

**PROGRAM KONSELING BAGI KELUARGA
YANG MEMPUNYAI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
MELALUI PENDEKATAN *COGNITIVE-BEHAVIOR THERAPY* (CBT)**

TESIS

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Penulisan Karya Ilmiah (Tesis)
Program Studi Pendidikan Khusus



Oleh :

Ira Purnama Sari

1605111

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KHUSUS
SEKOLAH PASCA SARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2019

**PROGRAM KONSELING BAGI KELUARGA
YANG MEMPUNYAI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
MELALUI PENDEKATAN *COGNITIVE-BEHAVIOR THERAPY* (CBT)**

Oleh,

IRA PURNAMA SARI

S.Pd. Universitas Pendidikan Indonesia, 2015

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Pendidikan Khusus

©Ira Purnama Sari 2019

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2019

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian, dengan dicetak ulang,
Difotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

IRA PURNAMA SARI
PROGRAM KONSELING BAGI KELUARGA
YANG MEMPUNYAI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
MELALUI PENDEKATAN *COGNITIVE-BEHAVIOR THERAPY* (CBT)

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I



Dr. Musjafak Assjari, M.Pd
NIP. 19550516 198101 1 001

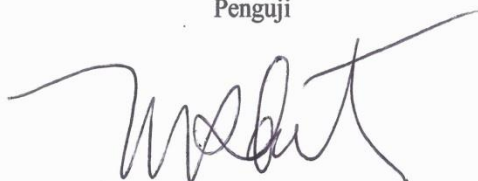
Pembimbing II



Dr. Hidayat, Dipl., S.Ed., M.Si.
NIP. 19570711 198503 1 003

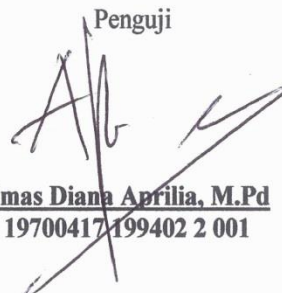
Disetujui dan disahkan oleh penguji :

Penguji



Prof. Dr. H. Cece Rakhmat, M.Pd
NIP. 19520422 197603 1 004

Penguji



Dr. Imas Diana Aprilia, M.Pd
NIP. 19700417 199402 2 001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Khusus
Sekolah Pascasarjana UPI



Dr. Sunardi, M.Pd.
NIP. 19600201 198703 1 002

ABSTRAK

**PROGRAM KONSELING BAGI KELUARGA
YANG MEMPUNYAI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
MELALUI PENDEKATAN *COGNITIVE-BEHAVIOR THERAPY* (CBT)**

Ira Purnama Sari

NIM 1605111/Program Studi Pendidikan Khusus – Sekolah Pascasarjana –
Universitas Pendidikan Indonesi.

Penelitian ini bertujuan untuk membuat program konseling bagi keluarga Yang mempunyai anak tunagrahita ringan Melalui pendekatan *cognitive-behavior therapy* (CBT) yang akan menjadi dampak berubahnya pemahaman keluarga (orangtua) yang mempunyai anak tunagrahita ringan. metode penelitian ini mix method kualitatif-kuantitatif, dengan desain penelitian *single subject research* menggunakan desain A-B-A yang pada pelaksanaanya dilakukan 14 sesi. Berdasarkan hasil dari pelaksanaan program konseling bagi keluarga Yang mempunyai anak tunagrahita ringan Melalui pendekatan *cognitive-behavior therapy* (CBT) dapat memberikan pengaruh dalam merubah pemahaman orangtua yang diperlihatkan dengan meningkatnya mean level dari setiap fase baseline, intervensi, dan baseline-2. Kenaikan mean level dari baseline-1 sebesar 29,6% menjadi 94,4% pada baseline-2.

Kata Kunci: Program Konseling, Pendekatan CBT, Bagi Keluarga.

ABSTRACT

COUNSELING PROGRAM FOR FAMILIES WHO HAVE A CHILD WITH INTELLECTUAL DISABILITY THROUGH THE *COGNITIVE-BEHAVIOR THERAPY* (CBT) APPROACH

Ira Purnama Sari

NIM 1605111/Special Education Study Program – Postgraduate School –
Indonesian University of Education

This research aims to create counseling program for families who have children with mild intellectual disability through *cognitive-behavior therapy* (CBT) approaches that will affect family understanding (especially parents) who have children with mild intellectual disability. This research method is a qualitative-quantitative mix method, with a single subject research design using A-B-A design which has 14 sessions to be done. The results of implementation of the counseling program for families who have a child with intellectual disability through the *cognitive-behavior therapy* (CBT) approach have an influential changes of parental understanding which is shown by the increased mean level on each phase of the baseline, interventions, and baseline-2. The increase in mean level from baseline-1 was 29.6% to 94.4% at baseline-2.

Keywords: Counseling Program, CBT Approach, For Families.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL TESIS	
LEMBAR HAK CIPTA	
LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACK	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMAKASIH	v
DAFTAR ISI	Vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GRAFIK	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Fokus Penelitian.....	5
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.6 Struktur Organisasi.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
2.1 Pengertian Program dan Pendekatan.....	9
2.2 Konseling Bagi Keluarga yang memiliki anak tunagrahita ringan.....	9
2.2.1 Pengertian konseling.....	9
2.2.2 Peran Keluarga dalam Konseling.....	11
2.2.3 Tujuan konseling bagi keluarga yang mempunyai anak Tunagrahita ringan.....	17
2.3 Teori Dasar Program konseling bagi keluarga yang mempunyai anak tunagrahita ringan.....	18
2.3.1 Family Quality of Life.....	

2.3.2 Teori Ekologi.	21
2.4 Pendekatan <i>Cognitive – Behavioral Therapoy</i> (CBT).	23
2.4.1 Prinsip-prinsip dalam CBT.	28
2.4.2 Merencanakan Program.	30
BAB III METODE PENELITIAN.	31
3.1 Pendekatan Penelitian.	31
3.2 Lokasi dan Subjek Penelitian.	33
3.2.1 Lokasi Penelitian.	33
3.2.2 Subjek Penelitian.	33
3.3 Prosedur Penelitian.	33
3.3.1 Alur Prosedur Penelitian.	34
3.4 Penelitian Kualitatif.	35
3.4.1 Desain Penelitian.	35
3.4.2 Prosedur Penelitian.	36
3.4.3 Teknik Pengumpulan Data.	37
3.4.4 Instrumen Penelitian.	38
3.4.5 Teknik Pengolahan, Penyajian dan Analisis Data.	38
3.5 Penelitian Eksperimen dengan <i>Single Subjek Research</i> (SSR).	39
3.5.1 Desain Penelitian.	39
3.5.2 Variabel Penelitian.	41
3.5.3 Teknik pengumpulan Data.	43
3.5.4 Instrumen Penelitian.	44
3.5.5 Teknik Pengolahan dan Penyajian Data.	44
3.5.6 Analisis Data.	46
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN.	49
4.1 Temuan Penelitian.	49
4.1.1 Temuan Penelitian Deskriptif Kualitatif.	49
4.1.2 Hasil Penelitian Kuantitatif	84
4.1.2.1 Hasil penelitian Eksperimen dengan Single Subjek Research (SSR).	84
1) Hasil Baseline (A-I).	85
2) Hasil Intervensi (B).	86

3) Hasil Baseline (A-2).....	88
4.2 Rekapitulasi Perolehan data.	89
4.3 Analisis Data.	90
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	103
4.4.1 Kondisi Pemahaman Keluarga Yang Memiliki Anak Dengan Habatan Tunagrahita Ringan Saat Ini.....	104
4.4.2 Implementasi program konseling keluarga dengan mengubah pehaman di dalam keluarga.	105
4.4.3 Pengaruh Program Konseling Bagi Keluarga Yang Mempunyai Anak Tunagrahita Ringan Melalui Pendekatan CBT.	106
BAB V KESIMPULAN DAN ROKEMENDASI	107
5.1 Kesimpulan.	107
5.2 Rekomendasi.....	108
DAFTAR PUSTAKA	109
LAMPIRAN	116
RIWAYAT PENULIS	

DAFTAR PUSTAKA

- Abu & Nur. (2001). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Agustian, H. (2013). *Gambaran Kehidupan Pasangan Yang Menikah Di Usia Muda di Kabupaten Dharmasrayan*. Journal pendidikan luar sekolah. Spektrum Pls,1 (1), 205 – 217. ISSN : 2620-3308.
- A Kimberly. (2011). *A Cognitive Behavioral Approach To Family Counseling*. Osburn Liberty University. Online October 14, hlm 4.
- Ali, G Dkk (2018). *Impact Of Parent's Divorce On Children's Education For Disability Kids*. Indonesian Journal Of Disability Studies (Ijds). Vol.5(1): Pp1-9. Hlm.1 ISSN: 2355 – 2158.
- Amin, M. (1995). *Ortopedagogik. Anak Tunagrahita*. Jakarta: Depdikbud
- Amti, E dan Prayitno. (2004). *Layanan bimbingan dan konseling kelompok*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Ann, L. M (2007). *Congnitiv behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implication*. Journal Cyber.Psychology & behavior, vol.10.no.5. DOI:10.1089cpb.2007.997.
- Amelasasih, P. (2016) *Resiliensi Orangtua Yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khusus*. Journal Psikosains, Vol.11, No.2,. 72-81. Hlm.72. ISSN: 1907-5235
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ashiabi, G,S., & Neal, K, K, O. (2015). *Child Social Development in Context: An Examination of Some Proposition in Bronfenbrenner's Bioecological Theory*. Journal of ecological theory.
- Asmiati, N, Syafaat N. (2007). *Intervensi Dini Berbasis keluarga pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku*, International Conference On Special Education In Southeast Asia Region.7, 179-185.
- Astati. (2009). *Modul 7 Karakteristik dan Pendidikan Anak Tunadaksa dan Tunalaras*. Bandung: UPI.
- Awwad, M. (2015). *Urgensi Layanan Bimbingan Dan Konseling Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*, Al-Tazkiah, Volume 7, No. 1, Juni, 46-64.
- Azmi, et al. (2018). *Memahami kualitatif dalam akuntansi*. Akuntabilitas: Journal ilmu akuntansi Volume,11 (1), 2018:159.168. Doi:10.15408.
- Baggerly J, and A Herbert Exum. (2008). *Counseling Children After Natural Disasters: Guidance for Family Therapists*. The American Journal of Family Therapy, 36:79–93, 2008, DOI: 10.1080/01926180601057598

- Balson, M. 1999. *Becoming Better Parents*, Terj. Sr. Alberto, *Menjadi Orang Tua yang Sukses*, Jakarta: Grasindo.
- Beck, et all (1964). *Some effects of rewaras upon the social perception and motivation of psychiatry patiens varying in depression*. Journal of abnormal and social psychology, 68. 609-616.
- Beck, J S. (2011). *Cognitive-Behavior Therapy: Basic and Beyond* (2nd ed). New York: The Guilford Press. Bers, Roberta M. (2010). *Child, family, school, Community. Socialization and support*. 8th Edition. Amerika: Wardsword.
- Brown, R, (2006). *Family quality of life when there is a child with a developmental disability*. Journal of policy and Practice in Intellectual Disabilities, 3, 238-245.
- Bush, J W. (2003). *Cognitive Behavioral Therapy: The Basics*. [Online]. Tersedia: <http://cognitivetherapy.com/basics.html>.
- Calandra, dkk (1992). *The Development of family Quality of life Concepts and members*. Journal of Intellectual Dissability Research. 56 hlm.1-16.
- Carr. A. *Family therapy and systemic interventions for child-focused problems: the current evidence base*, Alan Carr, Journal of Family Therapy, doi: 10.1111/1467- 6427.12226, 1-61.
- Children's Bureau. (2013). *Alternatives for Families: A CognitiveBehavioral Therapy (AF-CBT)*, wangshinton , hlm 2-3.
- Corey, G. (2005). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Alih bahasa : E. Koeswara. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Corey, G. (2009). *Theory and practice of Counseling and Psychotherapy*. Thomson : Balmon, USA.
- Corey, G. (2010). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Replika Aditama
- Creswell, J W. 2010. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Dewi, K.,S & Widayanti, C.G. (2011). *Gambaran makna keluarga ditinjau dari status dalam keluarga, usia, tingkat pendidikan, dan jenis pekerjaan*, Journal makna keluarga, Vol.10, No.2, Okt.20111.Doi: 2890-6284-1.
- Faradina, N. (2016). *Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*. Journal Psikologi, 2016, 4 (4): 386-396 ISSN 2477-2674.
- Fatmawati, N. (2018). *Family Counseling Program for Parents Who Have Autistic Children*. Journal of ICSAR ISSN (print): 2548-8619; ISSN (online): 2548-8600 Volume 2 Number 2 July 2018.

- Fitriani, A. (2017). *Cognitive behavior therapy untuk menurunkan tingkat episode depresi pada pasien dengan gejala psikotik*. Jurnal Unissula Vol.12(1)2017, 77-86.hal78.ISSN:1907-87455.
- Geldard, K, et.all. (2009). *Relationship Counselling for Children, Young People and Families*, London : Sage Publication
- Gladding, S. (2012). *A Consistent and creative voice in the field of marriage, couple & family counseling*. The Family Journal. ISSN(e): 1552-3950.
- Hamalding, H & Muharwat. (2017) *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Quality of Life (QOL)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol.7, No.2, ISSN 2089-0346 (Print) || ISSN 2503-1139.
- Hanifah, U S. (2018). *Teori Ekologi Bronfenbrenner Sebagai Sebuah Pendekatan Dalam Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam*. Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam, Vol.7, No.1, hlm.143.
- Hasnida (2001). *Family Conseling*. FK, Program Studi Psikologi. Universitas Sumatera Utara. Digitized by USU digital library.
- Heward, W.L. 2003. *Exceptional Children, An Introduction to Special Education*. New Jersey: Merrill, Prentice Hall.
- Idat, M. (2017). *Congnitiv Behavioral Therapi*. [Online]. Tersedia di : <http://bkpermula.files.wordpress.com/> . (2 Januari 2019).
- Islamiah, N all (2015). *Congnitve Behavior Therapy untuk meningkatkan self esteem pada anak usia sekolah*. Journal Ilmu Keluarga & Konseling Vol.8,No.3.hlm.148.ISSN:1907-6037.
- Jarvie, WK. (2012) *Qualitative Research in Early Childhood Education and care Implementation*. International Journal of Child Care and Educational Policy. Vol.6, No.2, 32-43.
- John. S. (2004). *Counselling Children, Adolescents & Families*. London : Sage Publication.
- Judy, P. (2008). *Education of Exceptional Students*, Willey Publishing : Hoboken,Canada.
- Kasiram, M. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*. Malang: UIN Malang Press.
- Kiswanto. A. Et.all. (2017). *Konseling Bagi Konseli Berkebutuhan Khusus, Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Journal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis KKNI*, 4 – 6 Agustus 2017, Malang, Jawa Timur, Indonesia, 386-419
- Latipun, (2005). *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press.

- Lestari, W Dkk. (2016). *Instrumen Penilaian*. Journal Of Educational Research And Evaluation, Hlm.11 P-ISSN 2252-6420 E-ISSN 2503-1732
- Lumongga, L. (2011). *Memahami Dasar2 konseling dalam teori dan praktik*. Jakarta : Kencana.
- Mahabati, A. (2009). *Penerimaan dan kesiapan pola asuh Ibu terhadap anak berkebutuhan khusus*, Journal pendidikan khusus volume 5 No 2.
- Matson, J L & Thomas H. Ollendick. (1988). *Enhancing Children's Social Skill: Assessment and Training*. New York:). Pergamon Press.
- McLeod, L D. Miller E. (2011). *Children as Participants in Family Therapy: Practice, Research, and Theoretical Concerns The Family Journal* :Counseling and Therapy for Couples and Families is the official journal of the International Association of Marriage and Family Counselors (IAMFC), hlm. 375-383.
- Miftahus & Kania. (2015). *Konsep Bimbingan Dan Konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) Dengan Pendekatan Islam Untuk Meningkatkan Sikap Altruism Siswa*. Journal Hisbah. Vol.12, No.2.
- Muawanah E & Ningsih Y (2013). *Bimbingan Konseling Keluarga Dengan Loving Kindness Therapy Dalam Meningkatkan Regulasi Emosi*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam Vol. 03, No. 02, 2013.
- Mulia, Gadis. (2012). *Outbond management training untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri anak tunagrahita*. Education Psychology Journal (1). Hlm.69.
- Muryadi, (2007). *Model evaluasi Program dalam penelitian evaluasi*. Journal ilmiah penjas. ISSN: 2442-3874. Vol.3.No.1, ha.2.
- Musianto, L (2002). *Perbedaan pendekatan kuantitatif dengan pendidikan.Kualitatif dalam metode penelitian*. Journal manajemen & kewirausahaan.Vol.4, No.2, Sep 2007.132-136.Doi:15628-15626-1.
- Mustaffa, S. et. all. (2013). *Assessment in family counseling. 3rd World Conference on Learning, Teaching and Educational Leadership (WCLTA-2012)*, Journal Social and Behavioral Scieences.93.2205-2208. Doi: 10.1016/j.sbspro.10.189.
- Nurihsan, A J. (2014). *Bimbingan dan Konseling: Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Nurma. (2009). *Pengertian Metode dan Pendekatan*.(uns.ac.id)
- Orten. D.J (2007). *Organizing concepts in family therapy*. International Journal of Family Counseling. University of Tennessee School of Social Work , Nashville Published online: 13 Jun 2007, doi: 10.1080/01926187808250270, 9-16.

- Rahayu, S M. (2017). *Konseling Keluarga Dengan Pendekatan Behavioral: Strategi Mewujudkan Keharmonisan Dalam Keluarga, Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium dan Journal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling, Berbasis Kkni. 4 – 6 Agustus 2017, Malang, Jawa Timur, Indonesia.*
- Rahayuningsih, S I Dkk (2011) *Gambaran Penyesuaian Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus . Idea Nursing Journal Vol. II No.3. Hlm. 168. ISSN : 2087 – 2879.*
- Roberts, M. D. (2009). *The Role of Qualitative Methods in Early Childhood Education: A Review of Journal Amos Hatch's Early Childhood Qualitative Research. The Weekly Qualitative Report. Vol,2, 15. 90-93.*
- Rudi D, Ros D. (2015). *An Introduction To Family Therapy Systemic Theory And Practice, Open University Press : New York.*
- Santrok, J.W. (2007). *Perkembangan anak. Edisi Kesebelas. Jilid Dua. Jakarta: Erlangga.*
- Santrok, J.W. (2012). *Life Span Development. Edisi Ketigabelas. Jilid Satu. Jakarta: Erlangga.*
- Santrok, J. (2013). *Child Development. Singapore: MCGraw Hill Company.*
- Sa'dah, F M. (2015). *Konsep Bimbingan Dan Konseling Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Dengan Pendekatan Islam Untuk Meningkatkan Sikap Altruisme Siswa, Journal Hisbah, Vol. 12, No. 2 Desember, hlm 51 dan 55.*
- Schalock, et all (2002). *“Conceptualization, Measurement, and Application of Quality of Life for person with Intelctuell Disability: Report of an International Panel of Expert. Journal Mental Retardation, 40, Number 6, 457-470.*
- Sunanto, D. Et.al. (2006). *Penelitian Dengan Subjek Tunggal. Cetakan ke-1. Bandung: UPI Press.*
- Susetyo, B. (2015). *Prosedur Penyusunan dan Analisis Tes untuk Penilaian, Bandung: Refika Aditama.*
- Sutarto. (2017). *Teori kongnitif dan implikasinya dalam pembelajaran. Journal Islamic Counseling. Vol.1. No.02. hlm.2. P-ISSN.2580-3638, E-ISSN.2580-3646.*
- Patterson, Terence. (2014). *A Cognitive Behavioral Systems Approach to Family Therapy, Department of Counseling Psychology, University of San Francisco, San Francisco, California, USA, Journal of Family Psychotherapy, 25:132–144.*
- Willis, S S. (2009). *Konseling Keluarga (Family Counseling). Bandung: Alfabeta.*

- Wirarti, A. (2008). *Menilik ulang arti keluarga pada masyarakat Indonesia*. Journal kependudukan Indonesia. Vol.13, No.1 Juni 2018, 15-26 hal.8. e- ISSN (Online):250208532
- Wlash, F. (2011). *Family Therapy Systemic Approach to Practice, Theory and Practic in Clinical Social Work*, Sage Pub Journal. 143-178.
- Yahya, AD, Megalia (2016). *Pengaruh konseling CBT dengan teknik self control untuk mengurangi prilaku agresif peserta didik kls VIII di SMPN 9 Bandar Lampung thn.ajaran 2016/1017*. Journal bimbingan konseling 03 (2) (2016) 187-200. ISSN (e): 2355.8539
- Yulismi, M. (2018). *Konseling Keluarga Pada Keluarga Dengan Anak Berkebutuhan Khusus*. Edutech, Tahun 17, Vol.17, No.1. Journal educational technology. ISSN e : 2502.0781.
- Yurnalis (2007). *Pengembangan model konseling keluarga dan pelatihan bagi keluarga sakinah dengan metode pendekatan system*. Journal RISALAH. Vol.28.No.2, Des 2017: 93-103. Hal.94. Doi:5547-13508-1.
- Yuslaini, E. Et all (2013). *Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction*. Jurnal Psikologi , Volume 9 Nomor 1, Juni, hlm. 19-20.
- Yusuf, U & Luki, R S. (2013). *Efektivitas "Cognitive Behavior Therapy" Terhadap Penurunan Derajat Stress*. Jurnal Sosial Dan Pembangunan. Mimbar. Vol. 29, No. 2 (Desember, 2013): 175-186. Hlm.177. E-Issn 2303-2499