

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Kondisi Subjek Penelitian Pra Modifikasi Perilaku

Subjek penelitian 1,2, dan 3 mengalami tantangan yang melibatkan berbagai faktor yang mempengaruhi adaptasi mereka, baik dari latar belakang keluarga maupun kondisi pribadi masing-masing anak. Anak-anak yang masih memiliki keluarga sering kali menolak untuk dimasukkan ke panti asuhan karena keinginan untuk tetap bersama keluarga mereka. Mereka mungkin merasa cemas, sedih, dan mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru yang berbeda dari rumah. Hal ini dikarenakan perasaan terikat dan nyaman dengan suasana rumah serta dukungan emosional dari keluarga mereka.

Anak-anak yang tidak memiliki keluarga atau yang terlantar di jalanan cenderung tidak menolak saat dimasukkan ke panti asuhan. Mereka mungkin melihat panti asuhan sebagai tempat perlindungan yang lebih baik dibandingkan dengan kehidupan di jalanan. Namun, mereka tetap menghadapi tantangan adaptasi seperti penyesuaian terhadap aturan dan rutinitas di panti. Ketika pertama kali masuk ke panti asuhan, banyak anak yang tidak berada dalam kondisi kesehatan yang baik atau memiliki kebiasaan buruk seperti pola tidur yang tidak teratur, pola makan yang kurang sehat, dan kebersihan diri yang tidak terjaga. Hal ini memerlukan perhatian khusus dari pengasuh untuk membantu mereka menyesuaikan diri dengan rutinitas yang lebih sehat dan teratur. Anak-anak remaja di panti asuhan sering kali harus mengikuti berbagai kegiatan sosial dan keagamaan seperti sholat, mengaji, belajar, dan kegiatan lainnya. Pada awalnya, mereka mungkin enggan mengikuti kegiatan tersebut karena masih terbiasa dengan kebiasaan lama di rumah atau lingkungan sebelumnya. Namun, dengan dukungan dari pengasuh mereka dapat belajar menyesuaikan diri dan berpartisipasi dalam kegiatan yang ada.

Proses modifikasi perilaku melalui *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Al Munasaroh secara keseluruhan dapat dikaitkan dengan teori Hardywinoto dan Setiabudi (2005) tentang *Activity of*

Daily Living (ADL). Teori *Activity of Daily Living (ADL)*. menekankan pada pentingnya kemampuan individu untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, seperti ke toilet, makan, berpakaian, mandi, dan berpindah tempat. Berikut adalah hubungan antara penjelasan di atas dengan teori *Activity of Daily Living (ADL)*:

1. Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari

Menurut Teori *Activity of Daily Living (ADL)*: Individu yang normal mampu melakukan kegiatan sehari-hari secara mandiri karena semua panca inderanya berfungsi dengan baik, sehingga mereka bisa berinteraksi dengan baik dengan orang lain.

Penjelasan Modifikasi Perilaku:

- Subjek 1: Setelah modifikasi perilaku, Subjek 1 menunjukkan perubahan dalam mengikuti aturan tata tertib di panti, menjaga pola makan, dan menjalankan ibadah rutin. Kemandirian ini tercermin dalam kegiatan membersihkan tempat tidur setelah bangun tidur dan mencuci tangan serta kaki sebelum tidur, menunjukkan peningkatan dalam aktivitas sehari-hari.
- Subjek 2: Subjek 2 memperlihatkan perkembangan dalam menjaga kebersihan diri, seperti mandi setelah bermain, membersihkan tempat tidur, dan mengikuti pola tidur yang teratur. Perubahan ini mencerminkan peningkatan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.
- Subjek 3: Subjek 3 juga menunjukkan peningkatan dalam aktivitas sehari-hari, seperti mencuci pakaian secara rutin, menjaga kebersihan diri, dan mengontrol emosinya saat berinteraksi dengan teman sebaya. Ini menunjukkan bahwa Subjek 3 semakin mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

2. Interaksi Sosial yang Baik

Menurut Teori *Activity of Daily Living (ADL)*: Kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif.

Penjelasan Modifikasi Perilaku:

- Interaksi dengan Pengasuh dan Staf Panti: Semua subjek menunjukkan peningkatan dalam interaksi sosial setelah modifikasi perilaku. Mereka lebih terbuka dalam berkomunikasi dengan pengasuh dan staf panti, serta lebih aktif berinteraksi dengan teman sebaya. Misalnya, Subjek 1 dan Subjek 2 menjadi lebih terbuka dan aktif dalam kegiatan sosial di panti.
- Keterampilan Sosial: Subjek 2 dan Subjek 3 menunjukkan perkembangan dalam keterampilan sosial, seperti aktif bersosialisasi dengan masyarakat sekitar dan mengikuti kegiatan panti dengan baik. Ini menunjukkan bahwa kemampuan mereka dalam *Activity of Daily Living (ADL)* telah mendukung interaksi sosial yang lebih baik.

3. Pentingnya Dukungan Sosial

Menurut Teori *Activity of Daily Living (ADL)*: Dukungan sosial memainkan peran penting dalam membantu individu mengembangkan keterampilan dalam aktivitas sehari-hari.

Penjelasan Modifikasi Perilaku:

- Dukungan dari Pengasuh dan Staf: Dukungan yang diberikan oleh pengasuh dan staf panti berperan besar dalam membantu subjek mengembangkan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Hal ini terlihat dari pernyataan pengurus panti yang menyebutkan bahwa anak-anak lebih tertib dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari dan menunjukkan peningkatan dalam kebersihan diri.
- Dukungan Teman Sebaya: Pencarian dukungan dari teman sebaya juga membantu subjek dalam membangun komitmen untuk perubahan perilaku, seperti yang terlihat dalam pertemuan 5 hingga 14, di mana subjek mulai mencari dukungan dari lingkungan sekitar untuk menerapkan perubahan perilaku.

Sehingga dari penjelasan tersebut proses modifikasi perilaku melalui *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang diterapkan di Yayasan Panti Asuhan Al Munasaroh menunjukkan hubungan yang erat dengan teori Hardywinoto dan Setiabudi (2005) tentang *Activity of Daily Living (ADL)*. Subjek penelitian

menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, yang mencakup kebersihan diri, keteraturan dalam pola tidur dan makan, serta kemampuan untuk berinteraksi secara sosial. Dukungan sosial dari pengasuh, staf, dan teman sebaya juga memainkan peran penting dalam membantu subjek mengembangkan kemandirian dan keterampilan sosial yang diperlukan untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik.

5.2 Kondisi Subjek Penelitian Proses Modifikasi Perilaku

Proses modifikasi perilaku dilakukan dengan mengubah cara berpikir dengan teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*. Adapun hubungan dengan Teori Wolpe (1973) tentang Modifikasi Perilaku. Menurut teori Wolpe (1973), modifikasi perilaku melibatkan penerapan prinsip-prinsip belajar yang telah teruji secara eksperimental untuk mengubah perilaku yang tidak adaptif. Kebiasaan yang tidak adaptif dilemahkan dan dihilangkan, sementara perilaku yang adaptif ditimbulkan dan dikukuhkan. Berikut adalah hubungan antara penjelasan di atas dengan teori Wolpe:

1. Penghilangan Perilaku yang Tidak Adaptif

Menurut Teori Wolpe: Modifikasi perilaku bertujuan untuk melemahkan dan menghilangkan kebiasaan-kebiasaan yang tidak adaptif.

Penjelasan Modifikasi Perilaku:

- Subjek 1: Pada awalnya, Subjek 1 memiliki kebiasaan makan makanan yang tidak sehat dan tidur tidak teratur. Melalui proses modifikasi perilaku, kebiasaan ini diubah. Subjek 1 mulai menghindari jajanan tidak sehat, mengikuti aturan tidur, dan lebih mudah diatur oleh pengasuh panti.
- Subjek 2: Subjek 2 pada awalnya malas menjaga kebersihan diri dan sering menyendiri. Setelah modifikasi perilaku, Subjek 2 mulai mandi secara rutin setelah bermain, membersihkan tempat tidur, dan berpartisipasi dalam kegiatan panti.
- Subjek 3: Subjek 3 awalnya sulit mengatur emosi dan tidak menjaga kebersihan. Setelah modifikasi perilaku, ia mulai mengontrol

emosinya, mencuci pakaian rutin, dan menjaga kebersihan lingkungan dengan membuang sampah pada tempatnya.

2. Penimbulan dan Pengukuhan Perilaku yang Adaptif

Menurut Teori Wolpe: Modifikasi perilaku juga bertujuan untuk menimbulkan dan mengukuhkan perilaku yang adaptif.

Penjelasan Modifikasi Perilaku:

- Subjek 1: Perilaku adaptif seperti membersihkan tempat tidur setelah bangun, mencuci tangan dan kaki sebelum tidur, dan mengikuti kegiatan ibadah rutin ditimbulkan dan dikukuhkan melalui proses modifikasi perilaku.
- Subjek 2: Kebiasaan adaptif seperti mandi setelah bermain, mengikuti pola tidur yang teratur, mengaji, dan membersihkan kamar tidur secara rutin juga dikukuhkan melalui proses modifikasi perilaku.
- Subjek 3: Perilaku adaptif seperti mencuci pakaian, menjaga kebersihan diri, dan mengontrol emosi dalam berinteraksi dengan teman sebaya dikukuhkan melalui proses modifikasi perilaku.

3. Penerapan Prinsip-Prinsip Belajar yang Teruji Secara Eksperimental

Menurut Teori Wolpe: Modifikasi perilaku menggunakan prinsip-prinsip belajar yang telah teruji secara eksperimental.

Penjelasan Modifikasi Perilaku:

- *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*: Proses modifikasi perilaku yang digunakan di Yayasan Panti Asuhan Al Munasaroh menggunakan *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)*, yang merupakan pendekatan berbasis bukti dan telah teruji secara eksperimental dalam mengubah perilaku. *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* melibatkan berbagai teknik seperti relaksasi, terapi kognitif, dan pemantauan diri untuk mengubah perilaku yang tidak adaptif menjadi adaptif.
- Tahapan Modifikasi: Proses modifikasi perilaku dibagi menjadi tahapan awal, pertengahan, dan akhir, yang masing-masing menerapkan prinsip-prinsip belajar untuk mengamati, merencanakan, dan mengevaluasi

perubahan perilaku. Misalnya, pada pertemuan 4-15, subjek dilatih untuk membangun hubungan, mencari dukungan, dan menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat secara bertahap.

5.3 Kondisi Subjek Penelitian Pasca Modifikasi Perilaku

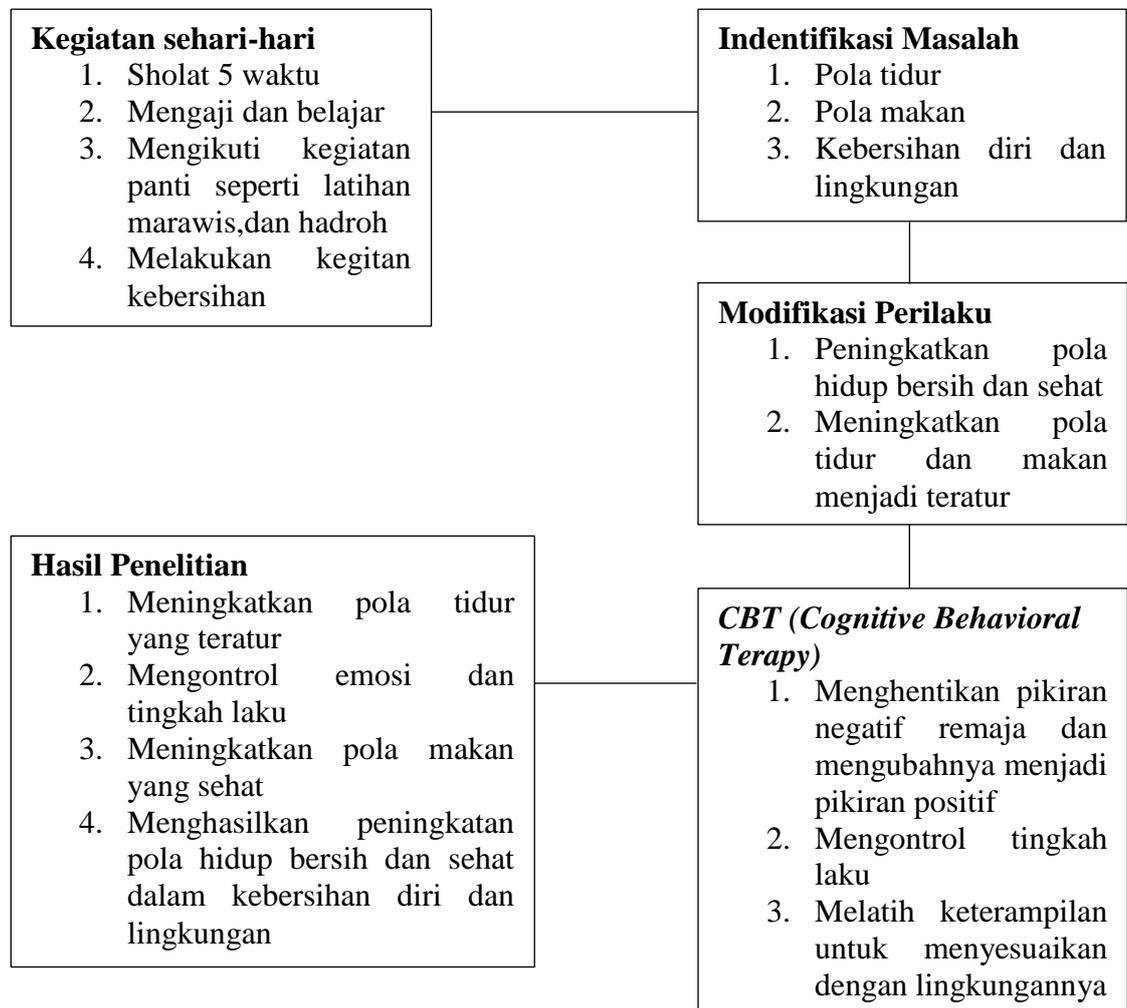
Sehingga kesimpulannya Proses modifikasi perilaku melalui *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* yang diterapkan di Yayasan Panti Asuhan Al Munasaroh sesuai dengan teori Wolpe (1973). Penjelasan di atas menunjukkan bagaimana kebiasaan yang tidak adaptif pada subjek penelitian berhasil dilemahkan dan dihilangkan, subjek 1,2,dan 3 mampu menunjukkan perubahan yang positif dalam berbagai aspek di kehidupan sehari-hari termasuk pola tidur yang teratur,pola makan sehat,dan kebersihan diri maupun kebersihan lingkungan. Sementara perilaku yang adaptif ditimbulkan dan dikukuhkan. Prinsip-prinsip belajar yang teruji secara eksperimental, seperti yang diterapkan dalam *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)*, digunakan untuk membantu subjek mengembangkan perilaku yang lebih adaptif dan sesuai dengan rutinitas kehidupan sehari-hari di panti asuhan. Modifikasi perilaku ini tidak hanya meningkatkan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari tetapi juga mendukung interaksi sosial yang lebih baik dan kesejahteraan emosional subjek.

Adapun keterkaitan hubungan hasil penelitian yang sudah dilakukan dengan Teori *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* dalam konteks modifikasi perilaku di yayasan panti asuhan, *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* adalah bentuk terapi yang berfokus pada hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang. Tujuan *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* adalah untuk membantu individu mengidentifikasi dan merubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat atau tidak produktif menjadi yang lebih adaptif dan positif. Sehingga dalam hal ini *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* dapat digunakan untuk membantu subjek memahami dan mengelola pikiran dan perasaan mereka terkait dengan perilaku yang tidak diinginkan, seperti kurangnya kebersihan diri atau kurangnya kedisiplinan dalam menjalani rutinitas harian. Misalnya, bagi subjek yang mengalami kesulitan dalam menjaga kebersihan diri, seorang peneliti dapat menggunakan pendekatan *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* untuk membantu

mereka mengidentifikasi pikiran atau kepercayaan negatif yang mungkin mempengaruhi perilaku mereka, seperti pikiran bahwa mandi adalah tugas yang membosankan atau tidak penting. Melalui teknik-teknik *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)*, seperti restrukturisasi kognitif atau pemberian tugas, subjek dapat belajar untuk merubah pandangan mereka terhadap mandi dan mengembangkan motivasi untuk menjaga kebersihan diri secara teratur. Dengan demikian, hubungan antara penjelasan modifikasi perilaku di yayasan panti asuhan dengan teori *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* adalah bahwa proses modifikasi perilaku tersebut melibatkan penggunaan teknik-teknik *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* untuk membantu subjek memahami dan mengubah pola pikir serta perilaku yang tidak adaptif.

Behaviorisme adalah pendekatan dalam psikologi yang menekankan pentingnya lingkungan eksternal dalam membentuk perilaku individu. Menurut teori behaviorisme, perilaku manusia dapat dipelajari dan diubah melalui interaksi dengan lingkungan mereka, serta konsekuensi yang timbul dari perilaku tersebut. Dalam konteks modifikasi perilaku di yayasan panti asuhan, pendekatan behaviorisme dapat digunakan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perubahan perilaku yang positif dan memberikan konsekuensi yang sesuai terhadap respons subjek terhadap aturan dan tata tertib yang diberlakukan di yayasan tersebut. Misalnya, jika subjek menaati aturan dan rutinitas harian, seperti mandi secara teratur atau membersihkan tempat tidur mereka, mereka mungkin diberi pujian atau penghargaan sebagai konsekuensi positif. Sebaliknya, jika subjek melanggar aturan atau tidak mematuhi rutinitas harian, mereka mungkin diberi teguran atau hukuman sebagai konsekuensi negatif. Dengan memberikan konsekuensi yang konsisten dan sesuai, lingkungan di yayasan panti asuhan dapat membentuk dan memperkuat perilaku yang diinginkan. Jadi dengan demikian hubungan antara penjelasan modifikasi perilaku di yayasan panti asuhan al-munasaroh dengan teori *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)* adalah bahwa proses modifikasi perilaku tersebut mencakup penerapan prinsip-prinsip behaviorisme, seperti memberikan konsekuensi yang sesuai terhadap respons subjek terhadap aturan dan tata tertib yang diberlakukan di lingkungan tersebut.

5.4 Kerangka Hasil Penelitian



Gambar 5. 1 Kerangka Hasil Penelitian