

# **Implementasi metode visual cognitive behavior therapy untuk mengembangkan citra diri anak autis**

## **Implementation of visual cognitive behavior therapy methods to develop self-image in autistic children**

**Triska Dewi Amalaia**

**Fakultas Ilmi Pendidikan, Universitas Negeri Makassar, Jl. Tamalate 1 Tidung, Makassar.**

**Bastiana**

**Fakultas Ilmi Pendidikan, Universitas Negeri Makassar, Jl. Tamalate 1 Tidung, Makassar.**

**St. Kasmawati**

**Fakultas Ilmi Pendidikan, Universitas Negeri Makassar, Jl. Tamalate 1 Tidung, Makassar.**

### **Abstract**

*This study examines the self-image of autistic students, specifically expressing happy, sad, and angry emotions. The method used is the CBT Visual Method which uses cards as a visual tool and the CBT approach to develop students' self-image. The formulation of the research problem is "How is the Implementation of the Visual Cognitive Behavioral Therapy Method to Develop the Self-Image of Class V Autistic Children at SLB Negeri 2 Jeneponto?". The purpose of this study was to find out: 1) The development of self-image of autistic students in the initial conditions (A1); 2) The development of self-image of autistic students in the implementation of the CBT visual method when given treatment in condition (B); 3) Development of self-image of autistic students in condition (A2); 4) The development of self-image of autistic students in the implementation of the CBT visual method based on the results of the analysis between conditions from (A1) to (B) to (A2). The data collection techniques used were action tests and observations (the development of students' self-image expressing emotions). The research subject was a class V autistic student at SLBN 2 Jeneponto with the initials DAS. This study used an experimental method with a single subject (single subject research) with an A-B-A research design. The result is a change in the development of the self-image of fifth grade autistic.*

**Keywords:** Autism; CBT; Self Image; Visual Cognitive Behavior Therapy Method.

### **Abstrak**

*Penelitian ini mengkaji tentang citra diri murid Autis, khususnya mengekspresikan emosi senang, sedih, dan marah. Metode yang digunakan ialah Metode Visual CBT yang menggunakan media kartu sebagai alat Visual dan pendekatan CBT untuk mengembangkan Citra diri murid. Rumusan masalah penelitian ini ialah "Bagaimakah Implementasi Metode Visual Cognitive Behavioral Therapy untuk Mengembangkan Citra Diri Anak Autis kelas V di SLB Negeri 2 Jeneponto?". Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : 1) Perkembangan citra diri murid autis pada kondisi awal (A1); 2) Perkembangan citra diri murid autis dalam Implementasi metode visual CBT saat diberi perlakuan pada kondisi (B); 3) Perkembangan citra diri siswa autis dalam kondisi (A2); 4) Perkembangan citra diri siswa autis dalam Implementasi metode visual CBT berdasarkan hasil analisis antar kondisi dari (A1) ke (B) ke (A2). Teknik pengumpulan data yang digunakan tes perbuatan dan observasi (perkembangan citra diri murid mengekspresikan emosi). Subjek penelitian seorang murid Autis kelas V di SLBN 2 Jeneponto berinisial DAS. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan subjek tunggal (single subjek research) dengan desain penelitian A-B-A. Hasilnya terjadi perubahan perkembangan citra diri murid Autis kelas V.*

**Kata kunci :** Autis; CBT; Citra diri; Metode Visual Cognitive behavior therapy.

## Pendahuluan

Apabila kita berpikir tentang emosi anak-anak, beberapa perasaan dramatis, seperti marah, takut, dan senang seringkali muncul dalam pikiran kita. Misalnya anak-anak yang tersenyum tampaknya sedang memberitahukan orang lain bahwa mereka merasa senang; anak-anak yang menangis pada dasarnya sedang mengkomunikasikan sesuatu yang tidak menyenangkan. Seseorang yang terlalu emosional atau tidak memiliki emosi akan sulit diterima oleh lingkungannya karena ia akan bersikap berlebihan atau tidak peka terhadap lingkungannya. Emosi begitu penting bagi hidup manusia dan salah satu cara agar manusia tersebut dapat mengendalikan emosinya adalah dengan membina sejak kecil. Hal tersebut erat kaitannya dengan Citra diri yang nampak pada anak. Citra diri sendiri adalah gambaran mengenai individu, penggambaran tersebut dapat mencakup karakter-karakter secara fisik dengan perasaan yang menyertainya. Salah satu komponen dalam citra diri yakni *attitudinal component* yang merupakan pikiran dan perasaan seseorang mengenai dirinya, status, dan pandangan terhadap orang lain.

Berdasarkan pendapat Maltz (Muhammad, 2016) mengenai citra diri, sebagai konsep yang dimiliki individu atas pilihannya sebagai individu sendiri, yang merupakan produk dari pengalaman masa lalu, kesuksesan dan kegagalan, penghinaan dan penghargaan, dan reaksi orang lain terhadap diri individu. Burn (Muhammad, 2016) dalam memberikan definisi dari citra diri yaitu apa yang dilihat seseorang ketika dia melihat dirinya sendiri. Brown (Muhammad, 2016) menggunakan istilah *self knowledge* yang memiliki arti sama dengan citra diri yang dikemukakan oleh tokoh lain yaitu sebagai apa yang ingin individu pikirkan tentang dirinya.

Emosi merupakan salah satu hal yang tak kalah penting bagi anak autisme jika dibandingkan dengan pendidikan akademik di sekolah, karena mengajarkan anak memahami dan mengekspresikan emosinya akan menciptakan citra diri lebih baik yang dapat mempengaruhi banyak aspek dalam perkembangan dan keberhasilan hidupnya. Sebaliknya gagal mengajarkan anak mengekspresikan emosinya dapat menciptakan citra diri kurang baik yang membuat anak rentan terhadap konflik-konflik dengan orang lain. Untuk mendukung agar anak autisme lebih mudah menciptakan citra diri lebih baik maka perlu adanya teknik atau pelatihan perilaku yang kolaboratif dan terstruktur. Oleh sebab itu dalam proses pelatihan anak diperlukan metode pelatihan yang kolaboratif dan terstruktur agar anak lebih mudah mengekspresikan citra dirinya.

*Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan sebuah terapi yang mengkombinasikan terapi berpikir dan terapi perilaku yang didasari oleh tiga hal yang saling berkaitan satu sama lain, yaitu pikiran, perasaan, dan perilaku. Lebih spesifiknya pemikiran akan mempengaruhi perasaan dan perilaku seseorang. (Rumondor, 2019). Menjelaskan bahwa CBT adalah sebuah terapi yang mengkombinasikan strategi berfikir dan perilakuan yang didasari oleh tiga hal yang saling terkait satu sama lain yaitu pikiran, perasaan dan perilaku. Secara spesifik,

pemikiran akan mempengaruhi perasaan dan perilaku. Oleh sebab itu teknik yang digunakan adalah serangkaian treatment kognitif perilaku melalui kombinasi perilaku, kognitif dan edukasi. Dengan metode pendekatan yang cukup singkat. Joseph & Chapman, (2013) menjelaskan visual CBT merupakan sebuah panduan untuk mempengaruhi perubahan emosional melalui ilustrasi untuk menunjukkan konsekuensi kognitif dan kecenderungan tindakan. Dengan melihat ilustrasi dan keterangan masing-masing emosi, anda dapat memahami atau menjadi sadar akan keadaan emosi dan apakah itu sehat atau tidak sehat.

Berdasarkan pendapat di atas serta mempertimbangkan kondisi dan karakter murid, maka Implementasi metode Visual CBT untuk mengembangkan citra diri murid dilakukan modifikasi. Perkembangan citra diri anak dalam hal mengekspresikan emosi akan dinilai dari atau diperoleh melalui tes perilaku yang mengidentifikasi kemampuan subjek penelitian dalam: (a) Mengetahui dan mengenali berbagai macam ekspresi emosi, dengan indikasi anak mampu memegang / menunjukkan ekspresi emosi marah, sedih, dan senang sesuai dengan yang ditanyakan peneliti; (b) Memahami berbagai macam ekspresi emosi, dengan indikasi anak mampu menyebutkan ekspresi emosi tokoh pada kartu ekspresi yang ditunjukkan peneliti serta keadaan yang menyertainya. Seperti sedih ketika terluka, senang ketika bermain, dan marah ketika diganggu; (c) Menirukan berbagai macam ekspresi emosi dengan indikasi anak mampu memperagakan ekspresi emosi marah yaitu mengernyitkan dahi, sedih yaitu cemberut / sudut bibir cenderung mengarah kebawah, dan senang yaitu tersenyum / sudut bibir cenderung mengarah keatas; (d) mengaplikasikan berbagai macam ekspresi emosi, sedih, dan senang dengan indikasi Anak mampu mengidentifikasi suatu kejadian atau situasi berdasarkan emosi. Misalnya senang saat diberi waktu bermain, sedih ketika terluka, dan marah ketika diganggu.

Penggunaan metode visual CBT dalam mengembangkan citra diri murid Autis kelas V merupakan salah satu cara yang tepat untuk mengembangkan kemampuan anak mengekspresikan dirinya. Hal tersebut disebabkan karena metode Visual CBT yang terdiri dari kombinasi dua pendekatan yaitu pendekatan kognitif dan behavior, sehingga tidak hanya menekankan pada perubahan pemahaman namun juga memberikan konseling kepada perilaku anak dengan bantuan alat visual.

## **Metode**

Penelitian yang dilakukan lebih dari 2 bulan ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *single subjek research* (SSR) yang berusaha mengukur variable secara berulang-ulang dalam periode tertentu, misalnya perjam, perhari, atau perminggu. Hasil pengukuran yang diperoleh bukan untuk dibandingkan dengan subjek lain. Desain yang digunakan yaitu desain A – B – A. prosedur desain ini merupakan prosedur yang disusun atas dasar *logical baseline* dengan tujuan untuk menunjukkan target *behavior* pada kondisi *Baseline 1* (A1), pada kondisi *Intervensi* (B), dan pada kondisi *Baseline 2* (A2). Instrument tes

yang digunakan adalah tes perbuatan dan observasi untuk mengetahui mengenai perkembangan citra diri murid mengekspresikan emosi.

Penelitian dilakukan dalam 3 kondisi dengan total 24 sesi. Pada kondisi (A1) dilaksanakan sebanyak 5 sesi, kondisi (B) 12 sesi, dan kondisi (A2) sebanyak 7 sesi. Selanjutnya data pada tiap sesi kemudian dianalisis dan disajikan dengan menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk grafik.

Perhitungan pada single subjek research desai A – B – A ini akan dianalisis dengan dua jenis analisis yaitu analisis dalam kondisi dan analisis antar kondisi agar lebih mudah memahami data serta untuk mengetahui apakah Implementasi metode Visual CBT berpengaruh untuk mengembangkan citra diri mengekspresikan emosi murid Autis kelas V di SLB Negeri 2 Jeneponto.

Setelah melakukan penelitian, semua data yang terkumpul akan dihitung dengan :  
 Nilai = skor yang diperoleh dibagi skor maksimal dikali 100.

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

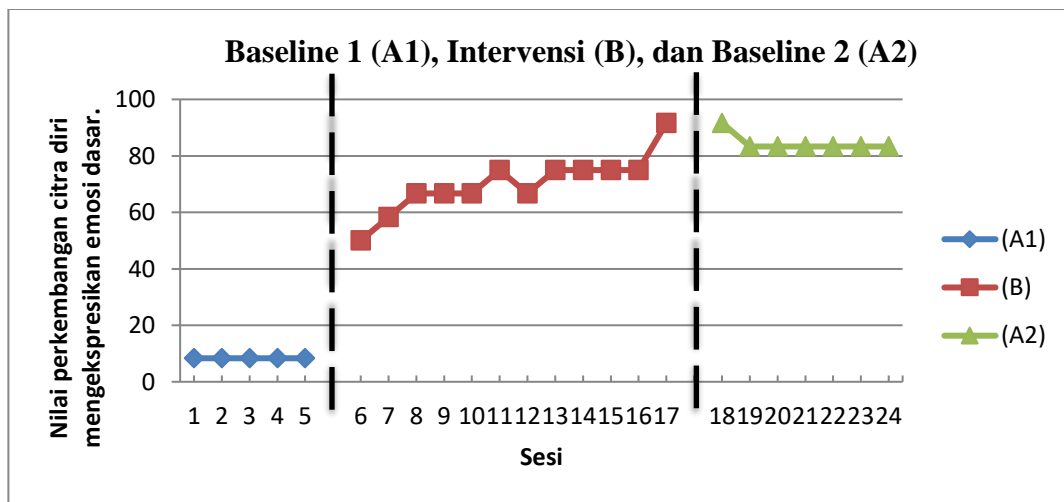
## Hasil

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang diperoleh pada Baseline 1 (A1) sebanyak 5 sesi dan diperoleh nilai 8.33, 8.33, 8.33, 8.33, 8.33 pada Intervensi (B) sebanyak 12 sesi diperoleh nilai 50, 58.33, 66.66, 66.66, 66.66, 75, 66.66, 75, 75, 75, 75, 91.66 pada Baseline 2 (A2) sebanyak 7 sesi diperoleh nilai 91.66, 83.33, 83.33, 83.33, 83.33, 83.33, 83.33 berdasarkan data pada ketiga fase tersebut, maka dibuat tabel dan grafik seperti dibawah ini.

Tabel 1 Data hasil perkembangan citra diri mengekspresikan emosi dasar dalam kondisi baseline 1 (A1), Intervensi (B), baseline 2 (A2).
















Sesi	Skor maksimal	Skor	Nilai
<b>Baseline 1 (A1)</b>			
1	12	1	8.33
2	12	1	8.33
3	12	1	8.33
4	12	1	8.33
5	12	1	8.33
<b>Intervensi (B)</b>			
6	12	6	50
7	12	7	58.33
8	12	8	66.66

9	12	8	66.66
10	12	8	66.66
11	12	9	75
12	12	8	66.66
13	12	9	75
14	12	9	75
15	12	9	75
16	12	9	75
17	12	11	91.66
<b>Baseline 2 (A2)</b>			
18	12	11	91.66
19	12	10	83.33
20	12	10	83.33
21	12	10	83.33
22	12	10	83.33
23	12	10	83.33
24	12	10	83.33






Tabel 2 Rangkuman hasil analisis visual dalam kondisi perkembangan citra diri mengekspresikan emosi dasar kondisi Baseline1 (A1), Intervensi (B), dan Baseline2 (A2).

Kondisi	A1	B	A2
Panjang kondisi	5	12	7

<b>Estimasi kecenderungan arah</b>	 (=)	 (+)	 (-)
<b>Kecenderungan stabilitas</b>	<b>Stabil</b>  100%	<b>Variabel</b>  75%	<b>Stabil</b>  85.71%
<b>Jejak data</b>	 (=)	 (+)	 (-)
<b>Level stabilitas</b>	<b>Stabil</b>  100%	<b>Variable</b>  75%	<b>Stabil</b>  85.71%
<b>Rentang dan perubahan level.</b>	<b>8.33 – 8.33</b>  (0)	<b>91.66 – 50</b>  (+41.66)	<b>83.33 – 91.66</b>  (- 8.33)

Tabel 3 Rangkuman hasil analisis data antar kondisi perkembangan citra diri mengekspresikan emosi dasar.

<b>Perbandingan Kondisi</b>	<b>A1/B</b>	<b>B/A2</b>	
<b>Jumlah variable</b>	1	1	
<b>Perubahan kecenderungan arah dan efeknya</b>	 (=)	 (+)	 (-)
	<b>Positif</b>	<b>Negative</b>	
<b>Perubahan kecenderungan stabilitas</b>	<b>Stabil ke Variabel</b>	<b>Variabel ke Stabil</b>	
<b>Perubahan level</b>	(8.33 – 50) (41.67)	(91.66 – 91.66) (0)	
<b>Persentase overlap (percentage of Overlap)</b>	0%	0%	

Hasil penelitian diatas dapat diartikan bahwa Implementasi metode Visual CBT dapat mempengaruhi perkembangan citra diri mengekspresikan emosi marah, sedih, dan senang pada Murid Autis Kelas V di SLB Negeri 2 Jeneponto.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada murid Autis kelas 5 peneliti menemukan adanya masalah anak dalam hal mengekspresikan perasaan yang ada pada dirinya, sehingga membuat anak rentan terhadap konflik dan asumsi mengenai apa yang dialaminya sehingga menciptakan citra diri yang kurang sesuai dengan keadaan anak sebenarnya. Citra diri merupakan gambaran yang dihasilkan dari keadaan fisik dan psikologis anak. Apabila kita berpikir tentang emosi anak-anak, beberapa perasaan dramatis, seperti marah, takut, sedih dan senang seringkali muncul. Misalnya anak-anak yang tersenyum tampaknya sedang memberitahukan orang lain bahwa mereka merasa senang; anak-anak yang menangis pada dasarnya sedang mengkomunikasikan sesuatu yang tidak menyenangkan. Frekuensi murid mengekspresikan emosi marah / *grumpy* yang lebih sering bahkan pada saat merasa senang, seperti bermain menciptakan gambaran bahwa murid adalah murid yang pemarah dan tidak menyenangkan.

Adapun keterangan dari guru kelas, murid belum pernah diberi pemahaman mengenai perasaan emosional yang dapat dialami murid. Kesulitan murid dalam mengelola perasaan emosionalnya kurang mendapat perhatian menyebabkan perkembangan citra diri murid tidak begitu memiliki kesan yang baik. Kondisi anak yang terlalu emosional atau tidak memiliki emosi akan sulit diterima oleh lingkungannya karena murid akan bersikap berlebihan atau tidak peka terhadap sekitar sehingga meninggalkan citra diri yang kurang baik terhadap dirinya. Kondisi inilah yang mendorong peneliti untuk mengangkat permasalahan ini. penelitian ini menerapkan Metode Visual CBT (*Cognitive behavior therapy*) sebagai salah satu cara yang dapat memberikan pengaruh positif dalam mengembangkan citra diri mengekspresikan emosi dasar murid.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SLB Negeri 2 Jeneponto, diperoleh data yang menunjukkan adanya perkembangan yang signifikan pada perkembangan citra diri mengekspresikan emosi dasar murid setelah adanya penerapan metode Visual CBT. Hal ini sejalan dengan pendapat Joseph & Chapman, (2013) yang menjelaskan bahwa “visual CBT merupakan

sebuah panduan untuk mempengaruhi perubahan emosional melalui ilustrasi untuk menunjukkan konsekuensi kognitif dan kecenderungan tindakan. Dengan melihat ilustrasi dan keterangan masing-masing emosi, anda dapat memahami atau menjadi sadar akan keadaan emosi dan apakah itu sehat atau tidak sehat”. Hal tersebut juga sejalan dengan tujuan dari CBT yang diungkapkan oleh Azhari & Ningsih, (2020) yaitu: “Mengajak klien untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi”

Penelitian dilakukan selama lebih dari 2 bulan dengan jumlah pertemuan 24 sesi yang dibagi menjadi 3 kondisi yakni 5 (lima) sesi untuk kondisi *Baseline1* (A1), 12 (dua belas) sesi untuk kondisi *Intervensi* (B) dan 7 (tujuh) sesi untuk kondisi *Baseline2* (A2). Hasil penelitian pada (A1) menunjukkan data yang diperoleh setiap sesi dari sesi pertama sampai sesi ke- lima dengan peolehan nilai tiap sesi yaitu 8.33, menunjukkan perkembangan citra diri mengekspresikan emosi murid pada kondisi ini sangat rendah. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor seperti masih kurangnya / murid belum mengetahui apa dan bagaimana mengekspresikan emosi yang ada pada diri murid. Pada kondisi ini anak hanya mampu mengekspresikan emosi marah dan belum mengetahui dan memahami emosi lain. Selain itu, belum pernah dilakukannya pemberian perlakuan terhadap perkembangan citra diri mengekspresikan emosi pada murid juga dapat menjadi salah satu alasan mengapa perolehan nilai perkembangan citra diri murid masih rendah. Berdasarkan kriteria stabilitas data yang diperoleh pada kondisi (A1) adalah stabil, sehingga dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu *Intervensi* (B).

Kondisi *Intervensi* (B), peneliti memberikan perlakuan dengan menerapkan metode Visual CBT pada setiap sesi (B) sebanyak 12 (dua belas) sesi. Citra diri mengekspresikan emosi dasar subjek pada kondisi (B) dari sesi ke- enam sampai sesi ke- tujuh belas mengalami perubahan jika dibandingkan dengan kondisi (A1) yang ditunjukkan dengan perolehan nilai pada (A1) 8.33 dan (B) 50 – 91.66. hal ini dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor salah satunya pemberian perlakuan dengan menerapkan metode visual CBT. Dengan pemberian perlakuan dengan menerapkan metode Visual CBT murid yang sebelumnya belum mengetahui berbagai macam ekspresi emosi menjadi mengetahui dan memahami berbagai macam ekspresi emosi. Sejalan dengan pendapat Joseph & Chapman, (2013) “... dengan melihat ilustrasi dan keterangan masing-masing emosi, anda



dapat memahami atau menjadi sadar akan keadaan emosi. Metode ini membantu memperoleh wawasan tentang emosi dan memahami bagaimana cara mengubah yang negative dan tidak sehat.”

Pada sesi ke- enam sampai sesi ke- sepuluh, Murid mengetahui dan memahami berbagai macam ekspresi emosi. Murid mulai memahami, mencontoh / menirukan ekspresi emosi yang ditunjukkan peneliti yang dibantu dengan penggunaan media visual berupa kartu bergambarkan anak dengan berbagai macam ekspresi wajah serta dengan memberikan pemahaman mengenai kondisinya, misalnya saat terluka akan merasa dan berekspresi sedih, bermain / mendapat hadiah akan merasa dan berekspresi senang, diganggu akan merasa dan berekspresi marah. Hal ini efektif sejalan dengan pendapat Dom an (Hartawan, 2018) “... kartu kata bergambar merupakan media yang efektif membantu anak dalam mengingat dan menghafal kata ataupun gambar.” Pada sesi ini anak masih kesulitan dalam mengekspresikan emosinya sedniri tanpa ada bantuan dari peneliti.

Pada sesi ke-sebelas sampai sesi ke-tujuh belas, Murid mengetahui, memahami, meniru, dan mulai mengekspresikan emosinya dengan dan tanpa bantuan dari peneliti untuk mengkonfirmasi perasaan yang dialami dan ekspresi seperti apa yang seharusnya muncul. Misalnya saat sedang diberi hadiah peneliti menanyakan apakah murid merasa senang? Lalu jika senang bagaimana ekspresi senang? saat murid berekspresi tidak senang / marah peneliti menanyakan “marah? Kenapa marah?” mencari tahu sebab ekspresi tersebut lalu selanjutnya menentang perasaan tersebut jika tidak sesuai. Sejalan dengan pendapat Laguipo, (2019). Menjelaskan “Terapi perilaku kognitif (CBT) adalah terapi yang bertujuan untuk membuat anak mengenali pikiran, harapan, dan sikap mereka sendiri ... terdiri dari kombinasi dua pendekatan; terapi kognitif dan perilaku”. Lebih lanjut Azhari & Ningsih, (2020) “Mengajak klien untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi”

Karena emosi bukanlah hal yang bisa dinilai ataupun diukur dengan mudah, peneliti harus lebih aktif bertanya dan mengkonfirmasi serta mengamati setiap perubahan perilaku murid. Sampai pada tahap murid mampu mengekspresikan emosinya tanpa bantuan dari peneliti. Berdasarkan kriteria stabilitas data yang diperoleh pada kondisi (B) adalah Variabel dengan kecenderungan stabilitas sebesar 75% hal ini dapat disebabkan karena perolehan

nilai yang diperoleh murid bervariasi sehingga peneliti melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu *baseline2* (A2).

Kondisi (A2) peneliti menghentikan pemberian perlakuan metode visual CBT selama sesi ini yaitu sebanyak 7 sesi dari sesi ke- delapan belas sampai sesi ke- dua puluh empat. Data yang diperoleh cenderung menurun jika dibandingkan dengan kondisi (B) hal ini dapat disebabkan oleh banyak faktor salah satunya penghentian pemberian perlakuan metode Visual CBT kepada murid. Dengan tidak diberikannya lagi perlakuan murid lebih sulit memahami, dan mengekspresikan emosi. Akan tetapi lebih meningkat dibandingkan dengan kondisi (A1) dengan perolehan nilai yakni, 91.66 – 83.33. Berdasarkan kriteria stabilitas data yang diperoleh stabil. Citra diri mengekspresikan emosi dasar subjek mulai berkembang ditunjukkan dengan kecenderungan arah data yang menaik dari (A1) ke (B) ke (A2), hal ini dikarenakan adanya pengaruh positif perlakuan penerapan metode Visual CBT. Sejalan dengan tujuan CBT yang diungkapkan oleh Joseph & Chapman, (2013) “... tujuannya adalah untuk membantu Anda menjadi lebih baik dalam jangka panjang, yang dilakukan dengan mengubah keyakinan tidak sehat Anda menjadi sehat mereka. Proses perubahan membutuhkan pengulangan, konsistensi dan kekuatan dalam penerapan keyakinan yang sehat” sehingga tidak hanya mengubah dan mengembangkan perilaku subjek tapi juga menanamkan pemahaman untuk memperkuat citra diri subjek.

Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya suatu perubahan dari ketiga kondisi yang dilakukan dalam penelitian ini, sebagaimana yang telah dijelaskan diatas. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dan disajikan secara visual dan mengacu pada desai A – B – A untuk target behavior mengembangkan citra diri mengekspresikan emosi dasar pada murid Autis kelas V SLB Negeri 2 Jeneponto, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode Visual *Cognitive behavior therapy* dapat mengembangkan citra diri mengekspresikan emosi dasar murid

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, disimpulkan bahwa Perkembangan citra diri (mengekspresikan emosi dasar) murid Autis kelas V SLB negeri 2 Jeneponto berdasarkan data hasil analisis antar kondisi yaitu; pada kondisi sebelum pemberian perlakuan (*baseline 1* (A1)) citra diri mengekspresikan

emosi marah, senang, dan sedih murid sangat rendah dengan perolehan nilai berkisar 8.33 – 8.33. mengalami berkembang saat diberi perlakuan (Intervensi (B)) perolehan nilai subjek cenderung menaik (+) dengan nilai berkisar 50 – 91.66 dengan kategori penilaian sangat tinggi. Nilai tersebut membuktikan adanya efek dari perlakuan metode visual CBT terhadap anak saat diberikan Intervensi. Pada kondisi Baseline 2 (A2) Perolehan nilai subjek cenderung menurun (-) dengan nilai berkisar 91.66 – 83.33 dengan kategori penilaian sangat tinggi. Walaupun perolehan nilai subjek pada baseline 2 (A2) cenderung menurun (-), akan tetapi perolehan nilai subjek cenderung menaik (+) jika dibandingkan dengan kondisi sebelum diberikan perlakuan (Baseline1 (A1)). Artinya penrapan metode visual CBT dapat digunakan untuk mengembangkan citra diri mengekspresikan emosi dasar pada subjek.

#### **Daftar pustaka**

- Adinda, I. (2015). *Regulasi Emosi Ibu yang Mempunyai Anak Autis*. [Thesis (Undergraduate), Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya]. <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/526>
- American Psychiatric Association (Ed.). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* (5th ed). American Psychiatric Association.
- Arikunto, Suharsimi.2013. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan* (Edisi2). Jakarta: Bumi Aksara
- Azhari, A., & Ningsih, S. (2020). *Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Meningkatkan Kesadaran Pendidikan. At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(1), 48. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.7218>
- Azwandi, Y. (2005). *Mengenal Dan Membantu Penyandang Autisme*. Jakarta Depdiknas (Dit. PPTK & KPT). <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pld=3901&pRegionCode=UNIKAMA&pClientId=717>

- B. Laguipo, A. B. (2019). Cognitive Behavioral Therapy for Autism. *News Medical Life sciences*. <https://www.news-medical.net/health/Cognitive-Behavioral-Therapy-for-Autism.aspx>
- Beck, J. S., & Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. Guilford Press. <http://site.ebrary.com/id/10483589>
- E. H. Muhammad, efendi. (2016). *Hubungan antara citra diri dengan self-esteem terhadap remaja pelaku selfie yang diunggah di media sosial pada siswa Madrasah Aliyah Tawakkal Denpasar*. [Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya]. <http://digilib.uinsby.ac.id/13731/>
- Erawanjie, A. R. (2019). *Jurnal Pendidikan Khusus Penggunaan Social Stories Terhadap Kemampuan Pengenalan Ekspresi Emosi Anak Spektrum Autis*. 24.
- Gunarsa, S. D. (2007). *Psikologi remaja* (16th ed.). Jakarta : Gunung Mulia.
- Hallahan, D. P. (2014). *Exceptional learners* (12th ed., Pearson new international ed). Pearson.
- Joseph, A., & Chapman, M. (2013). *Visual CBT: Using pictures to help you apply cognitive behavior therapy to change your life*. John Wiley & Sons Inc.
- Kanner, L. (1968). Autistic disturbances of affective contact. *Acta Paedopsychiatrica*, 35(4), 100–136.
- Kemper, T. D., & Lazarus, R. S. (1992). Emotion and Adaptation. *Contemporary Sociology*, 21(4), 522. <https://doi.org/10.2307/2075902>
- Kimam, M. (2011). *COGNITIF BEHAVIOUR THERAPY (CBT): Makalah konseling*. <https://mosotkiman.wordpress.com/2018/12/04/cognitif-behaviour-therapy-cbt/>

- Marwa, M. (2018). Efek Pelatihan Pemahaman Emosi Pada Anak Retardasi Mental Ringan di SLBN Pembina Yogyakarta. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 3(2), 208–226. <https://doi.org/10.33367/psi.v3i2.627>
- Rotheram-Fuller, E., & MacMullen, L. (2011). Cognitive-behavioral therapy for children with autism spectrum disorders: CBT for ASD. *Psychology in the Schools*, 48(3), 263–271. <https://doi.org/10.1002/pits.20552>
- Rumondor, P. (2019). *PENGEMBANGAN TES PERILAKU*. 13.
- Scarpa, A., White, S. W., & Attwood, T. (Eds.). (2013). *CBT for children and adolescents with high-functioning autism spectrum disorders*. The Guilford Press.
- Sicile-Kira, C. (2014). *Autism spectrum disorder: The complete guide to understanding autism* (Revised edition/Revised Perigee trade paperback edition). Perigee.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunanto, J. Takeuchi, K. Nakata, H. 2005. *Penelitian Dengan Subjek Tunggal*. Tsukuba: Criced University
- Turkington, C., & Anan, R. (2007). *The encyclopedia of autism spectrum disorders*. Facts On File.
- Wall, K. (2004). *Autism and early years practice: A guide for early years professionals, teachers and parents*. Paul Chapman.