4)*

Going over PSST homework

Jika anak lupa atau tidak mengerjakan PR yang diberikan pada sesi 1, maka ada pertanyaan yang diberikan pelaksana terapi kepada anak yang bertujuan untuk mengajak anak menemukan masalah yang pernah dihadapinya dan apa yang telah dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut.

P : Apakah kamu ingat tugas yang diberikan pada pertemuan sebelumnya?

A : .....

P : Saya tahu kadangkala saya melupakan sesuatu. Saya pernah terlalu tertarik dan melakukan langkah yang salah. Saya lupa untuk berhenti dan berpikir, akhirnya saya melakukan kesalahan.

A : ..... (masalah apa?)

Prosedur ini dilakukan ketika anak: (1) lupa terhadap tugasnya (PR) pada sesi sebelumnya, (2) anak tidak dapat mengingat situasi dimana langkah-langkah pemecahan masalah digunakan.

---

### *Worksheet E (5)*

Membuat *cue card*

Anak diajak membuat 5 langkah pemecahan masalah dengan menggunakan kata-kata sendiri yang kemudian dituliskan di atas kartu petunjuk (*cue card*).

---

### *Worksheet F (6)*

Permainan “Kucing dan Tikus” (atau permainan lain)

Jelaskan kepada anak cara permainan “Kucing dan Tikus”.

(7) *Using wishpered speech*

Ajarkan kepada anak untuk menggunakan *self-instruction*

“Kita tidak bisa selalu mengucapkan dengan suara keras pada situasi nyata karena akan mengganggu orang-orang di sekitar kamu. Kamu dapat mengucapkan langkah-langkah tersebut dengan suara yang pelan (berbisik atau dalam hati)”

Pelaksana terapi memberikan contoh kepada anak (mengucapkan dengan berbisik). Ucapkan setiap langkah....

## Lembar Kerja (*Worksheet*) Pelatihan Keterampilan Memecahkan Masalah

### SESI 1

#### *Worksheet A*

Bagaimana saya bisa kehilangan poin?

1. Jika kamu mengerjakan tugas dengan buru-buru. Kerjakanlah tugas dengan perlahan dan teliti. Jika mengerjakan terlalu cepat, kamu akan kehilangan satu poin.
  2. Akan 5 tahap (memecahkan masalah) dalam setiap tugas. Jika tidak mengucapkan suatu tahap atau lupa untuk mengucapkan suatu tahap dengan suara yang terdengar jelas, hal tersebut adalah satu kesalahan dan akan kehilangan satu poin.
  3. Jika salah memberikan jawaban.
- 

#### *Worksheet B*

Langkah-langkah Pemecahan Masalah

1. Apa yang sebaiknya saya lakukan?
  2. Perhatikan semua kemungkinan
  3. FOKUS ..... RELAKS
  4. Cari satu jawaban
  5. Periksa jawabanmu
- 

#### *Worksheet C*

Apa ya yang selanjutnya..... ?

1. D E F ....
2. 8 10 12 ...
3. 4 9 16 ....
4. S R Q ....
5. 11 13 ... 17

Nama : M. FARHAN (L/P)  
Usia : 9 Th

Buatlah daftar masalah yang dialami anak, baik di rumah, sekolah, dan lingkungan sosial lainnya

1. Kedisiplinan terhadap kewajiban

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1 2 3 4 5 6 7  
Tidak berat Cukup berat Sangat berat

2. Lamban menjalankan kegiatan sehari-hari

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1 2 3 4 5 6 7  
Tidak berat Cukup berat Sangat berat

3. Tidak teliti dalam belajar

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1 2 3 4 5 6 7  
Tidak berat Cukup berat Sangat berat

4. Tidak konsentrasi dalam belajar

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1 2 3 4 5 6 7  
Tidak berat Cukup berat Sangat berat

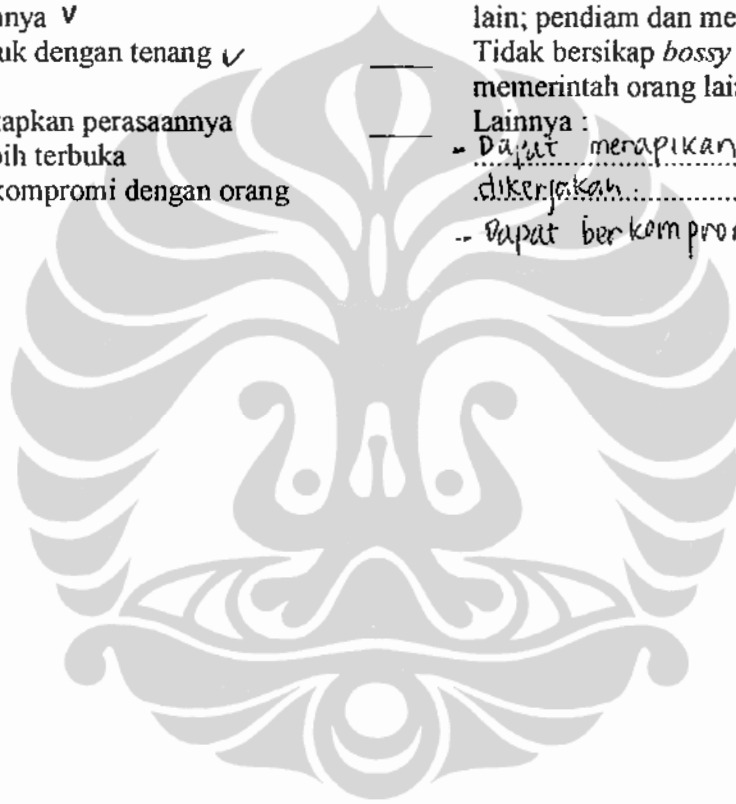
5. Berikan derajat beratnya masalah ini?

1 2 3 4 5 6 7  
Tidak berat Cukup berat Sangat berat

Berikan tanda ✓ pada perilaku spesifik lainnya yang anda harapkan ditampilkan oleh anak.

Lingkari perilaku yang menurut Anda sangat penting ditampilkan anak.

- |                                     |  |                          |  |
|-------------------------------------|--|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/>            | Menunggu giliran, antri                        | <input type="checkbox"/> | Mendengarkan dan memperhatikan ✓                               |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak memukul                                  | <input type="checkbox"/> | Berbagi dengan orang lain                                      |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak memaksa                                  | <input type="checkbox"/> | Bermain dengan jujur (tidak curang)                            |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak mengucapkan kata-kata kasar ✓            | <input type="checkbox"/> | Tidak menyalahkan orang lain                                   |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak berteriak-teriak ✓                       | <input type="checkbox"/> | Tidak mengganggu orang lain                                    |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak berbohong ✓                              | <input type="checkbox"/> | Jujur ✓  |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Dapat tenang dan mengendalikan kemarahannya ✓  | <input type="checkbox"/> | Tidak berinteraksi dengan orang lain; pendiam dan menarik diri |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Dapat duduk dengan tenang ✓                    | <input type="checkbox"/> | Tidak bersikap bossy dan memerintah orang lain                 |
| <input type="checkbox"/>            | Mengungkapkan perasaannya dengan lebih terbuka | <input type="checkbox"/> | Lainnya :  |
| <input type="checkbox"/>            | Dapat berkompromi dengan orang lain            | <input type="checkbox"/> | - Dapat merapikan tugas setelah dikerjakan.....                |
|                                     |  | <input type="checkbox"/> | - Dapat berkompromi dengan orang tua.                          |



Nama : ..... (L / P)

Usia : .....

Buatlah daftar masalah yang dialami anak, baik di rumah, sekolah, dan lingkungan sosial lainnya

1. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat                                      Cukup berat                                      Sangat berat

2. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat                                      Cukup berat                                      Sangat berat

3. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat                                      Cukup berat                                      Sangat berat

4. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat                                      Cukup berat                                      Sangat berat

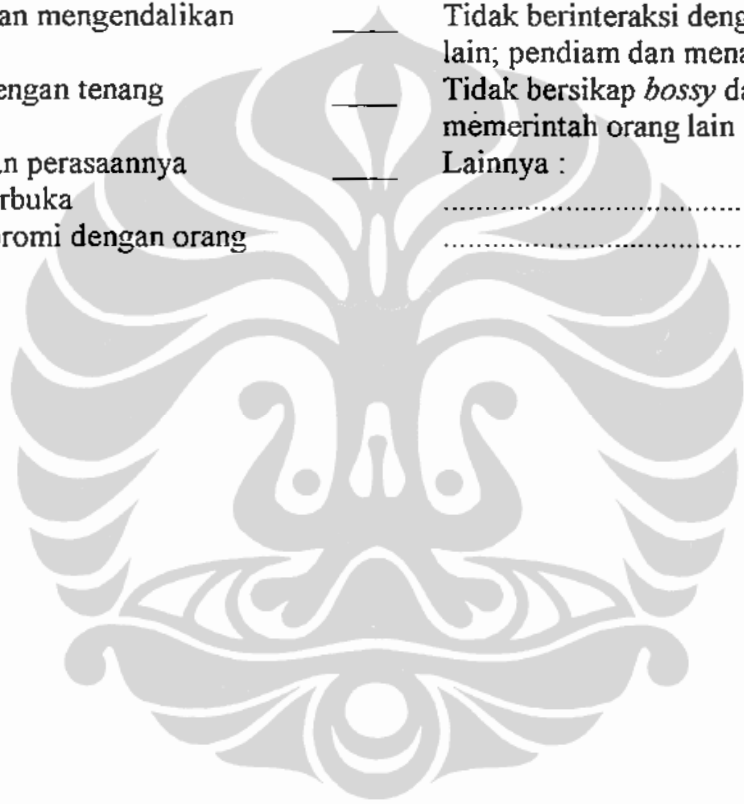
5. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat                                      Cukup berat                                      Sangat berat

Berikan tanda ✓ pada perilaku spesifik lainnya yang anda harapkan ditampilkan oleh anak.  
Lingkari perilaku yang menurut Anda sangat penting ditampilkan anak.

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Menunggu giliran, antri                        | <input type="checkbox"/> Mendengarkan dan memperhatikan                                 |
| <input type="checkbox"/> Tidak memukul                                  | <input type="checkbox"/> Berbagi dengan orang lain                                      |
| <input type="checkbox"/> Tidak memaksa                                  | <input type="checkbox"/> Bermain dengan jujur (tidak curang)                            |
| <input type="checkbox"/> Tidak mengucapkan kata-kata kasar              | <input type="checkbox"/> Tidak menyalahkan orang lain                                   |
| <input type="checkbox"/> Tidak berteriak-teriak                         | <input type="checkbox"/> Tidak mengganggu orang lain                                    |
| <input type="checkbox"/> Tidak berbohong                                | <input type="checkbox"/> Jujur  |
| <input type="checkbox"/> Dapat tenang dan mengendalikan kemarahannya    | <input type="checkbox"/> Tidak berinteraksi dengan orang lain; pendiam dan menarik diri |
| <input type="checkbox"/> Dapat duduk dengan tenang                      | <input type="checkbox"/> Tidak bersikap <i>bossy</i> dan memerintah orang lain          |
| <input type="checkbox"/> Mengungkapkan perasaannya dengan lebih terbuka | <input type="checkbox"/> Lainnya :  |
| <input type="checkbox"/> Dapat berkompromi dengan orang lain            | .....   |
|   | .....   |





**Peristiwa**

**Perasaanku**

**Skala**

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

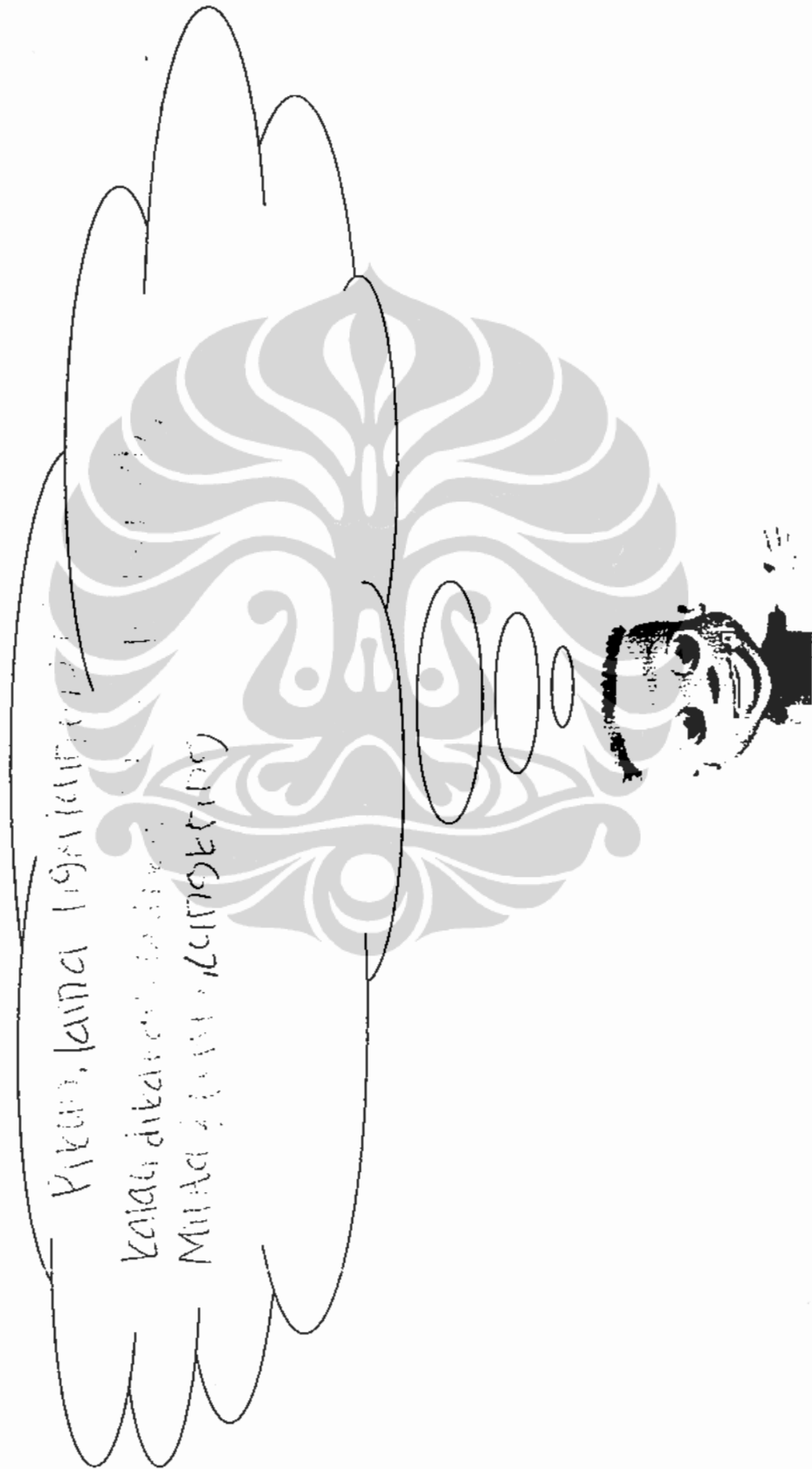
|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

**Ayah**

**Ibu**

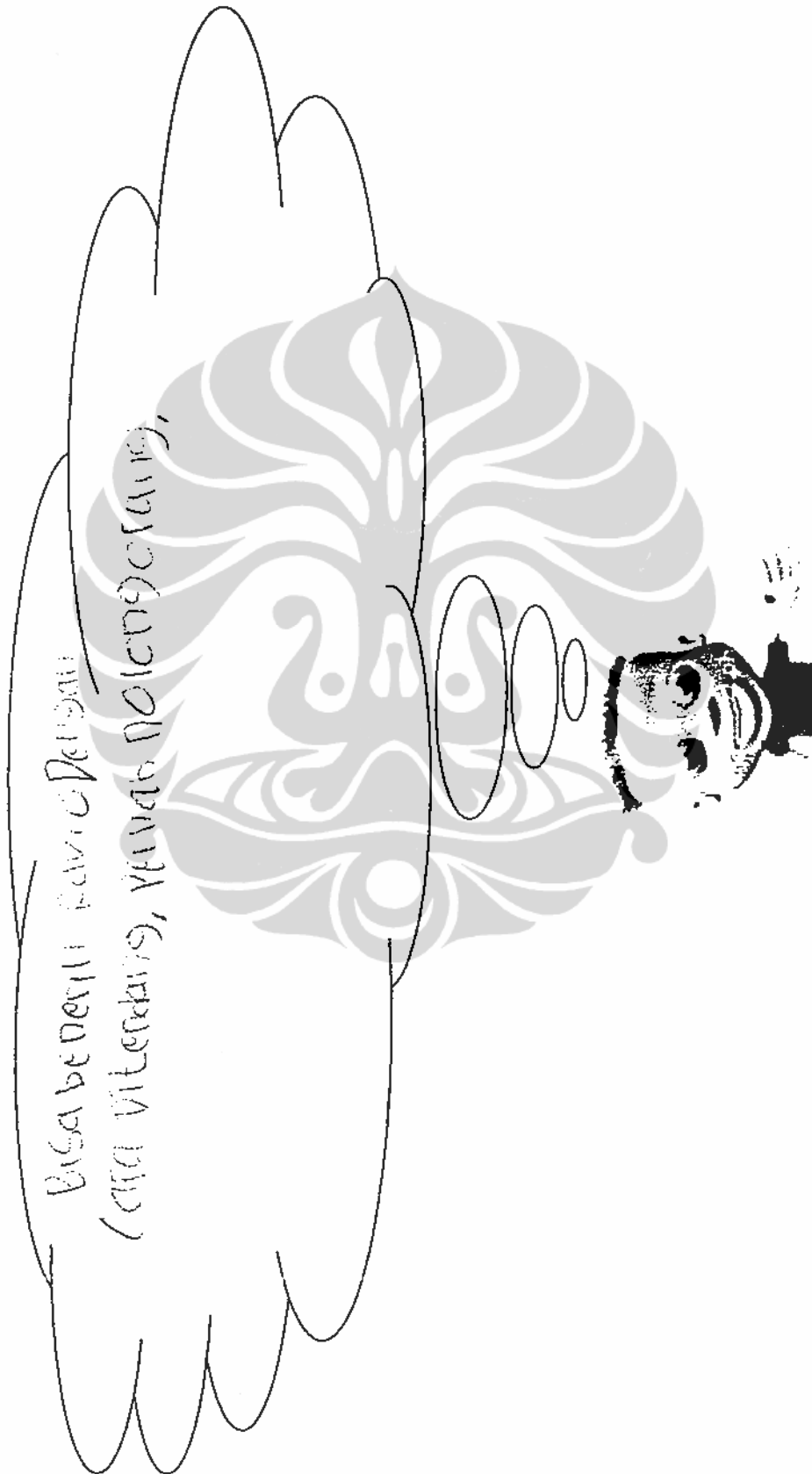
Kekurangan-kekuranganku .....

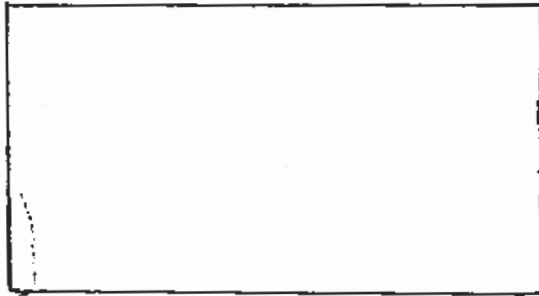


Kurang, karena tidak kejurusan  
kalah dikalangan orang-orang  
Muda & tua, dan sebagainya

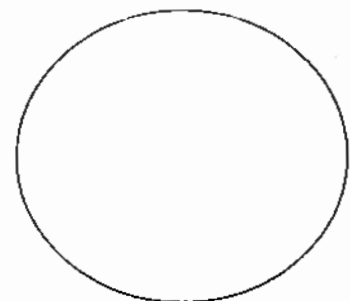
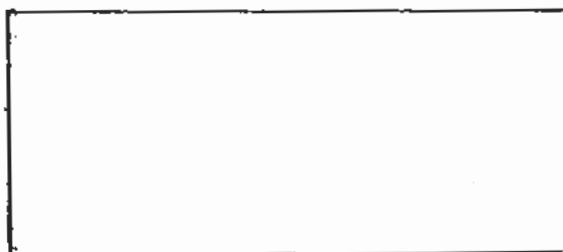
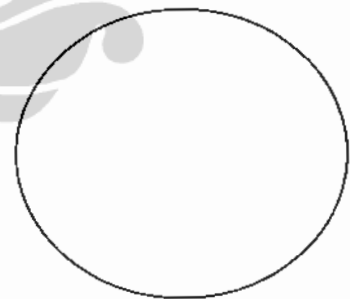
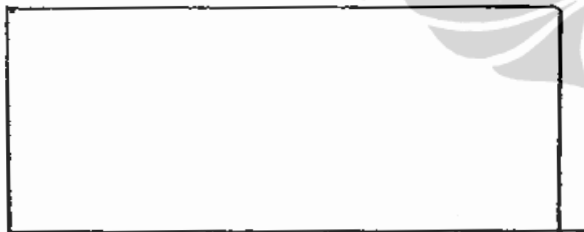
Kelebihan-kelebihanku.....

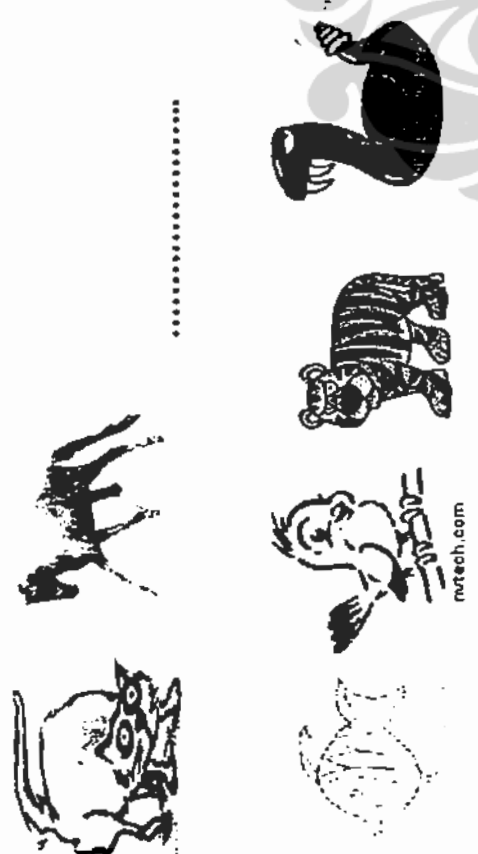
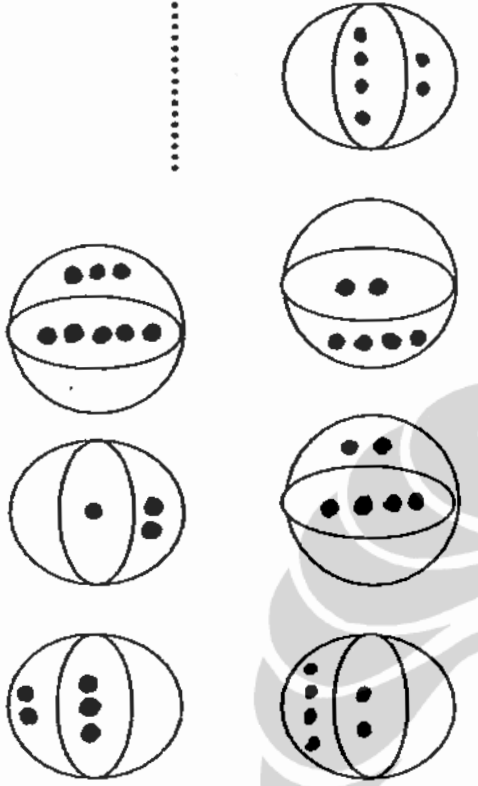

Bisa bernilai KAMI & DEBAM  
CITA MELINDUNG, MELINDUNG MELINDUNG,





PERATURAN !!!!!  
.....  
.....



|  |   |
|--|---|
| <p>1</p> <p>.....</p>   | <p>2</p> <p>.....</p>   |
| <p>3</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Ikan, cumi-cumi, gurita, kepiting</p> <p>Burung, kupu-kupu, kelelawar</p> <p>Ular, kucing, belalang</p> <p>Kuda, buaya, semut, ikan</p> <p>Jerapah, macan, badak</p> | <p>4</p> <p>.....</p>  |

Selanjutnya apa ya..... ?

1. D E F .....

- a. H
- b. K
- c. G

2. 8 10 12 .....

- a. 16
- b. 14
- c. 20

3.



.....

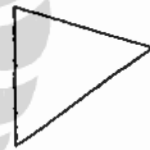
a.



b.



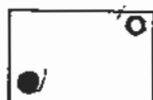
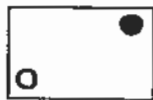
c.



4. 2 4 16 .....

- a. 18
- b. 256
- c. 196

5.

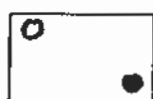


.....

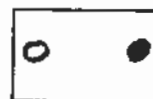
a.

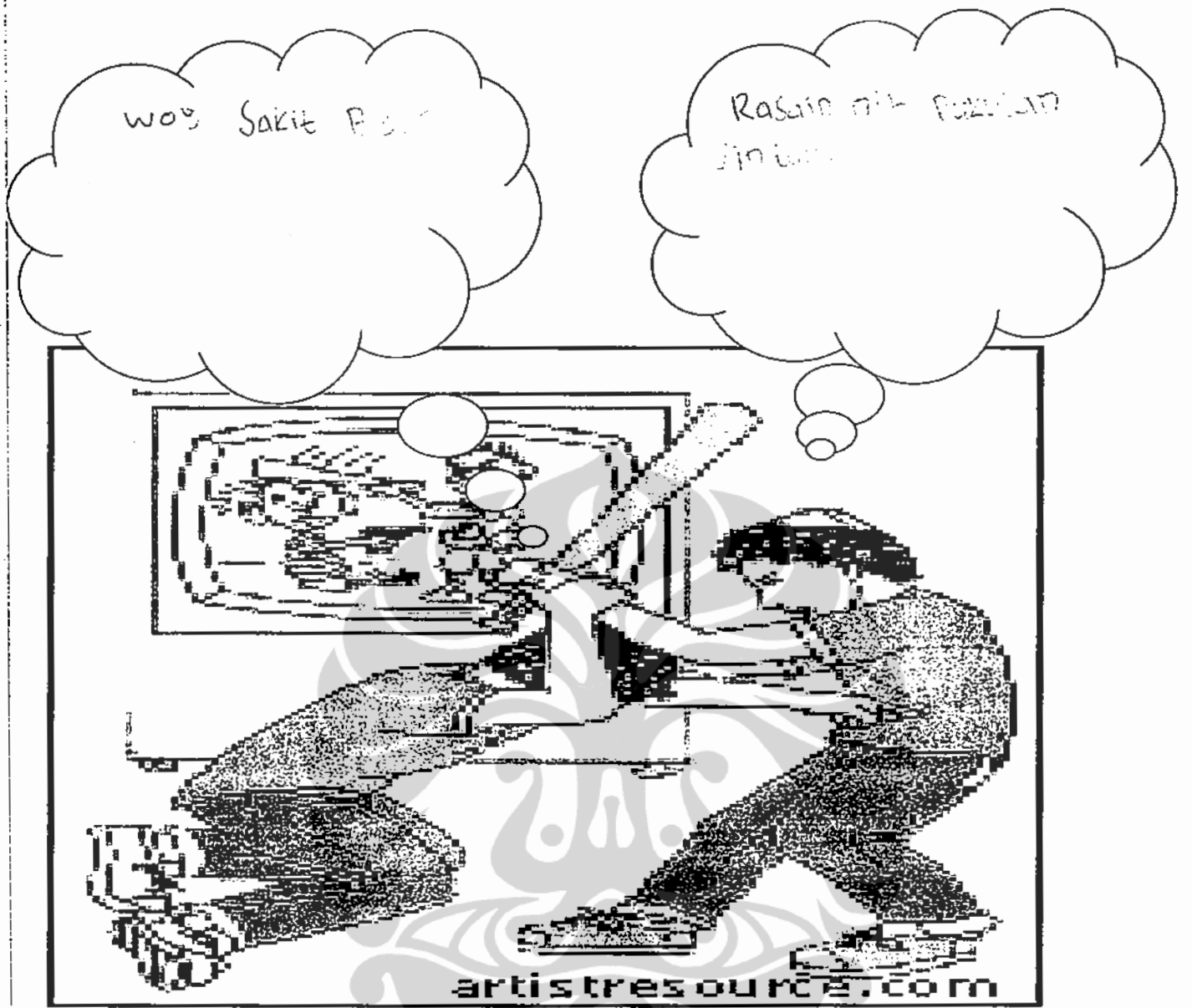


b.



c.





Sedih

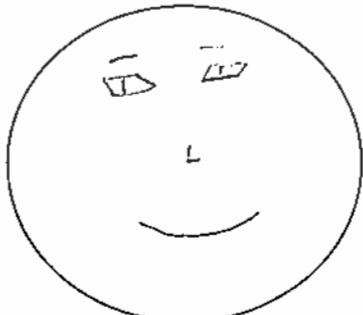
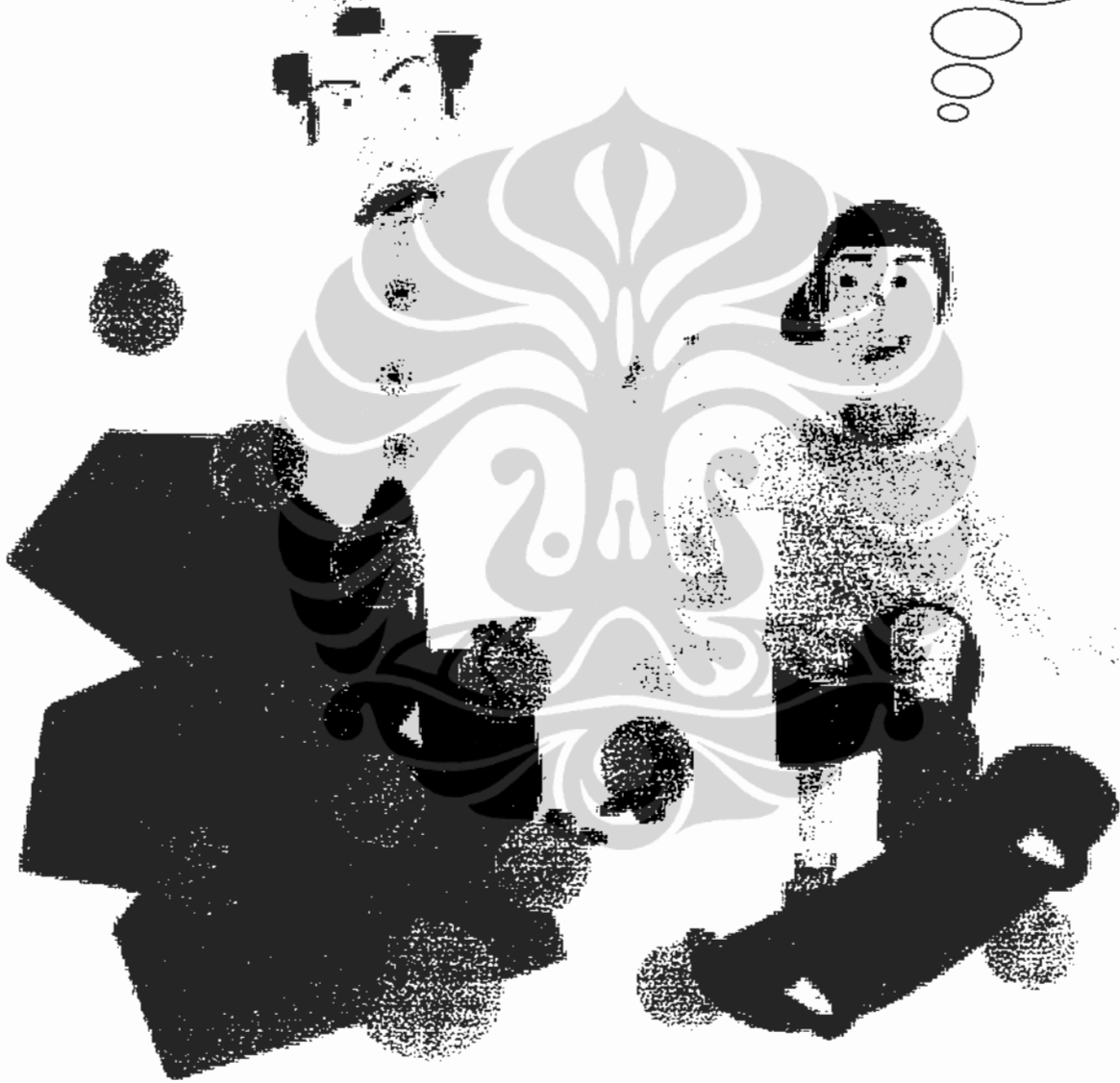


Senang  
Gembira



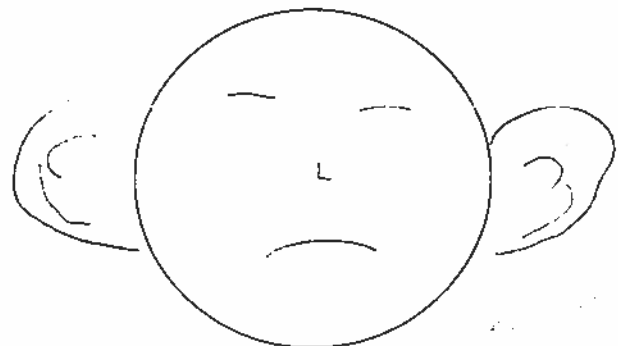
Awas kamu nanti  
akan ada bekal-nya  
saya

I am sorry  
saya



KERJAN  
KALAU  
TIDAK  
MENDI!

NOBUKI!  
TALI!



Aku dapat menggunakan 5 tahap memecahkan masalah saat aku memiliki masalah atau kesulitan ....

a. Di sekolah (misalnya: dengan guru atau teman)  
 diajari duluan / diajari ma teman =  
 = ... ..

- ① - ... ..
- ② - ... ..
- ③ - ... ..
- ④ - ... ..

Foto ... ..

b. Di rumah (dengan ayah, ibu, adik, atau pengasuh/ pembantu)

- ⊙ ... ..
- ⊙ ... ..
- ⊙ Uwak : ... ..

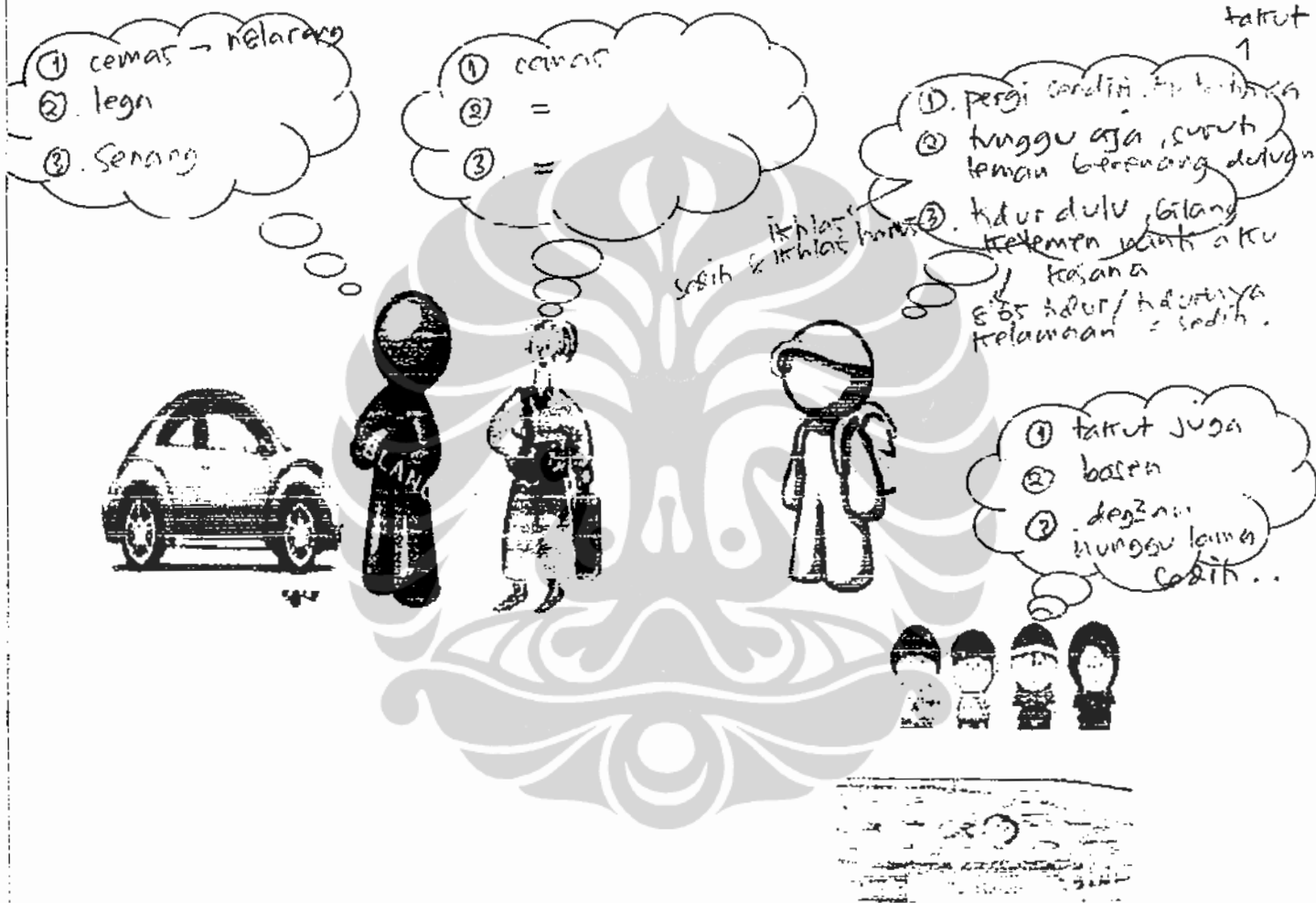
adik : ... ..  
 Ibu : ... ..  
 Ayah : ... ..

Ayah dan ibu pergi menghadiri pesta undangan. Ibu meminta saya menjaga adik karena di rumah tidak ada siapa-siapa selain saya dan adik yang masih kecil. Pembantu baru saja pergi berbelanja di pasar yang letaknya jauh dari rumah. Tidak lama teman saya datang mengajak saya bermain sepeda kemudian ke rumahnya untuk mencoba permainan play station terbaru.



MASALAH = menjaga adik yang kecil  
 AANP = No = 3<sup>rd</sup> 1. Lantai / halaman, adik aman, orang tua senang.

Hari minggu... ayah berjanji akan mengantarkan saya berenang pukul 10 pagi di kolam renang yang cukup jauh dari rumah. Tetapi jam 09.30 ayah mengatakan harus menunda janjinya karena paman yang baru datang dari luar kota sakit parah. Ayah dan ibu memutuskan untuk mengantarkan paman terlebih dahulu ke rumah sakit yang jaraknya jauh dan berlawanan arah dari kolam renang. Sementara teman-teman saya sudah menunggu di kolam renang.

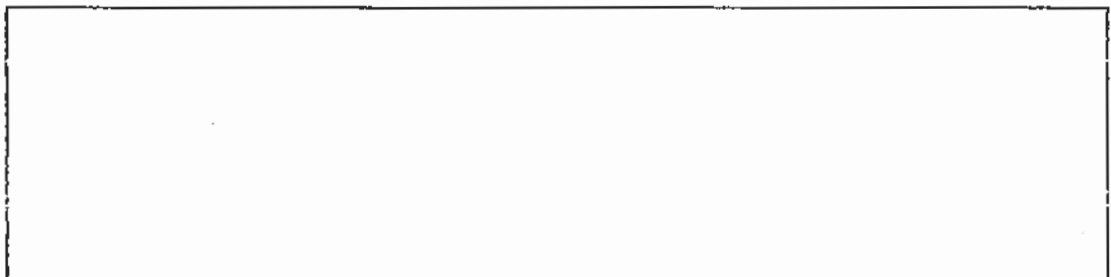


Masalah : milih nungguin atau memaksa pergi. Ayah kagak bisa mengantarkan, amn nungguin, teman2 nungguin.

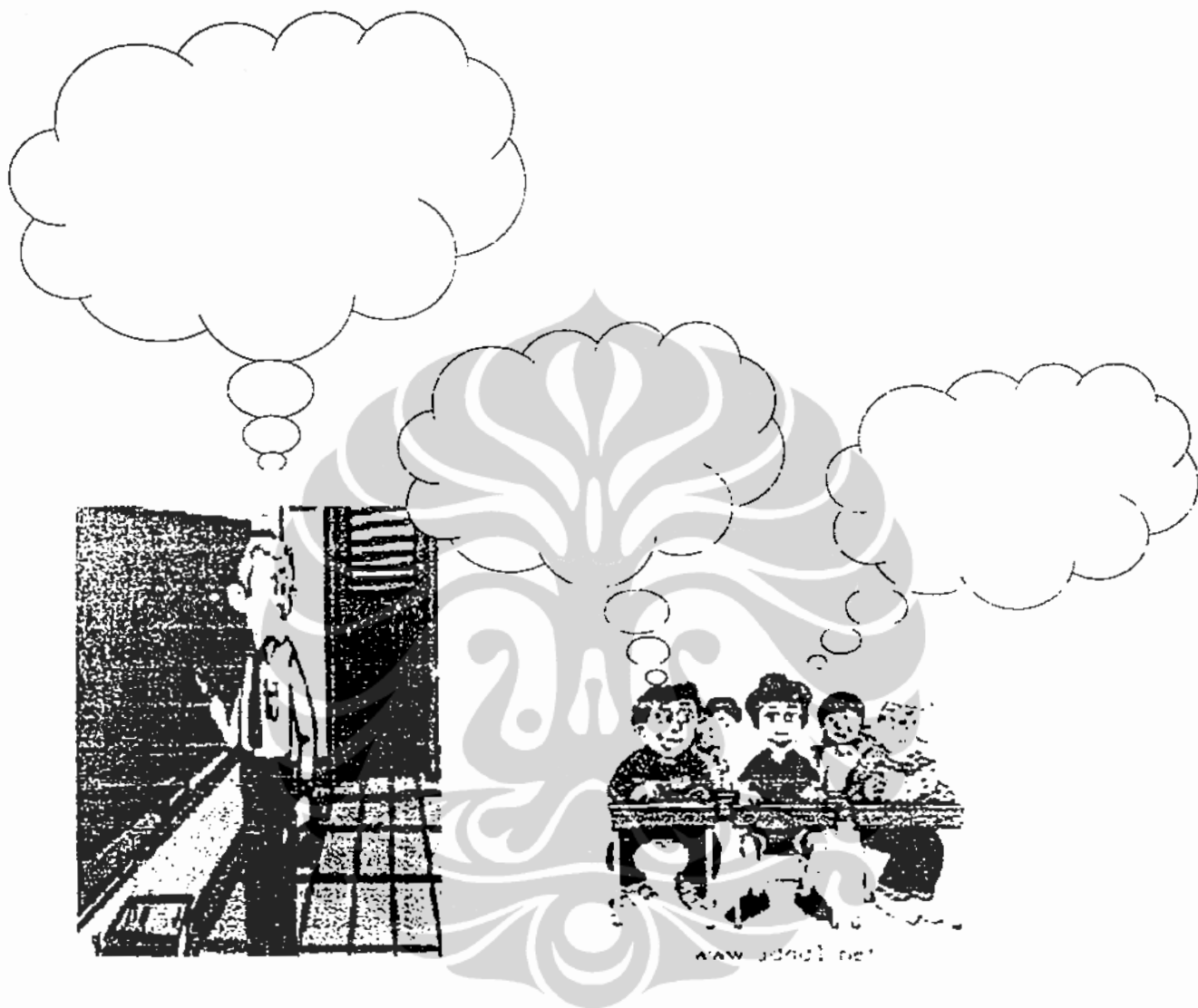
No. 2 : teman bosan, amn & dpt lbh byre ... tp ortwa senang -

ditik

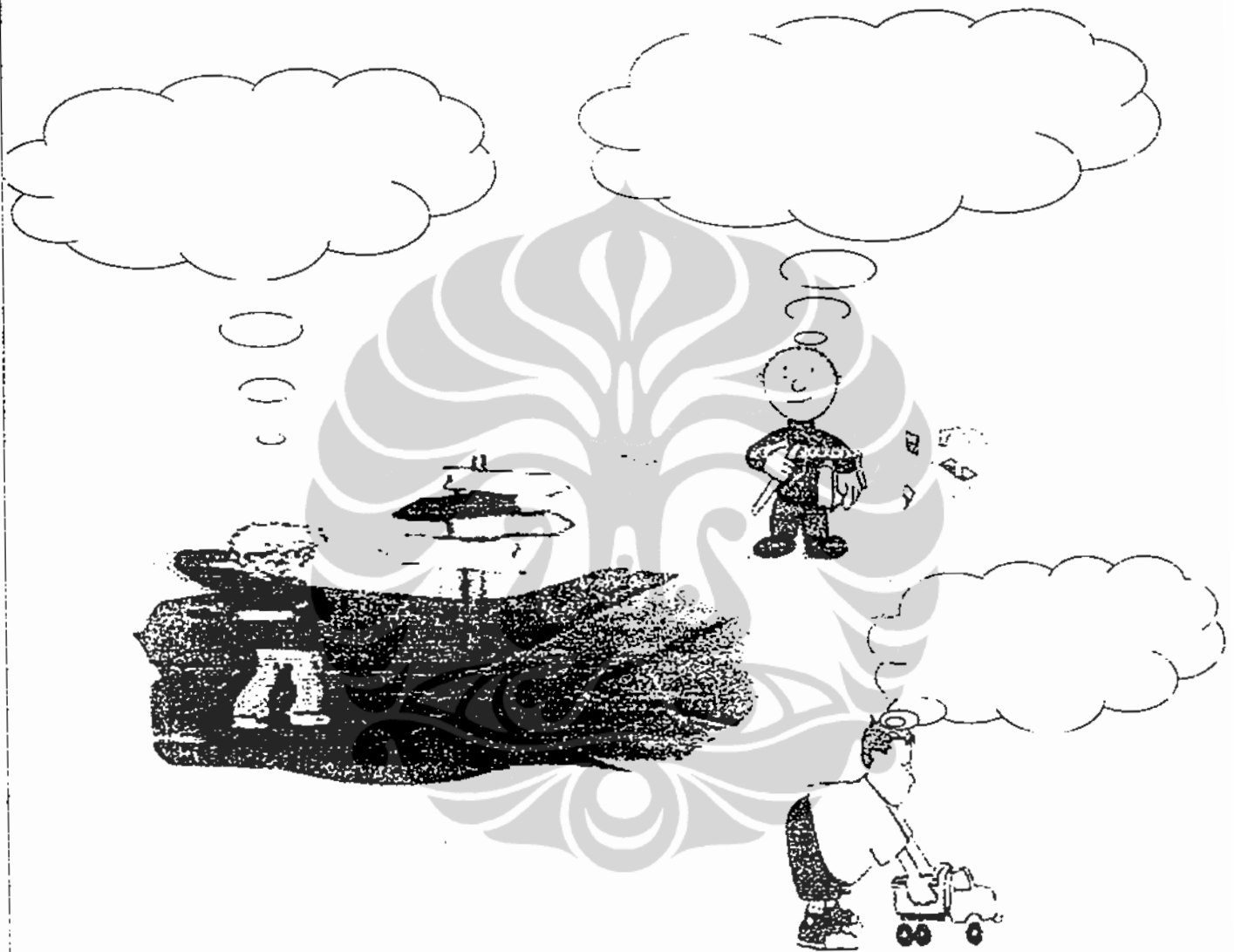
Sepulang dari sekolah, teman saya mengajak bermain di rumahnya karena ia baru membeli mainan terbaru. Ibu berpesan kepada saya untuk mengerjakan PR dahulu sebelum diperbolehkan bermain.....



Saat guru sedang menerangkan pelajaran di kelas, saya mengobrol dengan teman sebangku. Guru menegur saya untuk diam dan memperhatikan pelajaran.

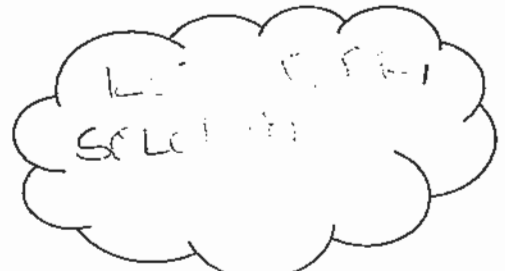


Sepulang dari sekolah, teman saya mengajak bermain di rumahnya karena ia baru membeli mainan terbaru. Ibu berpesan kepada saya untuk mengerjakan PR dahulu sebelum diperbolehkan bermain.....





Apa tanggung jawabku setiap hari ???



Ayah, ibu, dan adik sedang berada di ruang makan untuk makan malam (jam 7 malam). Saya ingat di televisi ada film seri kesukaan saya yang mulai jam 7 malam. Saya ingin sekali menonton kelanjutan cerita film itu sehingga tidak tertinggal dibandingkan teman-temannya yang juga suka menonton film tersebut. Ayah meminta saya untuk makan malam bersama-sama sehingga melarang saya menonton film tersebut.

Ayah membelikan mainan baru untuk saya. Ternyata adik juga suka mainan tersebut. Saya dan adik saling berebutan mainan itu. Tetapi ayah / ibu meminta saya untuk mengalah dan membiarkan adik bermain terlebih dahulu.

Saat bermain bola dengan teman-teman, ada salah satu teman yang tidak tahu sengaja atau tidak menendang kaki saya dengan keras. Saya marah dan membalas dengan menendang kaki teman saya itu. Teman saya marah sekali sambil mengatakan bahwa ia tidak sengaja.

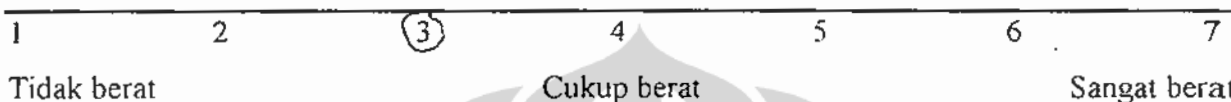
Ayah membuat peraturan tidak boleh bermain dan menonton tv sebelum mengerjakan PR. Saat ayah dinas di luar kota selama 3 hari, teman saya mengajak menonton film aksi terbaru di dvd. Padahal di hari itu ada 2 PR yang belum saya kerjakan.

Nama : M. FARHAN (L/P)  
Usia : 9 Th

Buatlah daftar masalah yang dialami anak, baik di rumah, sekolah, dan lingkungan sosial lainnya

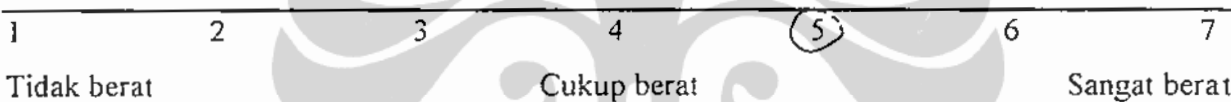
1. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?



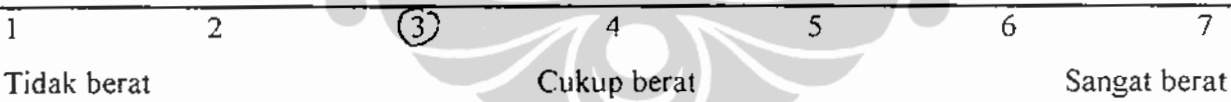
2. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?



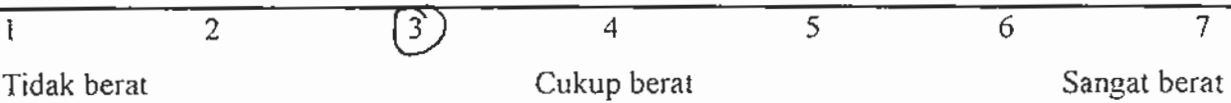
3. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?



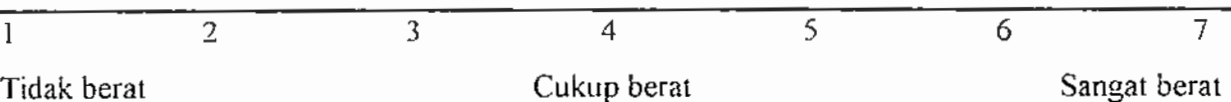
4. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?



5. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?



Berikan tanda ✓ pada perilaku spesifik lainnya yang anda harapkan ditampilkan oleh anak.

Lingkari perilaku yang menurut Anda sangat penting ditampilkan anak.

- |   |                                     |  |
|---|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Menunggu giliran, antri  | <input checked="" type="checkbox"/> | Mendengarkan dan memperhatikan                                 |
| <input type="checkbox"/> Tidak memukul  | <input type="checkbox"/>            | Berbagi dengan orang lain                                      |
| <input type="checkbox"/> Tidak memaksa  | <input type="checkbox"/>            | Bermain dengan jujur (tidak curang)                            |
| <input type="checkbox"/> Tidak mengucapkan kata-kata kasar  | <input type="checkbox"/>            | Tidak menyalahkan orang lain                                   |
| <input checked="" type="checkbox"/> Tidak berteriak-teriak  | <input type="checkbox"/>            | Tidak mengganggu orang lain                                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> Tidak berbohong   | <input checked="" type="checkbox"/> | Jujur  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Dapat tenang dan mengendalikan kemarahannya <i>tergantung situasi</i> | <input type="checkbox"/>            | Tidak berinteraksi dengan orang lain; pendiam dan menarik diri |
| <input checked="" type="checkbox"/> Dapat duduk dengan tenang <i>terbatas pd minat</i>                    | <input type="checkbox"/>            | Tidak bersikap bossy dan memerintah orang lain                 |
| <input type="checkbox"/> Mengungkapkan perasaannya dengan lebih terbuka                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | Lainnya : <i>kompro mi dengan orang tua</i>                    |
| <input type="checkbox"/> Dapat berkompromi dengan orang lain  |                                     | .....  |

Nama : ..... (L / P)

Usia : .....

Buatlah daftar masalah yang dialami anak, baik di rumah, sekolah, dan lingkungan sosial lainnya

1. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat    Cukup berat    Sangat berat

2. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat    Cukup berat    Sangat berat

3. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat    Cukup berat    Sangat berat

4. ....

Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat    Cukup berat    Sangat berat

5. ....

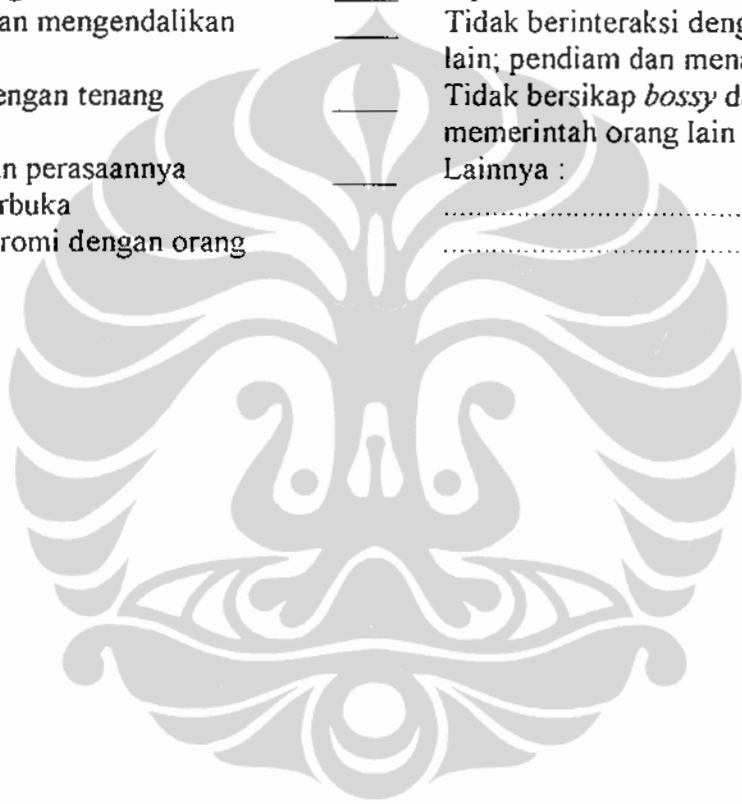
Berikan derajat beratnya masalah ini?

1                      2                      3                      4                      5                      6                      7  
Tidak berat    Cukup berat    Sangat berat

Berikan tanda √ pada perilaku spesifik lainnya yang anda harapkan ditampilkan oleh anak.

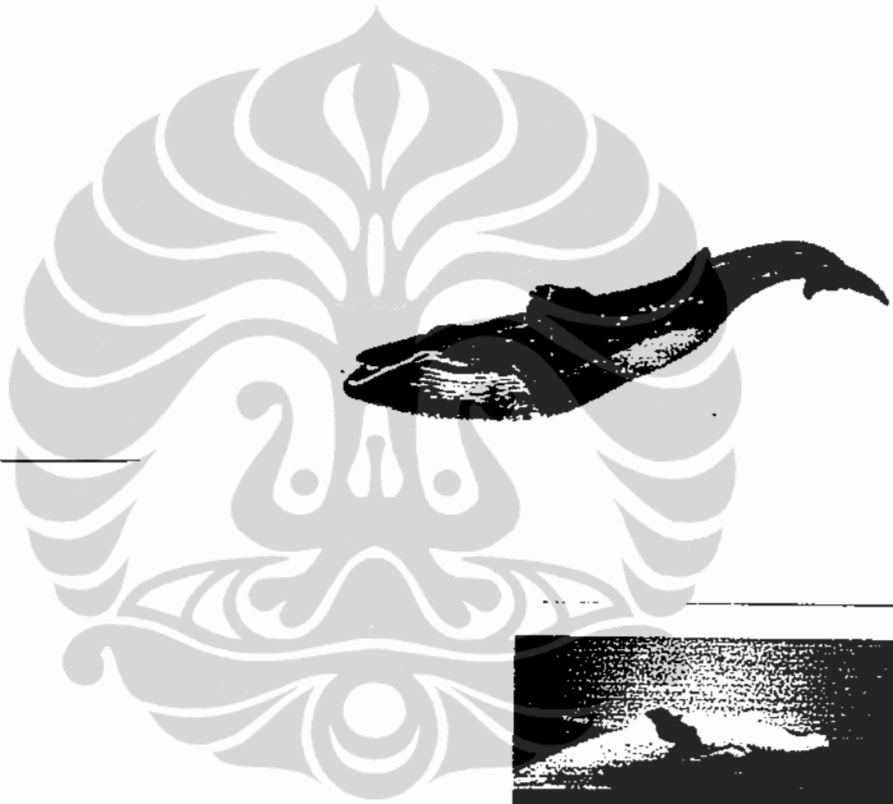
Lingkari perilaku yang menurut Anda sangat penting ditampilkan anak.

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Menunggu giliran, antri                        | <input type="checkbox"/> Mendengarkan dan memperhatikan                                 |
| <input type="checkbox"/> Tidak memukul                                  | <input type="checkbox"/> Berbagi dengan orang lain                                      |
| <input type="checkbox"/> Tidak memaksa                                  | <input type="checkbox"/> Bermain dengan jujur (tidak curang)                            |
| <input type="checkbox"/> Tidak mengucapkan kata-kata kasar              | <input type="checkbox"/> Tidak menyalahkan orang lain                                   |
| <input type="checkbox"/> Tidak berteriak-teriak                         | <input type="checkbox"/> Tidak mengganggu orang lain                                    |
| <input type="checkbox"/> Tidak berbohong                                | <input type="checkbox"/> Jujur  |
| <input type="checkbox"/> Dapat tenang dan mengendalikan kemarahannya    | <input type="checkbox"/> Tidak berinteraksi dengan orang lain; pendiam dan menarik diri |
| <input type="checkbox"/> Dapat duduk dengan tenang                      | <input type="checkbox"/> Tidak bersikap <i>bossy</i> dan memerintah orang lain          |
| <input type="checkbox"/> Mengungkapkan perasaannya dengan lebih terbuka | <input type="checkbox"/> Lainnya :  |
| <input type="checkbox"/> Dapat berkompromi dengan orang lain            | .....   |
|   | .....   |



1

SAYA HARUS MELAKUKAN APA?



COBAIAH lihat kemungkinan-kemungkinan yang ada



3

Konsentrasi



4

Pilih jawaban yang benar







Periksa lagi Dong!

