

Efektivitas Metode ABA Dalam Meningkatkan Keterampilan Interaksi Sosial Pada Anak Autis

Frida Lolita Hapsari¹, Tristiadi Ardi Ardani²

¹ UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

² UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Corresponding Author:

Frida Lolita Hapsari, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Email: fridalolita@gmail.com

Abstract.

According to the CDC, the latest data for children with autism in 2024 is 1 in 36 children. Approximately 2.4 million youngsters are predicted to have autism by 2024, according to Dr. Dante, Deputy Minister of Health. The complex illness known as Autism Spectrum Disorder affects behavior, socialization, communication, and sensory/cognitive. This article's goal is to determine how well ABA therapy works in improving the social interaction skills of children with autism, including their preference for playing alone or with objects without friends and their lack of interest in social. This study's methodology is literature research. The findings demonstrated that the application of therapy with ABA methods can significantly and effectively improve the social interaction skills of children with autism.

Keywords: ABA, Autism, Social Interaction

Abstrak.

Menurut CDC, data terbaru anak-anak dengan autisme di tahun 2024 adalah 1 dari 36 anak. Dr. Dante, Wakil Menteri Kesehatan mengungkapkan bahwa pada tahun 2024 diperkirakan jumlah anak dengan autisme mencapai sekitar 2,4 juta anak yang mengalami gangguan autisme. Autism Spectrum Disorder atau autisme atau autis merupakan gangguan kompleks yang meliputi komunikasi, bersosialisasi, sensori/kognitif, dan perilaku. Tujuan artikel ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh dan efektivitas terapi ABA terhadap meningkatkan keterampilan interaksi sosial anak dengan autisme, termasuk kurangnya minat dalam berinteraksi sosial dan preferensi bermain sendiri atau dengan objek tanpa teman. Penelitian ini menggunakan metode Literatur Review. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi dengan metode ABA dapat meningkatkan secara signifikan dan efektif terhadap keterampilan interaksi sosial anak dengan autisme.

Kata kunci: ABA, Autis, Interaksi Sosial

PENDAHULUAN

Pernahkah anda bertanya-tanya bagaimana anak-anak dengan gangguan autisme dapat belajar berkomunikasi untuk berinteraksi dengan orang lain dengan baik atau bahkan lebih baik? *Applied Behavior Analysis* (ABA) bisa menjadi salah satu jawabannya. Metode ABA telah mengubah hidup banyak anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dimana berfokus

pada pengamatan dan analisis perilaku sehingga metode ini mengajarkan secara spesifik terkait keterampilan interaksi sosial yang penting.

Data terbaru dari *Center for Diseases Control and Prevention* (CDC), menunjukkan bahwa 1 dari 36 anak dengan autisme pada tahun 2020 berusia sekitar 8 tahun (Hayati & Fikrie, 2024). Dr. Dante, Wakil Kementerian Kesehatan, memperkirakan bahwa sekitar 2,4 juta anak-anak akan mengalami gangguan spektrum autisme pada tahun 2024. Semakin meningkatnya jumlah anak dengan autisme, semakin meningkat pula kebutuhan layanan untuk anak dengan autisme. Meskipun mereka tergolong anak yang memiliki kebutuhan khusus di mana mereka membutuhkan perhatian khusus, mereka juga berhak mendapatkan bantuan khusus untuk mengatasinya menjadi kondisi yang lebih baik. Dengan intervensi yang tepat diharapkan dapat mengurangi masalah perilaku pada anak dengan autisme dan meningkatkan keterampilan dan perkembangan mereka. Intervensi juga diharapkan dapat memenuhi kekurangan pada anak autisme. Sehingga sangatlah penting untuk melakukan intervensi atau terapi atau penanganan yang tepat terhadap kasus ini (Novianti et al., 2021).

Pada umumnya autisme merupakan salah satu gangguan yang meliputi kemampuan berkomunikasi, bersosialisasi, sensori/kognitif, dan perilaku. Biasanya, beberapa kemampuan tersebut dibandingkan dengan kemampuan anak lain pada umumnya yang mengalami dan berada di fase perkembangan yang sama. (Loucas, 2015). Penanganan yang tepat dapat mengubah perilaku menjadi lebih baik dari sebelumnya. Penanganan masalah interaksi sosial anak dengan autisme memerlukan penggunaan teknik dengan metode ABA dalam peningkatan keterampilan interaksi sosial pada anak-anak dengan autisme. Tidak hanya itu, penanganan terkait masalah interaksi sosial anak dengan autisme memerlukan juga dukungan dari banyak pihak, terutama, guru, tenaga kesehatan profesional atau terapis, dan orang tua.

Penanganan masalah ini harus dimulai sesegera dan secepat mungkin. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Khoridatul, Ahmad, dan Sri (Bahiyah et al., 2008) menunjukkan bahwa terdapat korelasi sebesar 0,625 dan nilai signifikan $p < 0,03$, yang menunjukkan adanya signifikansi hubungan antara penerapan metode ABA untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada anak-anak autisme berusia *toddler*. Pada hasil lainnya menemukan bahwa nilai korelasi sebesar 0,679 dan nilai signifikan $p < 0,03$ yang menunjukkan adanya signifikansi hubungan antara penggunaan metode ABA dan peningkatan kemampuan interaksi sosial pada anak dengan autisme berusia *pre school*.

Selain itu, penelitian (Hardiani & Rahmawati, 2012) menemukan perubahan yang signifikan pada anak autisme baik sebelum maupun setelah menerima terapi dengan metode ABA. Data menunjukkan kemampuan interaksi sosial dalam kategori kurang sebanyak 66,7% dari

responden (10 orang) tidak memiliki kemampuan interaksi sosial yang baik sebelum mendapatkan intervensi metode ABA. Di mana anak-anak ini kebanyakan dari anak-anak yang kurang aktif ketika di kelas dan juga belum mampu untuk mengendalikan emosinya dan sulit untuk menerima instruksi atau arahan. Namun, setelah intervensi dengan metode ABA diberikan terjadi peningkatan yang positif sebanyak 13,3% dengan jumlah 2 orang, peningkatan yang cukup sebanyak 53,3% yang berjumlah 8 orang, dan peningkatan yang lebih rendah 33,3% sebanyak 5 orang. Hal ini menunjukkan bahwa anak terjadinya peningkatan yang awalnya tidak memiliki kemampuan untuk berinteraksi sosial yang baik menjadi lebih baik, mayoritas termasuk di kategori cukup, dan bahkan ada yang berada didalam kategori baik yang sebelumnya tidak ada. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan metode ABA memiliki dampak pada peningkatan kemampuan interaksi sosial anak autis.

Dengan demikian, penelitian *literature review* ini dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh ABA terhadap peningkatan keterampilan interaksi sosial pada anak autis yang meliputi kurangnya minat dalam berinteraksi sosial dan lebih memilih bermain sendiri atau dengan objek daripada berinteraksi dengan teman. Adapun tujuan artikel ini adalah untuk mendapatkan hasil mengenai efektifitas penerapan metode ABA dalam meningkatkan keterampilan interaksi sosial pada anak dengan autisme.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *Literature review* yang menurut (Snyder, 2019) mencakup membaca dan menelaah artikel. Setelah itu literatur dievaluasi dan disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan penelitian. Salah satu langkah dalam penelitian ini adalah meninjau literature sebelumnya yang membahas topik seperti terapi ABA dan interaksi sosial. Untuk memenuhi tujuan penelitian ini, literature dikumpulkan, diteliti, dan dibahas kembali setelah diambil dari database Google Scholar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Autisme adalah sebuah kata yang pada aslinya dari Bahasa Yunani, yakni “auto”, dengan arti “berdiri sendiri”. Dengan demikian anak yang berdiri sendiri dan berfokus pada diri sendiri disebut autis. Di mana individu dengan gangguan autis memiliki dunianya sendiri dalam hidupnya. Mereka hanya tertarik pada dunianya sendiri dan cenderung memiliki pemikiran bahwa pola perilakunya semata-mata hanya karena dorongan dari dalam dirinya. Sehingga mereka seolah-olah tidak peduli dengan stimulus-stimulus dari sekitarnya (Brigham et al, 2013).

WHO menyatakan bahwa *Autism Spectrum Disorder (ASD)*, atau autisme adalah kondisi dialami setiap individu dengan cara yang berbeda-beda. Orang dengan autisme memiliki

gangguan perkembangan yang kompleks yang seringkali ditandai dengan adanya tantangan dan hambatan dalam berkomunikasi dan berinteraksi sosial. Proses interaksi sosial anak dengan gangguan autisme mengalami kesulitan berkomunikasi dengan baik memahami orang lain. Mereka seringkali melakukan mengulangi kata-kata mereka sendiri dan orang lain. Seringkali apa yang mereka katakan tidak sesuai dengan apa yang sedang dibahas (Christyastari & Rusmawan, 2023).

Dalam buku “Autism Spectrum Disorder” menjelaskan bahwa ada beberapa gejala yang berkaitan dalam berinteraksi sosial, antara lain (Motttron, 2020):

1. Mengalami kesulitan dalam percakapan dua arah atau lebih
2. Seringkali membicarakan topik favoritnya secara panjang lebar tanpa memberikan kesempatan kepada orang lain untuk merespons.
3. Ekspresi wajah dan gerakan tubuh yang tidak sesuai dengan pernyataan mereka
4. Memiliki nada suara yang datar seperti robot
5. Mengalam kesulitan dalam memahami sudut pandang orang lain, sehingga tidak dapat memahami atau memprediksi tindakan orang lain.

Applied Behavior Analysis (ABA) atau yang sering disebut dengan Loovas terapi, adalah terapi yang didasarkan pada ilmu pembelajaran dan perilaku. Terapi yang dikembangkan oleh Loovas ini menerapkan pemahaman terkait cara kerja perilaku pada situasi nyata. Terapi ini merupakan salah satu metode untuk mengubah perilaku, dengan meningkatkan perilaku yang positif dan bermanfaat serta mengurangi perilaku yang negatif dan merugikan. Metode ini berprinsip sistematis, terstruktur, dan terukur. Selain itu, metode ini telah membantu banyak orang berkebutuhan khusus untuk memperoleh berbagai keterampilan. Bahkan, para terapis telah menggunakan ABA sejak lama untuk membantu anak-anak dengan gangguan autisme. Dalam metode ini disarankan waktu untuk terapi adalah 40 jam per minggu. (Brigham et al, 2013).

Instruksi yang diberikan dapat diawali dengan membuat kontak mata anak agar fokus. Saat pemberian instruksi hendaknya menggunakan kata baku dan menghindari penggunaan kata bertele-tele. Seperti salah satunya ketika menginstruksi untuk duduk maka berikan instruksi yang jelas dan tidak bertele-tele, seperti “duduk” agar anak mampu memahami instruksi yang diberikan (Siti et al., 2020). Dalam proses peningkatan kemampuan interaksi sosial menggunakan metode ABA terdapat beberapa kasus yang mendapatkan perubahan menjadi lebih baik secara cepat dan sangat signifikan dan terdapat beberapa pula yang lambat di dalam prosesnya. Keberhasilan terapi ini juga dipengaruhi beberapa faktor. (Loucas, 2015).

Setelah dilakukan penelitian terbukti bahwa anak yang melakukan terapi ABA namun mengalami kekurangan atau kelambatan dalam prosesnya, tidak mendapatkan pelatihan yang

konsisten serta edukasi yang relevan dari orang tuanya ketika anak dibiarkan bermain sendiri di rumah dan tidak diberikan diet dan tidak mendapatkan gizi serta nutrisi yang sesuai, anak menjadi tidak terkontrol, hiperaktif dan sulit untuk mengikuti dan memahami instruksi saat melakukan terapi ABA dengan terapis (Bahiyah et al., 2008). Selain itu faktor di luar diri anak juga mengganggu proses terapi, seperti ruangan yang kotor dengan banyak elemen yang mengganggu konsentrasi anak, ruangan yang tidak kedap suara, dan kondisi anak yang sedang tidak kondusif. Faktor-faktor inilah yang menyebabkan anak merasa terganggu selama berlangsungnya proses terapi (Amin et al., 2022).

Hal itu sejalan dengan pernyataan, McCandless 2003 menyatakan bahwa sebelum meningkatkan gizi pada anak, maka berbagai macam intervensi akan tidak efektif. Salah satu caranya yaitu dengan menghindari gluten dan kasein. Banyak orang tua dari anak dengan gangguan autis telah melaporkan bahwa dengan melakukan diet kasein dan gluten dapat memberikan dampak positif di mana secara mental anak dapat fokus pada belajar, kontak mata, bahasa dan kemampuan interaksi sosial. Di mana gluten adalah protein yang dibuat dari tepung terigu dan olahannya, sedangkan kasein adalah protein yang dibuat dari susu dan olahannya (Katilik & Djie, 2022).

Oleh karena itu, penanganan terhadap anak dengan autisme harus diberikan secara intensif dan juga memerlukan kerja sama tim dari berbagai pihak. Sehingga tidak hanya terapis yang memegang andil dalam proses penanganan (Resthi et al., 2021). Namun, orang tua bagaimanapun, juga sangat penting untuk membantu dan mendukung anak-anak mereka dalam belajar dan dalam proses meningkatkan keterampilan interaksi sosial mereka melalui terapi ABA. Orang tua terlebih ibu sangatlah penting untuk memperhatikan tumbuh kembang anak, melatih kemampuan anak di rumah dan memiliki jiwa yang besar dalam menghadapi anaknya adalah seorang ASD (Ekawati et al., 2016). Dengan begitu orang tua akan mendukung penuh dalam setiap proses meningkatkan kemampuan anak sehingga anak memiliki kesempatan dan peluang lebih besar untuk bisa berkomunikasi dengan baik, berinteraksi dengan orang lain, dan mengikuti arahan serta aturan dengan baik (Amelia, Triyadi, & Maspuroh, 2023).

Autisme merupakan gangguan pada kelainan neurologis yang tidak bias disembuhkan, tetapi gejalanya bias diminimalkan. Kelainan utamanya adalah gangguan pada komunikasi, imajinasi, dan juga interaksi sosial. Dengan teknik metode ABA dan bermacam-macam komponen pendukung lainnya, anak dengan gangguan spectrum autism dapat untuk ditingkatkan kemampuannya dalam interaksi social (Heri, Purwantara, & Ariana, 2021).

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa metode ABA terbukti berhasil meningkatkan kemampuan anak

autis untuk berinteraksi sosial. Namun, terapi ini akan jauh lebih efektif apabila didorong dan didukung oleh orang tua dengan tetap melatih kemampuannya baik di dalam ataupun luar rumah dan selalu menjaga pola makan yang sehat serta asupan gizi pada anak agar kondisi dan juga emosi anak tetap stabil dan terkontrol.

REFERENSI

- Amelia, R., Triyadi, S., & Maspuroh, U. (2023). Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Aplikasi “Animaker” Terhadap Peningkatan Keterampilan Menulis Teks Drama Pada Siswa Kelas Viii Smpn 1 Rawamerta. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(23), 656-664.
- Amin, B., Azkiya, S. R., & Ramadan, W. (2022). Terapi Perilaku Anak Autisme Usia Sekolah Dasar Berbasis Applied Behavioral Analysis (ABA) di Pusat Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusi Provinsi Kalimantan Selatan. *Muadalah*, 10(2), 55. <https://doi.org/10.18592/muadalah.v10i2.7451>
- Bahiyah, K., Yusuf, A., Kusmawati, S., Keperawatan, F., Airlangga, U., Mulyorejo, K. C., & Telp, S. (2008). Metode Applied Behaviour Analyze (ABA) Meningkatkan Interaksi Sosial Anak Autis Usia 2-5 Tahun (Applied Behaviour Analyze Method Increase Social Interaction Children with Autisme, 2-5 Years Old). *Jurnal Ners*, 3(1), 37–41.
- Brigham et al. (2013). Scanned by CamScanner ىرازمك. *A Psicanalise Dos Contos de Fadas. Tradução Arlene Caetano*, 466.
- Christyastari, W., & Rusmawan. (2023). Interaksi Sosial Siswa Autis Di Sekolah Inklusi. *Jurnal Pendidikan Inklusi Citra Bakti*, 1(2), 127–138. <https://doi.org/10.38048/jpicb.v1i2.2406>
- Ekawati, Y., Wandansari, Y. Y., Psikologi, F., Katolik, U., & Mandala, W. (2016). Perkembangan Interaksi Sosial Anak Autisme. *Jurnal Pendidikan*, 1(2), 1–15.
- Hardiani, R. S., & Rahmawati, S. (2011). Metode aba (applied behaviour analysis): kemampuan bersosialisasi terhadap kemampuan interaksi sosial anak autis. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 7(1), 1-9.
- Hayati, M., & Fikrie, F. (2024). Hubungan parenting stress dengan kualitas relasi orang tua-anak pada orang tua dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 19-19. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2790>
- Heri, M., Purwantara, K. G. T., & Ariana, P. A. (2021). Terapi Applied Behavior Analysis Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial pada Anak Autisme umur 7-12 Tahun. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 35-42. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2366>
- Katilik, A. N., & Djie, J. A. (2022). Penerapan Pendekatan Orff-Schulwerk untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) dalam Pembelajaran Instrumen Ritmis Sederhana. *Seni Musik*, 12(1), 91–109.
- Loucas, T. (2015). Autism spectrum disorder. *Supporting Young Children with Communication Problems*, 104–118. <https://doi.org/10.4324/9781315709833-8>
- Mottron, L. (2020). Autism spectrum disorder. *Handbook of Clinical Neurology*, 174, 127–136. <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-64148-9.00010-7>

- Novianti, A., Ayuningtyas, A. L., & Kurniawati, F. (2021). Intervensi Orang Tua pada Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD): Kajian Literatur Sistematis. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 918–934. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1072>
- Resthi, L. L., Rahma, A., & Suprayogi, M. N. (2021). Kajian Terapi Applied Behaviour Analysis Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Anak Penyandang Autisme. *Prosiding Konferensi Nasional I Konsorsium Psikologi (KNIKP) LLDIKTI 3, April*, 284–292.
- Siti, A., Marlina, E., & Effendy, D. I. (2020). Pengembangan Interaksi Sosial Anak Autis melalui Terapi Applied Behavior Analysis. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 8(3), 271–288. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v8i3.1977>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/J.JBUSRES.2019.07.039>