

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM*  
*TECHNIQUE* TERHADAP STABILITAS EMOSI  
(Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe  
*Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang*)**

**SKRIPSI**



Oleh  
Abdulloh Aziz Assa'diy  
NIM. 200401110001

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2024**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM  
TECHNIQUE* TERHADAP STABILITAS EMOSI  
(Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe  
*Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang*)**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk  
memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana  
Psikologi (S.Psi)

Oleh  
Abdulloh Aziz Assa'diy  
NIM. 200401110001

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM*  
*TECHNIQUE* TERHADAP STABILITAS EMOSI  
(Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe  
*Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang*)**

SKRIPSI

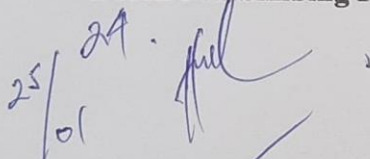
Oleh:

Abdulloh Aziz Assa'diy

200401110001

Telah Disetujui Oleh:

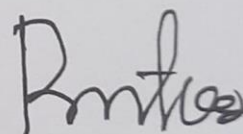
Dosen Pembimbing I

25/01/2019  


Prof. Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M. Ag

NIP: 196811242000031001

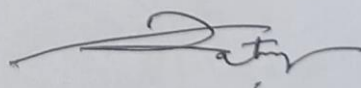
Dosen Pembimbing II



Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si

NIP: 197008132001121001

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Yusuf Ratu Agung, MA

NIP: 198010202015031002

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM  
TECHNIQUE* TERHADAP STABILITAS EMOSI  
(Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe  
*Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang*)**

Oleh:

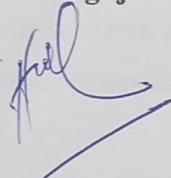
Abdulloh Aziz Assa'diy

200401110001

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh dewan penguji skripsi dalam majelis  
sidang skripsi pada tanggal 18 Januari 2024

**Susunan Dewan Penguji**

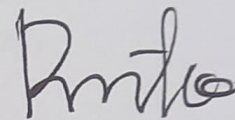
**Ketua Penguji**

25/01/24  


**Prof. Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M. Ag**

**NIP: 196811242000031001**

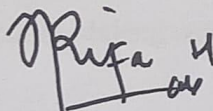
**Sekretaris Penguji**



**Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si**

**NIP: 197008132001121001**

**Penguji Utama**

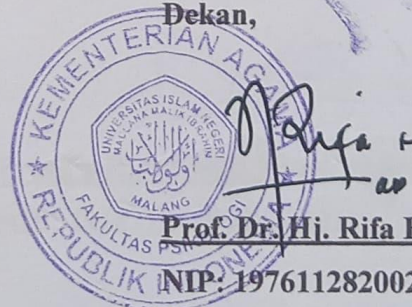


**Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si.**

**NIP: 197611282002122001**

**Disyahkan Oleh,**

**Dekan,**



**Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si.**

**NIP: 197611282002122001**

NOTA DINAS I

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah skripsi berjudul :

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*  
TERHADAP STABILITAS EMOSI  
(Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe *Tunalaras* Di  
*Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang)**

Yang ditulis oleh :

Nama : Abdulloh Aziz Assa'diy

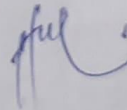
NIM : 200401110001

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Dosen Pembimbing I,



Prof. Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M. Ag  
NIP: 196811242000031001

**NOTA DINAS II**

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah skripsi berjudul :

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*  
TERHADAP STABILITAS EMOSI  
(Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe *Tunalaras* Di  
*Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang)**

Yang ditulis oleh :

Nama : Abdulloh Aziz Assa'diy

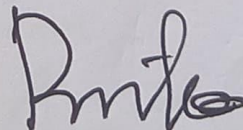
NIM : 200401110001

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

**Dosen Pembimbing II,**



**Dr.H.Rahmat Aziz, M.Si**  
**NIP: 197008132001121001**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :


Nama : Abdulloh Aziz Assa'diy  
NIM : 200401110001  
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa penelitian yang berjudul "*Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Stabilitas Emosi (Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang)*" adalah benar merupakan hasil penelitian sendiri dan tidak melakukan tindak plagiat dalam menyusun penelitian tersebut. Adapun kutipan – kutipan yang ada dalam penyusunan penelitian ini telah peneliti cantumkan sumber kutipannya dalam daftar pustaka. Peneliti bersedia untuk melakukan proses sebagaimana mestinya sesuai undang – undang jika ternyata penelitian ini secara prinsip merupakan plagiat penelitian orang lain dan bukan merupakan tanggung jawab dosen pembimbing ataupun Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar - benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar maka peneliti bersedia untuk mendapatkan sanksi akademik.

Peneliti,



  
Abdulloh Aziz Assa'diy

NIM. 200401110001

## **MOTTO**

“Tidak ada yang sempurna di dunia ini (termasuk anak ABK), tetaplah berusaha dan berdoa serta bermanfaat bagi yang lain”



## **PERSEMBAHAN**

Penelitian ini penulis persembahkan untuk :  
Kedua orang tua yang senantiasa selalu mendo'akan dan memberikan  
dukungan semangat hingga saat ini.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW yang semoga dapat memberikan kita syafa'atnya pada Yaumul Akhir.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar telah memberikan banyak masukan, arahan, serta motivasi yang sangat berharga dalam penelitian ini.
4. Dosen wali yang telah mendampingi proses akademik dari awal semester hingga saat ini dengan sabar, memberikan banyak masukan, arahan, serta semangat.
5. Dosen penguji skripsi yang telah memberikan banyak masukan sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
6. Segenap Civitas Akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu dan juga bimbingannya selama ini.
7. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materil.

Semoga Allah senantiasa memberikan imbalan yang setimpal atas bantuan dan juga dukungannya serta jerih payah yang sudah diberikan kepada peneliti sehingga penelitian ini selesai tepat waktu. Kritik dan saran yang membangun sangat peneliti

harapkan demi menyempurnakan penelitian ini. Akhir kata, peneliti berharap semoga penelitian ini bermanfaat bagi orang banyak. .

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
NOTA DINAS I.....	iv
NOTA DINAS II.....	v
SURAT PERNYATAAN .....	vi
MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
ABSTRAK.....	xvii
ABSTRAC .....	xviii
خلاصة .....	xix
BAB I.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
BAB II.....	10
A. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) .....	10
1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).....	10
2. Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) .....	11

3.	Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).....	14
4.	Jenis Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).....	15
5.	Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Dalam Islam .....	17
B.	Tunalaras .....	18
1.	Pengertian Tunalaras .....	18
2.	Jenis-Jenis Tunalaras .....	19
3.	Gejala Tunalaras.....	20
4.	Faktor-Faktor Tunalaras .....	20
5.	Tunalaras Dalam Islam.....	20
C.	Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) .....	21
1.	Pengertian Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) .....	21
2.	Mekanisme Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT).....	22
3.	Manfaat Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) .....	24
4.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) .....	25
5.	Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Pada Sudut Pandang Islam .....	26
D.	Stabilitas Emosi .....	26
1.	Pengertian Stabilitas Emosi.....	26
2.	Jenis-Jenis Emosi .....	27
3.	Indikator Stabilitas Emosi .....	27
4.	Stabilitas Emosi Pada ABK Tunalaras .....	28
5.	Stabilitas Emosi Dalam Islam .....	29
E.	Pengaruh (SEFT) Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Stabilitas Emosi ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) Tipe Tunalaras .....	30
F.	Hipotesis Penelitian .....	32
BAB III	.....	33

A. Jenis Penelitian.....	33
B. Desain Penelitian .....	35
C. Variabel Penelitian.....	36
D. Definisi Operasional .....	36
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
F. Subjek Penelitian .....	37
G. Setting Penelitian .....	38
H. Teknik Pengumpulan Data.....	38
I. Prosedur Penelitian .....	41
J. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	41
K. Teknik Analisa Data .....	42
<b>BAB IV .....</b>	<b>45</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	45
1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	45
2. Waktu dan Tempat Penelitian .....	46
3. Jumlah Subjek Penelitian .....	46
4. Hambatan Dalam Pelaksanaan Penelitian .....	47
B. Hasil Penelitian .....	47
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	47
2. Deskripsi Data Penelitian .....	48
3. Analisa Data .....	51
4. Pembahasan Penelitian .....	55
5. Keterbatasan Penelitian .....	60
<b>BAB V .....</b>	<b>61</b>
A. Kesimpulan .....	61
B. Saran .....	61

DAFTAR PUSTAKA .....	63
Lampiran 1. Penilaian Stabilitas Emosi .....	68
Lampiran 2. Lembar Penilaian Tunalaras .....	69
Lampiran 3. Lembar Hasil Penilaian .....	71
Lampiran 4. Hasil Analisa Data .....	73
Lampiran 5. Lembar Informed Consent .....	76
Lampiran 6. Surat-Surat Penelitian .....	78
Lampiran 7. Foto-Foto Kegiatan.....	82
Lampiran 8. Modul Intervensi SEFT .....	85

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Checklist Tunalaras .....	35
Tabel 3.2 Checklist Stabilitas Emosi .....	36
Tabel 3.3 Kategori Presentase Hasil Analisis .....	39
Tabel 4.1 Hasil Besline 1 .....	45
Tabel 4.2 Hasil Intervensi .....	45
Tabel 4.3 Hasil Besline 2 .....	47
Tabel 4.4 Perkembangan Stabilitas Emosi .....	47
Tabel 4.5 Hasil Uji t Stabilitas Emosi .....	49



## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Perkembangan Stabilitas Emosi .....	49
--	----

## ABSTRAK

Abdulloh Aziz Assa'diy, 200401110001, *Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Stabilitas Emosi (Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang)*, Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya stabilitas emosi pada anak tunalaras. Anak tunalaras mengalami permasalahan dalam stabilitas emosinya yang secara umum tidak sebaik anak biasa. Ternyata terdapat satu subjek dengan tunalaras yang memiliki gangguan dalam stabilitas emosinya di *Home Schooling Cerdas Istimewa Malang* yang masih sangat kurang sehingga perlu ditingkatkan. Salah satu cara untuk meningkatkannya adalah dengan *Spiritual Emotional Freedom Technique*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap stabilitas emosi pada anak tunalaras di *Home Schooling Cerdas Istimewa Malang*.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan *Single Subject Research (SSR)* dengan desain A-B-A'. Subyek penelitian merupakan anak tunalaras. Pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara pada saat pelaksanaan pra intervensi, intervensi, dan pasca intervensi. Data yang diperoleh dianalisis melalui statistik deskriptif serta uji t dan ditampilkan dalam bentuk tabel dan grafik untuk mengetahui bagaimana stabilitas emosi antara sebelum dan sesudah intervensi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat jika subjek mengalami peningkatan kemampuan stabilitas emosi. Kemampuan stabilitas emosi tersebut naik antara fase baseline 1, intervensi dan baseline 2. Berdasarkan hasil uji t di atas, juga diketahui nilai  $t_{hitung}$  sebesar -34,209 lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $df=4$ ). Karena nilai rata-rata stabilitas emosi baseline 1 lebih rendah dari rata-rata stabilitas emosi baseline 2, pada kasus seperti ini maka nilai  $t_{hitung}$  negatif dapat bermakna positif menjadi 34,209 ( $34,209 > 2,776$ ) dan signifikansi  $t$  sebesar 0,000 ( $0,000 < 0,005$ ). Artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata antara stabilitas emosi pada waktu baseline 1 dengan baseline 2 dan pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* berpengaruh terhadap tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe *tunalaras* di *Home Schooling Cerdas Istimewa Malang*.

Kata Kunci : *Stabilitas Emosi, Tunalaras, Spiritual Emotional Freedom Technique.*

## ABSTRAC

Abdulloh Aziz Assa'diy, 200401110001, *The Influence of Spiritual Emotional Freedom Technique on Emotional Stability (Experimental Study of Children with Special Needs Types of Disability in Special Smart Home Schooling Malang)*, Thesis, Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024.

This research is motivated by the importance of emotional stability in children with hearing impairments. Children with hearing impairments experience problems in their emotional stability which is generally not as good as ordinary children. It turns out that there is one subject with a hearing impairment who has problems with his emotional stability at the Malang Smart Special Home Schooling which is still very lacking so it needs to be improved. One way to improve it is with the Spiritual Emotional Freedom Technique. This research aims to examine the influence of the Spiritual Emotional Freedom Technique on emotional stability in children with hearing impairments at the Smart Istimewa Malang Home Schooling.

This research is experimental research with a Single Subject Research (SSR) approach with an A-B-A' design. The research subjects were children with impairments. Data were collected using observation and interviews during pre-intervention, intervention and post-intervention implementation. The data obtained was analyzed through descriptive statistics and t tests and displayed in the form of tables and graphs to find out how emotional stability was between before and after the intervention.

Based on the research results, it can be seen that the subject experienced an increase in emotional stability abilities. The ability for emotional stability increased between baseline phase 1, intervention and baseline 2. Based on the results of the t test above, it is also known that the tcount value is -34.209 which is greater than ttable (df=4). Because the average emotional stability value for baseline 1 is lower than the average emotional stability for baseline 2, in cases like this the negative t-count value can have a positive meaning of 34.209 ( $34.209 > 2.776$ ) and a significance of 0.000 ( $0.000 < 0.005$ ). Meanwhile, the correlation results show an influence value. This means that H0 is rejected and H1 is accepted, so it can be concluded that there is an average difference between emotional stability at baseline 1 and baseline 2 and the provision of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) has an effect on the level of emotional stability of children with special needs who are disabled at the Smart Special Malang Home Schooling.

Keywords: Emotional Stability, Tunaras, Spiritual Emotional Freedom Technique

## خلاصة

عبد الله عزيز السعدي، 200401110001، تأثير تقنية الحرية العاطفية الروحية على الاستقرار العاطفي دراسة تجريبية للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأنواع الإعاقة في التعليم المنزلي الذكي الخاص (مالانج)، أطروحة، كلية علم النفس، جامعة إنديانا مولانا مالكا إبراهيم مالانج، 2024.

الدافع وراء هذا البحث هو أهمية الاستقرار العاطفي لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية. يعاني الأطفال الذين يعانون من ضعف السمع من مشاكل في استقرارهم العاطفي وهي بشكل عام ليست جيدة مثل الأطفال العاديين. اتضح أن هناك شخصًا واحدًا يعاني من ضعف السمع ويعاني من مشاكل في استقراره العاطفي في مدرسة التي لا تزال ناقصة للغاية لذا فهي بحاجة إلى تحسين. إحدى الطرق لتحسينها هي تقنية الحرية العاطفية الروحية. يهدف هذا البحث إلى دراسة تأثير تقنية الحرية العاطفية الروحية على الاستقرار العاطفي لدى الأطفال ضعاف السمع في المدرسة المنزلية الذكية إستيميو مالانج.

وكان موضوع A-B-A' مع تصميم (SSR) هذا البحث هو بحث تجريبي مع منهج بحث موضوع واحد البحث من الأطفال ذوي الإعاقة السمعية. تم جمع البيانات باستخدام الملاحظة والمقابلات خلال مرحلة ما قبل التدخل، والتدخل، وتنفيذ ما بعد التدخل. تم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من خلال الإحصاء وعرضها على شكل جداول ورسوم بيانية لمعرفة مدى الاستقرار العاطفي بين قبل t الوصفي واختبارات وبعد التدخل.

وبناء على نتائج البحث، يمكن ملاحظة أن الشخص شهد زيادة في قدرات الاستقرار العاطفي. زادت القدرة t على الاستقرار العاطفي بين المرحلة الأساسية 1 والتدخل وخط الأساس 2. واستنادًا إلى نتائج اختبار نظرًا لأن (df=4) ttable هي -34.209 وهي أكبر من tcount أعلاه، من المعروف أيضًا أن قيمة متوسط قيمة الاستقرار العاطفي لخط الأساس 1 أقل من متوسط الاستقرار العاطفي لخط الأساس 2، في السلبية معنى إيجابي قدره 34.209 ( $2.776 < 34.209$ ) t مثل هذه الحالات، يمكن أن يكون لقيمة عدد H0 وأهمية 0.000 ( $0.000 > 0.005$ ). في حين أظهرت نتائج الارتباط قيمة تأثير قدرها وهذا يعني أن مقبول، لذلك يمكن استنتاج أن هناك فرق متوسط بين الاستقرار الانفعالي عند خط الأساس H1مرفوض و له تأثير على مستوى الاستقرار (SEFT) وخط الأساس 2 وأن توفير تقنية الحرية العاطفية الروحية 1 العاطفي. استقرار الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة المعاقين في المدرسة المنزلية الذكية الخاصة مالانج.

الكلمات المفتاحية: الاستقرار العاطفي، التوناراس، تقنية الحرية العاطفية الروحية.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa prenatal sejatinya adalah masa dimana seorang anak mulai berkembang untuk pertama kalinya. Namun, tidak semua anak bisa berkembang pada masa ini dengan baik sesuai usianya. Sama halnya dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Golongan ABK ini terdapat banyak jenisnya, salah satunya yaitu *tunalaras*. Golongan *tunalaras* adalah mereka yang memiliki gangguan atau permasalahan dalam emosi dan perilaku yang memiliki kelainan sehingga mengakibatkan mereka sulit dalam menjalin komunikasi dengan baik di lingkungan sekitarnya. Karena itu juga, ABK golongan *tunalaras* ini biasanya dikaitkan dan dinilai sebagai anak yang anti sosial, dimana anak dengan perilaku seperti ini tidak dapat menempatkan dirinya dengan baik di lingkungan masyarakat (Badriyah, 2020). Karena sulitnya dalam berkomunikasi, ABK dengan golongan *tunalaras* akan memiliki kesulitan dalam bergaul, yang dimana nantinya akan membuat *domino effect* membuat mereka menjadi pemalu dan mudah minder dengan lingkungan sekitarnya, dan lagi-lagi dampaknya menyebabkan mereka kesulitan untuk mendapatkan teman.

Kompleksitas tantangan yang dihadapi anak berkebutuhan khusus (ABK) *tunalaras* memiliki dampak yang signifikan pada perkembangan emosi dan perilaku mereka yang menjadikan mereka sulit berkomunikasi dan bergaul dengan lingkungan sekitarnya. Kendati telah diidentifikasi sebagai ABK, anak *tunalaras* seringkali dianggap sebagai anak anti sosial, menghadapi stigmatisasi, dan kesulitan mendapatkan teman. Pelayanan pendidikan khusus menjadi suatu keharusan, dan masalah perilaku emosional yang sering kali muncul di lingkungan sekolah menunjukkan urgensi pengembangan metode terapi yang sesuai. Kesulitan dalam menjaga stabilitas emosi menjadi kendala utama bagi anak *tunalaras*, yang menciptakan tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial.

Kondisi emosional yang berubah-ubah membuat anak ini kesulitan menyelesaikan tugasnya, dan guru berusaha memberikan pendampingan khusus dengan fokus pada kegiatan bersosialisasi. Meskipun demikian, intervensi yang lebih menyeluruh masih diperlukan untuk mengatasi masalah ini. Berbagai pendekatan dan strategi diusulkan untuk meminimalisir hambatan perilaku, sosial, dan emosional pada anak *tunalaras*, termasuk pendekatan biomedis, psikodinamik, perilaku, pendidikan, lingkungan, dan neurosains.

Anak yang mengalami gangguan *tunalaras* ini diduga penyebabnya adalah faktor neurologi, psikologi, dan pedagogi. Anak seperti ini memerlukan pelayanan pendidikan khusus. Masalah rasa dan perlakuan siswa yang kerap kali terjadi dalam melakukan pembelajaran di sekolah. Maka dari itu, jika melihat dari analisis yang ada, sudah seharusnya memang memperhatikan seperti apa metode terapi dari perilaku yang pantas untuk mereka. Hal yang demikian memiliki urgensi tinggi karena perilaku rusuh dengan bermacam gejalanya adalah permasalahan perilaku dan bisa memiliki akibat buruk untuk lingkungan sekitarnya, bahkan bisa merugikan orang lain. Murid dengan gangguan *tunalaras* seringkali dicap sebagai anak yang problematik karena mereka memiliki emosi tinggi, berperilaku agresif, dan tentunya nakal. Karena itu, baik dari pihak guru maupun pihak murid menjadi frustrasi. Hanya saja anak-anak *tunalaras* ini mengalami hambatan dalam menjaga stabilitas emosi dirinya (Travelancya & Sa'adatul Ula, 2022).

Sesuai dengan laporan yang dirilis oleh *World Health Organization* (WHO) di tahun 2016 ditemukan bahwa prevalensi gangguan yang terjadi pada perkembangan anak balita di Indonesia adalah 752,6 Juta, hal ini setara dengan 7,51% per 100.000 jumlah penduduk. Bahkan, jika dilihat dari jenis masalah perkembangan anak, posisi Indonesia berada di urutan ke-9 (Olusanya et al., 2018). Ditemukan juga data yang diterbitkan Badan Pusat Statistik (BPS) bahwa total anak yang memiliki kebutuhan khusus (ABK) di Indonesia mencapai di angka 1,6 juta anak pada tahun 2016. Dari total 1.648.847 anak yang menyandang kebutuhan khusus, 382.772 atau 23,21%-nya berasal dari provinsi Jawa Timur (Ratna & Wibowo, 2021). Kilas balik menurut data yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan RI ditahun 2014 provinsi dengan

jumlah anak pengidap disabilitas terbanyak di Indonesia itu di provinsi Jawa Barat, dengan jumlah 85.401 anak. Posisi selanjutnya ditempati oleh Jawa Timur dan Jawa Tengah di urutan ke-2 dan ke-3 dengan jumlah anak pengidap disabilitas sebanyak 83.763 dan 63.155 anak. Contoh lain, di pulau Sumatera Selatan dengan jumlah anak pengidap disabilitas sebanyak 17.054 jiwa menempati urutan ketida dengan jumlah anak pengidap disabilitas terbanyak dipulau sumatera selatan setelah Aceh dan Lampung (Patricia, 2021).

Seseorang yang memperlihatkan perilaku dengan penentangan pada nilai-nilai sosial masyarakat biasanya salah satu ciri bahwa mereka memiliki penyakit, seperti *tunalaras*. Maka dari itu, seorang *tunalaras* akan memiliki tingkah laku yang merugikan lingkungan masyarakat sekitarnya. Beberapa contoh tingkah perilaku *tunalaras* yang sifatnya bertentangan dengan nilai-nilai sosial seperti mengambil barang oranglain, membuat kegaduhan dan kerusuhan, bahkan hingga menyakiti orang lain. Dengan kata lain tingkah lakunya menyusahakan lingkungan (Kusmawati et al., 2018).

Anak *tunalaras* memiliki permasalahan utama berkaitan dengan ketidakmampuan mengontrol emosinya. Secara garis besar anak *tunalaras* mengalami kesukaran dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, karena stabilitas emosi yang buruk. Berdasarkan hasil temuan di lapangan, anak *tunalaras* memiliki gangguan emosional yang dicirikan oleh ketidakmampuan intelektual, kesehatan dan sensorik. Gangguan emosional juga diartikan sebagai realitas stabilitas emosi yang buruk, tingkah laku menyimpang, dan ketidakmampuan untuk memuaskan perasaan orang lain dalam konteks pergaulan sosial. Secara mental anak *tunalaras* dicirikan oleh ketidakmampuan mengontrol emosinya dan secara sosial, dicirikan oleh kondisi yang sering gagal dalam mencari teman, tidak disenangi sekitar, sulit untuk beradaptasi, selalu berbeda pendapat dengan orang lain, tidak bersabar dan mudah marah, kecenderungan ingin menguasai lingkungan sekitar dan tidak mau menerima kritik dan masukan orang lain.

Seperti sebagaimana seharusnya, memiliki stabilitas emosi yang baik adalah hal penting untuk dikuasai setiap orang, begitupun mereka dengan pengidap gangguan *tunalaras*. Memiliki emosi stabil diperlukan tidak hanya untuk

menjamin setiap aktivitas maupun kegiatan yang dijalani berjalan dengan lancar (Syamsul Hadi, 2019).

Berdasarkan pengamatan di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang selama bulan agustus 2023, terdapat satu siswa dengan gangguan *tunalaras*. Anak tersebut menunjukkan ciri-ciri dari *tunalaras*. Hal ini mempersulit anak tersebut dalam menyelesaikan tugasnya dimanapun tempatnya ia belajar, sehingga anak tersebut memerlukan perhatian khusus dalam usaha untuk melatih kemandirian juga dalam penyelesaian tugas. Hal ini diharapkan agar anak tersebut bisa menjalani kegiatan pembelajaran dengan baik dan tertata.

Kondisi emosi anak yang berubah-ubah pada mengharuskan guru berusaha mengatasi kelemahan siswa dengan memberikan pendampingan secara khusus. Metode pembelajaran yang digunakan guru adalah guru lebih banyak meminta anak untuk melakukan kegiatan bersosialisasi dengan temannya daripada pembelajaran secara konvensional. Namun pada kenyataannya guru belum bisa menyelesaikan secara tuntas masalah yang ada. Untuk itu perlu dilakukan intervensi yang menyeluruh dalam mengatasi masalah tersebut.

Terdapat sejumlah cara dan strategi yang diterapkan dalam rangka meminimalisir hambatan perilaku, sosial dan emosi pada anak tunalaras, diantaranya pendekatan biomedis, psikodinamik, perilaku, pendidikan, lingkungan dan neurosains. Biomedis, bertujuan untuk merawat anak tunalaras akibat kerusakan saraf otak. Psikodinamik, bertujuan untuk merawat anak tunalaras untuk tingkah laku menyimpang akibat disfungsi mental-emosional. Perilaku, bertujuan untuk merawat anak tunalaras dari perilaku-perilaku maladaptif akibat disfungsi sosial. Pendidikan, bertujuan memberikan bimbingan dan pendampingan khusus terkait kesulitan belajar pada anak tunalaras. Lingkungan, berbentuk intervensi kolaboratif keluarga, sekolah, teman dan masyarakat dalam meminimalisir masalah-masalah sosial anak tunalaras. Neorosains, bertujuan merawat anak tunalaras dengan pendekatan holistik dengan pengaturan energi psikologi, akupunktur, akupresur melalui pengkondisian pola berpikir (otak), berperilaku (mental), pola makan dan istirahat (imunitas/bikomia) pada anak tunalaras, terutama dalam adaptasi sosial dan pengaturan stabilitas emosinya. Pendekatan neurosains dapat



dilakukan melalui penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Sejumlah riset, menghasilkan bahwa SEFT cukup efektif dikembangkan dalam mengatasi masalah-masalah fisik, psikis dan sosial individu, terutama dalam pengaturan stabilitas emosi, seperti stres, depresi, mudah marah, sulit berkonsentrasi dan kenakalan anak.

SEFT sendiri adalah penyatuan sistem energi dalam tubuh dan spiritualitas melalui metode tapping di titik-titik meridian. Konsepnya mengenai penyeimbangan energi tubuh untuk mengatasi emosi negatif. Tapping SEFT pada jalur energi meridian terbukti mampu menetralsir gangguan pada sistem energi tubuh. Keberhasilan SEFT juga terlihat dalam peningkatan keseimbangan neurologis, psikologis, dan kemampuan belajar anak tunalaras. Dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip energy medicine dan spiritualitas, SEFT menjadi metode unik yang tidak menimbulkan dampak negatif pada tubuh. Kesimpulan ini menegaskan bahwa penggunaan SEFT dalam pendidikan anak berkebutuhan khusus, khususnya tunalaras, dapat memberikan solusi efektif dan positif untuk mencapai perkembangan yang diharapkan.

*Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) sebagai intervensi dalam penanganan anak berkebutuhan khusus (ABK), khususnya *tunalaras*. Metode ini merupakan intervensi yang paling cocok untuk ABK tunalaras, karena menggabungkan pendekatan holistik dari neurologi, psikologi, dan pembelajaran. SEFT menjadi solusi terbaik untuk menangani masalah neurologis, psikologis, dan keterbatasan dalam beraktivitas dan merespons lingkungan pada anak *tunalaras*.

Berdasarkan pengamatan peneliti di sekolah subjek, selain guru melakukan usaha untuk menstabilkan emosi subjek, pengelola sekolah mengombinasikannya dengan intervensi yang disebut dengan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*). Hasil wawancara dengan terapis yang merupakan pemilik dari *Home Schooling Cerdas Istimewa Malang* menyatakan bahwa SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) merupakan intervensi yang paling cocok digunakan pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) termasuk *tunalaras*. SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) merupakan intervensi yang menggabungkan antara Neurologi, Psikologi, dan

Pembelajaran secara holistik yang merupakan permasalahan yang ada pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Penanganan *tunalaras* harus disembuhkan dulu masalah neurologinya, psikologinya, dan kemudian pembelajarannya. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) memiliki keterbatasan dalam beraktifitas dan merespon sesuatu, oleh karena itu penggunaan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) merupakan solusi terbaik dikarenakan subjek tidak perlu melakukan apapun dan hanya terapis yang melakukan prosedur SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) untuk menangani permasalahan yang ada.

Kemudian, hal ini diperkuat dengan temuan dari lapangan berupa data wawancara dengan para orang tua dari subjek yang mengalami gangguan tersebut. Mereka menuturkan bahwa anak mereka yang mengalami gangguan sebelum disekolahkan di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang memiliki stabilitas emosi yang sangat buruk. Setelah bersekolah selama 3 bulan pertama dan dipadukan dengan penggunaan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*), anak mereka mulai mengalami perubahan dan emosi mereka sudah mulai stabil. Sebagai orang tua sangat terharu melihat perkembangan anak mereka yang telah dinanti selama ini.

SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) adalah penyatuan dari beberapa elemen dari sistem energi yang terdapat dalam tubuh juga spiritualitas dalam ayat-ayat doa dengan menerapkan metode ketukan di *meridian* yang merangsang juga menggerakkan saluran energi dalam tubuh, dengan itu timbul rasa relaksasi dalam tubuh dan perbaikan sistem neurologi, psikologi, juga kemampuan dalam belajar (Muh. Masykur AG, 2011).

SEFT, atau Emotional Freedom Techniques, mengusung konsep bahwa gangguan pada sistem energi tubuh dapat menghasilkan emosi negatif, dan untuk mengatasi hal tersebut, perlu dilakukan penyeimbangan dengan menggunakan SEFT. Proses tapping, yang melibatkan ketukan ringan pada titik-titik kunci tubuh sambil menyampaikan doa, diakui sebagai metode efektif untuk membebaskan aliran energi yang terhambat. Penelitian ilmiah telah membuktikan keberhasilan proses penyembuhan yang melibatkan SEFT, terutama ketika dikombinasikan dengan aspek spiritual melalui doa. Melalui

tapping SEFT pada jalur energi meridian, sistem energi tubuh yang terganggu dapat dinetralisir. Keterkaitan antara emosi dan kognisi memiliki dampak signifikan pada perilaku individu terhadap objek tertentu, seperti dalam aktivitas menulis. Keadaan pikiran yang tenang dan emosi positif memungkinkan individu lebih termotivasi untuk bertindak secara efektif dan produktif, menciptakan keseimbangan yang efektif antara aspek neurologis, psikologis, dan pembelajaran (Rachmanto & Pohan, 2021). Pengobatan SEFT mengintegrasikan prinsip-prinsip *energy medicine* dan aspek spiritual. Keunikan teknik ini terletak pada ketiadaan dampak negatif pada tubuh (Patriyani & Sulistyowati, 2020).

Setelah mengadakan pre-research terhadap studi-studi yang telah dilakukan oleh peneliti lain sebelumnya, tampaknya ada beberapa penelitian yang memiliki persamaan dengan penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ikhsanto, 2020) dengan judul “*Efektivitas Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Remaja Kecanduan Gadget Di Wilayah Kota (Smk Pgri 13) Dan Pesisir (Smk Wachid Hasyim) Surabaya*”. Hasil dari penelitian ini adalah Penerapan Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) selama periode empat belas hari, dengan durasi antara 30 hingga 60 menit, menunjukkan potensi untuk mengurangi tingkat kecanduan gadget pada remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh (Eni, n.d.) dengan judul “*Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Kesepian Remaja Di Panti Asuhan Elim Hkbp Pematang Siantar Tahun 2019*”. Hasil dari penelitian ini adalah adanya pengaruh terapi SEFT terhadap kesepian pada anak muda yang berarti antara pengobatan spiritual *emotional freedom technique* dengan kesepian remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh (Suherni, 2017) dengan judul “*Pengaruh SEFT Terhadap Penurunan Kecemasan Narapidana Di Lapas Kelas II A Malang*”. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat peningkatan antara sebelum dan sesudah pelaksanaan SEFT.

Penelitian yang dilakukan oleh (Susanto, 2020) dengan judul “*Pengaruh Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Peningkatan*

*Kualitas Tidur Lansia Di Dusun Dadapbong, Sendangsari, Pajangan, Bantul*". Hasil dari penelitian ini adalah adanya peningkatan kualitas tidur setelah dilakukan terapi SEFT.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nurjanah, 2019) dengan judul "*Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Cipamokolan Kota Bandung*". Hasil dari penelitian ini adalah terapi SEFT efektif dalam menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan pemaparan di atas, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang sebelumnya telah dilakukan adalah pengaruh SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) Terhadap Stabilitas Emosi ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) Tipe *Tunalaras*.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Terhadap Stabilitas Emosi ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) Tipe *Tunalaras* Di *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang" agar mengetahui apakah benar penggunaan (SEFT) *Spiritual Emotional Freedom Technique* dapat menstabilkan emosi ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) Tipe *Tunalaras*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa sebelum pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).
2. Bagaimana tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa sesudah pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).
3. Bagaimana pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa sebelum pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).
2. Mengetahui tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa sesudah pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).
3. Menganalisis pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan psikologi (knowledge of references) khususnya mengenai pemilihan intervensi terbaik (seperti: SEFT) dalam meningkatkan stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah kompetensi praktis bagi guru, orangtua, ilmuwan dan praktisi psikologi, khususnya terkait alternatif pemilihan intervensi/penatalaksanaan seperti SEFT sebagai upaya meningkatkan stabilitas emosi pada anak tunalaras.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

##### **1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

Anak berkebutuhan khusus merujuk pada anak yang memerlukan pendekatan spesifik karena adanya gangguan perkembangan atau kelainan tertentu. Dalam konteks disability, anak berkebutuhan khusus adalah mereka yang memiliki keterbatasan, baik itu dalam hal fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun aspek psikologis seperti autisme dan ADHD (Denisrum, 2007).

Menurut (Budi et al., 2021) Anak berkebutuhan khusus merujuk pada anak yang menunjukkan kelainan atau penyimpangan dari kondisi rata-rata anak normal, terutama dalam konteks sifat fisik, mental, dan perilaku sosialnya. Kelainan/penyimpangan dari kondisi rata-rata anak normal cenderung membuat anak memiliki kebutuhan khusus, terutama dalam hal fisik, mental, dan karakteristik perilaku sosialnya.

Selanjutnya menurut (Khairun Nisa et al., 2018) aktivitas sehari-hari anak berkebutuhan khusus dapat ditingkatkan melalui pemberian layanan khusus. Anak-anak ini mungkin menghadapi permasalahan atau memiliki kelebihan terkait tumbuh kembang, melibatkan intelegensi, inderawi, dan anggota gerak.

Kemudian menurut (Veriza & Boy, 2018) Keterlibatan anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam masyarakat memerlukan perhatian dan dukungan yang khusus. Dalam hal ini, pendidikan yang disesuaikan menjadi faktor penting untuk merangsang kemandirian mereka. Kelainan fisik dan mental yang dimiliki oleh ABK menyebabkan keterbatasan dalam perkembangan fisik, perilaku, atau emosional. Oleh karena itu, pelayanan khusus, termasuk aspek medis dan latihan spesifik, diperlukan untuk mengurangi ketergantungan yang muncul. Anak-anak ini tidak mampu menjalankan aktivitas sehari-hari secara normal, sehingga peran orang-orang di sekitarnya menjadi sangat signifikan.

Pandangan alternatif yang diungkapkan oleh (Puspitasari, 2019) menekankan bahwa dalam konteks anak berkebutuhan khusus, dukungan penuh dari individu lainnya memegang peranan penting bagi perkembangan kemampuannya. Anak-anak ini, yang memiliki kebutuhan pendidikan spesifik, bergantung pada keterlibatan aktif untuk mencapai kemajuan. Kehidupan mereka, berbeda dengan anak-anak umumnya, sangat dipengaruhi oleh dukungan kolektif dari lingkungan sekitar.

Sejumlah definisi dari ahli menyatakan bahwa anak-anak berkebutuhan khusus ialah mereka yang, dalam perkembangannya, menampilkan karakteristik unik yang merupakan kelainan, baik dalam aspek mental-intelektual, fisik, emosional, maupun sosial. Pelayanan khusus menjadi kebutuhan esensial bagi merek.

## **2. Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

Sebab terjadinya kondisi dimana anak memiliki masalah gangguan (berkebutuhan khusus) memiliki banyak macam dan kondisi. Namun, kondisi-kondisi tersebut pada umumnya terjadi karena masalah ketidaknormalan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh ('Izzah, 2022) faktor-faktor penyebab anak berkebutuhan khusus adalah:

### **a. Masa Pre-Natal**

#### **1) Infeksi Kehamilan**

Kondisi dimana terjadinya infeksi kehamilan dapat terjadi karena virus *Liptospirosis* yang berasal dari kotoran tikus. Selain itu, infeksi pada kehamilan juga dapat dipicu oleh virus *Maternal Rubella*.

#### **2) Gangguan Genetik**

Kondisi ini muncul karena adanya kelainan kromosom, entah melalui transformasi yang menyebabkan risiko keracunan darah atau dipengaruhi oleh faktor keturunan.

#### **3) Usia Ibu Hamil**

Usia ibu hamil yang ekstrem, baik terlalu muda (12-15 tahun) maupun terlalu tua (di atas 40 tahun), dapat menyebabkan kelainan pada bayi. Pada usia ibu muda, masalah utamanya

bersifat emosional dan berpotensi menimbulkan stres, meskipun fisik sudah matang secara seksual. Sebaliknya, usia ibu hamil yang terlalu tua meningkatkan risiko infeksi akibat pola hidup yang sudah terbentuk selama bertahun-tahun. Ini menunjukkan bahwa faktor usia ibu hamil memiliki dampak signifikan pada kesehatan dan perkembangan bayi.

#### **4) Keracunan Saat Hamil**

Bayi yang mengalami keracunan umumnya disebabkan oleh kekurangan vitamin atau tingginya kadar zat besi. Selain itu, penggunaan obat-obat kontrasepsi juga dapat meningkatkan risiko kelahiran bayi dengan cacat.

#### **5) Penyakit Menahun**

Penyakit kronis sering kali disebabkan oleh penularan dari orang lain. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjaga kebersihan diri agar dapat menghindari risiko tertular penyakit.

#### **6) Infeksi Penyakit Kotor**

Penyakit infeksi yang dimaksud merupakan kondisi penyakit menular seksual yang dapat timbul pada ibu. Terjadinya infeksi pada organ kelamin dapat merendahkan sistem kekebalan tubuh ibu dan memperbesar risiko penularan penyakit lainnya.

#### **7) Faktor Darah**

Darah ibu memainkan peran krusial dalam kesejahteraan bayi, terutama jika berbeda dengan darah ayah. Adanya kelainan darah pada ibu dapat menimbulkan masalah pada perkembangan janin.

#### **8) Trauma**

Kehamilan dapat terpengaruh oleh depresi yang timbul sebagai hasil dari traumatisasi yang terjadi selama kehamilan akibat tekanan yang dialami.

#### **9) Paparan Sinar X**

Radiasi berlebihan dari sinar X memiliki potensi menyebabkan kelainan pada bayi karena dapat mengakibatkan kerusakan pada



sel kromosom. Sumber risiko ini tidak hanya terbatas pada penggunaan USG, melainkan juga pada perangkat elektronik lain yang mampu menghasilkan sinar X, sehingga dapat menimbulkan ancaman terhadap kesehatan janin.

## **b. Masa Natal**

### **1) Waktu kehamilan yang terlalu lama atau terlalu cepat**

Durasi dari waktu kehamilan yang berlangsung terlalu lama atau terlalu cepat dapat menjadi salah satu alasan mengapa terjadinya kecacatan pada bayi. Saat kondisi bayi didalam kandungan dengan waktu yang sangat lama, rentan terjadinya risiko terkontaminasi oleh kandungan berbahaya dalam air ketuban, hal ini dapat menjadi penyebab terjadinya kemungkinan cacat pada bayi. Begitupun apabila bayi lahir dengan waktu yang terlalu cepat, dapat menimbulkan risiko dimana organ bayi belum terlahir secara matang atau memiliki bobot badan yang dibawah normal (seharusnya).

### **2) Kelahiran dengan alat bantu**

Melahirkan dengan bantuan alat seperti *vacum* bisa mengakibatkan kerusakan pada otak.

### **3) Pendarahan**

Melahirkan dengan kondisi normal juga bisa menjadi berbahaya apabila sang ibu sedang dalam kondisi pendarahan.

### **4) Kelahiran sungsang**

Apabila sang ibu melahirkan dalam kondisi sungsang, rentan terjadinya cacat sangat tinggi dikarenakan posisi kepala bayi lebih lama didalam kandungan.

### **5) Kelainan tulang ibu**

Kondisi dimana sang ibu memiliki kelainan pada tulang ibu akan menyebabkan kepala bayi tertekan pada proses kelahiran.

## **c. Masa Pasca-Natal**

### **1) Penyakit**

Terjangkitnya penyakit pada ibu yang disebabkan oleh bakteri

maupun virus akan mengganggu pertumbuhan serta perkembangan fisik maupun mental anak.

## **2) Masalah gizi**

Gizi adalah elemen yang sangat penting pada proses perkembangan otak anak, maka dari itu sangatlah berbahaya apabila bayi mengalami kondisi kekurangan gizi (malnutrisi).

## **3) Kecelakaan**

Kondisi bayi yang masih rentan sangatlah berbahaya pada proses ketahanan dan kekebalan tubuh anak, maka dari itu apabila terjadi kecelakaan maka besar kemungkinan akan mempengaruhi bahkan merusak otak atau sistem serta fungsi pada tubuh bayi.

## **4) Keracunan**

Efek racun yang sangat berbahaya pada proses tumbuh-kembangnya anak dapat merusak daya tahan tubuh bayi yang masih lemah, bahkan bisa memiliki efek risiko yang permanen.

### **3. Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

Anak-anak dengan kebutuhan khusus, seperti yang dijelaskan dalam penelitian oleh (Hirzuddin, 2018), memiliki karakteristik yang mencakup berbagai aspek. Dalam hal komunikasi, mereka seringkali mengalami keterbatasan, seperti berbicara dengan lambat, kesulitan dalam menyampaikan pikiran, dan penggunaan kata-kata yang tidak memiliki arti yang jelas. Dalam hal interaksi sosial, mereka cenderung lebih memilih untuk menyendiri, merasa malu ketika diajak berbicara, dan mungkin menjauh jika diajak berinteraksi oleh teman-teman mereka.

Gangguan sensoris juga sering terlihat pada anak-anak berkebutuhan khusus, di mana mereka dapat sangat peka terhadap sentuhan, merasa terganggu oleh suara keras, tetapi mungkin juga merasa senang mencium dan menjilat benda. Mereka mungkin tidak menunjukkan sensitivitas yang sama terhadap rasa takut dan rasa sakit seperti anak-anak lainnya.

Dalam hal pola bermain, anak-anak ini cenderung tidak bermain seperti anak-anak pada umumnya, kurang kreatif, memiliki kehendak yang tidak

jas, dan mungkin menunjukkan perilaku berlebihan. Dalam hal emosi, mereka mungkin sering merasakan emosi yang intens tanpa alasan yang jelas, berpotensi melakukan tindakan yang menyakiti diri sendiri, dan mungkin tidak selalu dapat mengidentifikasi atau merespons perasaan orang lain.

Dalam proses belajar, anak-anak berkebutuhan khusus dapat menghadapi berbagai tantangan, termasuk gangguan motorik, labilitas emosi saat belajar, kurangnya koordinasi, gangguan pemusatan perhatian, gangguan memori dan berfikir, serta kesulitan dalam membaca, menulis, atau berhitung. Mereka juga mungkin menghadapi gangguan berbicara dan mendengar serta gangguan neurologis. Semua karakteristik ini dapat memerlukan perhatian khusus dan pendekatan yang sesuai dalam pendidikan dan perawatan anak-anak berkebutuhan khusus. Beberapa dari mereka juga mungkin menghadapi gangguan berbicara dan mendengar serta gangguan neurologis yang mempengaruhi proses pembelajaran mereka secara signifikan. Oleh karena itu, pendidikan khusus dan dukungan yang disesuaikan sangat penting untuk membantu anak-anak berkebutuhan khusus mencapai potensinya.

#### **4. Jenis Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

Ada bermacam-macam jenis anak dengan kebutuhan khusus. Menurut (Abdullah & Nandiyah, 2013) secara singkat masing-masing jenis kelainan dijelaskan sebagai berikut :

##### **a) Tunanetra/anak yang mengalami gangguan penglihatan**

Anak yang mengalami gangguan daya penglihatan disebut tunanetra, baik sebagian maupun total kebutaan. Meskipun telah diberikan bantuan melalui penggunaan alat-alat bantu khusus, mereka tetap memerlukan layanan spesial.

##### **b) Tunarungu/anak yang mengalami gangguan pendengaran**

Tunarungu merujuk pada anak yang mengalami kehilangan daya pendengaran, baik secara total maupun sebagian, yang mengakibatkan keterbatasan dalam berkomunikasi secara verbal. Meskipun telah mendapatkan pertolongan dengan menggunakan

alat bantu dengar, namun tetap memerlukan layanan khusus.

**c) Tunadaksa/mengalami kelainan anggota tubuh/Gerakan**

Kelainan atau cacat yang menetap pada alat gerak, seperti tulang, sendi, dan otot, merupakan ciri khas anak-anak yang disebut tunadaksa, yang memerlukan pelayanan khusus.

**d) Berbakat/memiliki kemampuan dan kecerdasan luar biasa**

Anak berbakat adalah anak yang memiliki potensi kecerdasan (inteligensi), kreativitas, dan tanggungjawab terhadap tugas (task commitment) di atas anak-anak seusianya (anak normal).

**e) Tunagrahita**

Tunagrahita (retardasi mental) adalah anak yang secara nyata mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental jauh di bawah rata-rata sedemikian rupa sehingga mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik, komunikasi maupun sosial.

**f) Lamban belajar (slow learner)**

Lamban belajar (slow learner) adalah anak yang memiliki potensi intelektual sedikit di bawah normal tetapi belum termasuk tunagrahita. Dalam beberapa hal mengalami hambatan atau keterlambatan berpikir, merespon rangsangan dan adaptasi sosial, tetapi masih jauh lebih baik dibanding dengan yang tunagrahita, lebih lamban dibanding dengan yang normal, mereka butuh waktu yang lebih lama dan berulang-ulang untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik maupun non akademik.

**g) Anak yang mengalami kesulitan belajar spesifik**

Anak yang berkesulitan belajar spesifik adalah anak yang secara nyata mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik khusus, terutama dalam hal kemampuan membaca, menulis dan berhitung atau matematika. Permasalahan tersebut diduga disebabkan karena faktor disfungsi neurologis, bukan disebabkan karena faktor inteligensi (inteligensinya normal bahkan ada yang di atas normal). Anak berkesulitan belajar spesifik dapat berupa kesulitan belajar membaca (*disleksia*), kesulitan belajar menulis (*disgrafia*), atau

kesulitan belajar berhitung (*diskalkulia*), sedangkan mata pelajaran lain mereka tidak mengalami kesulitan yang berarti.

**h) Anak yang mengalami gangguan komunikasi**

Anak yang mengalami gangguan komunikasi mencakup kelainan pada suara, artikulasi (pengucapan), atau kelancaran bicara. Dampaknya dapat berupa penyimpangan bentuk bahasa, isi bahasa, atau fungsi bahasa, sehingga memerlukan pelayanan pendidikan khusus.

**i) Tunalaras/anak yang mengalami gangguan emosi dan perilaku.**

Dalam keseharian, Tunalaras, seorang anak, menampilkan perilaku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang diakui oleh masyarakat atau kelompok usianya. Kesulitannya dalam menyesuaikan diri menciptakan dampak negatif yang dapat merugikan baik dirinya sendiri maupun orang lain.

**j) ADHD (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas)**

Melibatkan kesulitan dalam memusatkan perhatian dan fokus, serta tingkat aktivitas yang berlebihan, gangguan ADHD adalah kondisi yang muncul pada anak dan berlanjut hingga dewasa. Kesulitan mengendalikan perilaku juga merupakan gejala yang mencolok. Untuk dapat dikategorikan sebagai ADHD, gejala-gejala tersebut harus muncul sebelum usia 7 tahun dan berlangsung setidaknya selama 6 bulan.

**k) Autisme**

Terlihat sebelum mencapai usia tiga tahun, autisme adalah gangguan perkembangan dengan ciri kompleksitas, termasuk gangguan dalam komunikasi, interaksi sosial, dan aktivitas imajinatif. Bahkan pada kasus autisme infantil, tanda-tandanya sudah tampak sejak lahir.

**5. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Dalam Islam**

Dalam pandangan anak berkebutuhan khusus, melibatkan individu yang membutuhkan dukungan khusus di berbagai area. Ini mencakup layanan pendidikan, bimbingan sosial, konseling, dan bantuan lainnya. Setiap anak, termasuk mereka dengan keberagaman seperti tunadaksa, tunagrahita,

tunalaras, tunanetra, tunarungu, autisme, kesulitan belajar, lambat belajar, gangguan motorik, korban penyalahgunaan narkoba, kelainan lainnya, dan tunaganda, memiliki hak untuk menerima layanan yang memadai. Mewujudkan keseimbangan kesetaraan di semua tingkatan adalah bentuk perhatian terhadap kebutuhan khusus anak-anak. Allah berfirman dalam surat Al-Anfal ayat 28 di bawah ini:

وَاعْلَمُوا أَنَّمَا آمَاكُمُ وَأَوْلَادُكُمُ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ

Artinya : *Dan ketahuilah bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan dan sesungguhnya di sisi Allah ada pahala yang besar.*

Berlandaskan sumber Alquran di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa anak yang mengalami kelainan juga berhak atas hak dan derajat yang sama dalam kehidupan, terutama dalam hal pelayanan yang pantas untuk mereka. Pelayanan ini, pada umumnya, menjadi suatu langkah yang penting bagi anak berkebutuhan khusus, mengingat hak setiap warga negara untuk memperoleh fasilitas yang layak dan bermutu (Said, 2006).

## **B. Tunalaras**

### **1. Pengertian Tunalaras**

*Tunalaras* merujuk pada individu yang mengalami gangguan emosi dan perilaku menyimpang, sehingga sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Sebagai hasilnya, dapat dikatakan bahwa tunalaras menunjukkan perilaku yang cenderung negatif (Nanik, 2022). Meskipun secara fisik serupa dengan individu normal, *tunalaras* memiliki kesehatan yang baik, berbeda dengan anak yang memiliki keterbatasan mental. Namun, terlihat bahwa individu *tunalaras* memiliki emosi yang dominan dan kesulitan dalam mengendalikan emosi seperti individu normal. Mereka juga menunjukkan perilaku yang bertentangan dengan norma agama, norma, budaya di lingkungan sekitar, sehingga menjadikan mereka sulit

diterima dalam Masyarakat (Nanik, 2022).

Selanjutnya menurut (Sujarwanto, 2010) dalam kenyataannya, *tunalaras* menjadi istilah bagi anak-anak yang menampilkan respons yang nyata terhadap lingkungan sekitar, namun tidak mampu mencapai kepuasan pribadi. Terlepas dari kondisi ini, terdapat potensi untuk membimbing mereka dalam mengembangkan perilaku yang dapat diterima oleh masyarakat, sehingga mampu memberikan kepuasan bagi diri mereka sendiri.

Pendapat lain menurut (Husna, 2020) mendefinisikan *tunalaras* sebagai orang yang menampilkan tingkah laku menyimpang umumnya tidak menunjukkan sikap, sering melanggar aturan dan norma sosial dengan frekuensi yang signifikan, kurang memiliki toleransi terhadap orang lain, dan rentan terpengaruh oleh suasana. Semua ini dapat menimbulkan kesulitan, baik bagi diri sendiri maupun orang lain.

Berbagai definisi yang diberikan oleh para ahli menunjukkan bahwa *tunalaras* merujuk pada individu yang mengalami hambatan dalam mengendalikan emosi dan kontrol sosial. Mereka cenderung menampilkan perilaku menyimpang yang tidak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku di lingkungan sekitarnya.

## **2. Jenis-Jenis Tunalaras**

Dirangkum angung pada teori (Rizki, 2014) erdapat empat klasifikasi jenis *tunalaras* yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

### **a) Anak dengan Gangguan Perilaku Membangkang**

Merujuk pada jenis anak yang menunjukkan sikap melawan terhadap otoritas, seperti memiliki konflik dengan polisi dan guru, bersikap kejam, menjalankan tindakan agresif, serta hiperaktif.

### **b) Anak yang Cenderung Cemas & Menarik Diri**

Merupakan tipe anak yang cenderung pemalu, penuh kekhawatiran, suka menyendiri, memiliki sensitivitas tinggi, dan cenderung patuh. Umumnya, mereka merasakan tekanan batin yang signifikan.

### **c) Dimensi ketidakmatangan**

Merujuk pada anak yang menunjukkan kurangnya perhatian, lambat

dalam respons, kurang minat dalam pendidikan, memiliki kecenderungan malas, sering terlibat dalam lamunan, dan bersifat pendiam. Karakteristik ini membuat mereka serupa dengan anak-anak yang mengalami spektrum autistik.

**d) Anak agresif sosialisasi**

Merupakan jenis anak yang menunjukkan perilaku agresif dan memiliki masalah perilaku serupa dengan mereka yang bersosialisasi dalam kelompok tertentu atau "geng." Anak dengan tipe ini cenderung terlibat dalam perilaku pencurian dan kegiatan bolos.

**3. Gejala Tunalaras**

Gejala yang sering muncul pada anak *tunalaras* bermacam-macam. Gejala-gejala yang sering muncul pada anak-anak *tunalaras* oleh (Wardana, 2017), yaitu :

- a) Anak yang agresif bersosialisasi
- b) Anak yang kurang dewasa
- c) Anak yang mengalami kecemasan dan menyendiri
- d) Anak yang mengalami gangguan perilaku

**4. Faktor-Faktor Tunalaras**

Pendapat (Ika Febrian Kristiana, 2021) menyatakan bahwa ada beberapa faktor menyebabkan *tunalaras*, yaitu:

- a) Kondisi/Keadaan Fisik
- b) Masalah Perkembangan
- c) Lingkungan Keluarga
- d) Lingkungan Sekolah
- e) Lingkungan Masyarakat

**5. Tunalaras Dalam Islam**

Bimbingan Islam merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diarahkan oleh seorang pembimbing kepada individu atau kelompok, bertujuan agar setiap individu dapat mengembangkan fitrah keagamaannya sesuai dengan ajaran Islam. Fokus utama dari bimbingan Islam adalah untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Tujuan yang ingin



dicapai melalui bimbingan Islam adalah agar fitrah yang telah dikaruniakan Allah kepada individu dapat berkembang dan berfungsi dengan optimal. Dengan demikian, individu secara bertahap mampu mengaktualisasikan keyakinannya dalam kehidupan sehari-hari, yang tercermin dalam kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah saat melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi, serta ketaatan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya (Zizah, 2021).

Terjadi hambatan emosi dan tingkah laku pada anak tunalaras, sehingga menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian diri di lingkungannya. Situasi belajarnya dapat terpengaruh oleh hal ini, memerlukan pendekatan yang bijaksana untuk membantu anak mengatasi tantangan belajarnya (Fransyaigu & Mudjiran, 2021).

Sesama makhluk maka kita diwajibkan untuk memberikan pelayanan dan bantuan kepada orang lain yang mengalami keterbatasan baik dalam hal ini adalah *tunalaras*. Kewajiban untuk meberikan bantuan ini secara umum dapat diartikan dengan memfasilitasi pendidikan yang layak agar orang yang mengalami gangguan dapat bertumbuh dan berkembang dengan lebih baik dan kelak akan bermanfaat bagi semua manusia. Selain itu melalui bimbingan islam yang berkesinambungan anak dengan *tunalaras* diarahkan kepada yang lebih baik, sehingga hidup mereka lebih tentram dan sejahtera.

### **C. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)**

#### **1. Pengertian Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)**

Terapi SEFT mewakili suatu pendekatan penyembuhan yang memadukan daya pengaruh energi psikologi, doa, dan dimensi spiritual. Pendekatan ini mengimplementasikan berbagai prinsip serta teknik yang merujuk pada konsep sistem energi tubuh, dengan tujuan untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi, dan perilaku individu (Ag, 2014). Dalam terapi SEFT, gerakan sederhana diaplikasikan untuk membantu mengatasi beragam tantangan, baik fisik, psikis, maupun sosial, sekaligus meningkatkan kinerja dan pencapaian individu. Selain itu, terapi SEFT juga mengupayakan pencapaian kedamaian batin dan makna hidup.

Terapi SEFT membawa berbagai manfaat, termasuk penanganan masalah psikis seperti trauma, stres, depresi, fobia, kecanduan rokok, alkohol, atau narkoba, gangguan tidur, perubahan emosi yang mendalam, rendahnya rasa percaya diri, kesulitan konsentrasi, dan rasa gugup (Ag, 2014). Pendekatan ini menawarkan solusi yang holistik dan menyeluruh untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional individu.

SEFT adalah terapi psikologi yang dirancang untuk melengkapi alat psikoterapi yang sudah ada, dan termasuk dalam cabang ilmu baru yang dikenal sebagai Energy Psychology. Metode ini beroperasi dengan prinsip yang mirip dengan akupunktur dan akupresur, berfokus pada merangsang titik-titik kunci di sepanjang jalur energi (meridian) tubuh yang memiliki pengaruh signifikan pada kesehatan kita. Tujuan dari SEFT adalah memanfaatkan pengaruh positif pada energi tubuh untuk mendukung kesejahteraan mental dan emosional, menyediakan alternatif yang holistik dalam praktik psikoterapi (Saged, 2020).

## **2. Mekanisme Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)**

Menggabungkan keefektifan energi psikologi, doa, dan dimensi spiritual, Terapi SEFT menjadi suatu pendekatan penyembuhan yang terbukti efektif. Dengan menerapkan sejumlah prinsip dan teknik yang bersumber dari ide sistem energi tubuh, terapi ini fokus pada peningkatan kondisi mental, emosional, dan perilaku individu (Agres, 2006). Serangkaian metode yang diterapkan mencakup:

### **a) *The set-up* yaitu menetralkan energi negatif yang ada dalam tubuh**

Dengan cara mengeluarkan the set-up words, langkah ini memerlukan kata-kata yang diucapkan dengan sikap khusyuk, ikhlas, dan pasrah. Tujuannya adalah untuk mengurangi dampak keyakinan dan pemikiran negatif dalam proses ini. Contoh kalimat *set-up*: “Ya Allah... meskipun saya (menderita sakit kepala yang tak kunjung sembuh), saya ikhlas, saya pasrah pada-Mu sepenuhnya”.

### **b) *The tune-in* yaitu mengarahkan pikiran pada tempat rasa sakit** Melibatkan diri dalam penyelesaian masalah fisik dimulai dengan

melakukan tune-in, yaitu mengenali dan meresapi sensasi rasa sakit yang ada. Sambil menjalankan langkah-langkah tersebut, arahkan pikiran ke sumber ketidaknyamanan. Dalam proses ini, hati dan mulut terus berinteraksi untuk mencapai pemulihan: “Saya ikhlas, saya pasrah... Ya Allah...”. Untuk menangani isu emosi, awali dengan tune-in, yaitu merenungkan sesuatu atau peristiwa khusus yang dapat memicu emosi negatif yang hendak dihilangkan. Saat muncul reaksi negatif (marah, sedih, takut, dsb.), sampaikan dengan melibatkan hati dan melalui ujaran: “Saya ikhlas, saya pasrah... Ya Allah.”.

c) ***The tapping* yang merupakan upaya ketukan ringan dengan dua ujung jari yang diarahkan pada 18 titik tertentu di tubuh manusia.**

Tapping, yang merujuk pada tindakan mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada 18 titik spesifik di tubuh manusia, memperlihatkan pendekatan yang melibatkan teknik penekanan pada titik-titik utama di *energy meridians*. Melalui tapping, proses ini melibatkan pemukulan ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tersebut dan didampingi dengan tune-in. Penempatan titik-titik ini dianggap sebagai kunci penting untuk memulihkan keseimbangan aliran energi tubuh dan mengatasi gangguan emosional atau rasa sakit setelah beberapa kali pemukulan:

- 1) Cr (Crown) – titik di bagian puncak kepala
- 2) EB (Eye Brow) – titik di permulaan alis mata
- 3) SE (Side of the Eye) – di atas tulang di samping mata
- 4) UE (Under the Eye) – 2 cm di bawah kelopak mata
- 5) UN (Under the Nose) – tepat di bawah hidung
- 6) Ch (Chin) – diantara dagu dan bagian bawah bibir
- 7) CB (Collar Bone) – diujung pertemuan tulang dada, tulang leher, dan tulang rusuk pertama
- 8) UA (Under the Arm) – di bawah ketiak sejajar dengan puting susu (pria) atau tepat di bagian tengah tali bra (wanita).

- 9) BN (Below Nipple) – 2,5 cm di bawah puting susu (pria) atau di perbatasan antara tulang dada dan bagian bawah payudara (wanita).
- 10) IH (Inside of Hand) – di bagian dalam tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- 11) OH (Outside of Hand) – di bagian luar tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- 12) Th (Thumb) – ibu jari disamping luar bagian bawah kuku
- 13) IF (Index Finger) – jari telunjuk disamping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 14) MF (Middle Finger) – jari tengah samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 15) RF (Ring Finger) – jari manis di samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 16) BF (Baby Finger) – di jari kelingking di samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 17) KC (Karate Chop) – di samping telapak tangan, bagian yang sering digunakan untuk mematahkan balok saat karate
- 18) GS (Gamut Spot) – di bagian antara perpanjangan tulang jari manis dan tulang jari kelingking.

### **3. Manfaat Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)**

Menurut (Ag, 2014), sejumlah manfaat terapi EFT/SEFT yang sebelumnya telah dikembangkan, yaitu:

- a) Menanggulangi masalah atau gangguan fisik, seperti sakit kepala, nyeri punggung, masalah pencernaan, asma, penyakit jantung, kelebihan berat badan, alergi, diabetes, kanker, vertigo, migrain, dan rasa pegal di berbagai bagian tubuh.
- b) Mengatasi masalah atau kondisi psikologis, termasuk trauma, stres, depresi, fobia, ketergantungan pada rokok/alkohol/narkotika, gangguan tidur, mudah tersinggung/murung, perasaan emosional yang berlebihan, kurang percaya diri, sulit berkonsentrasi, dan kecemasan yang sering muncul.

- c) Mengatasi masalah dalam lingkup keluarga dan anak-anak, seperti ketidakharmonisan keluarga, perselingkuhan, masalah seksual, perilaku nakal anak, malas belajar, enuresis (mengompol), autisme, dan lain sebagainya.
- d) Meningkatkan kinerja dan prestasi, baik dalam olahraga, akademis, karier, bisnis, penjualan, negosiasi, maupun mengatasi kesulitan belajar.
- e) Meningkatkan keberuntungan dalam enam aspek kehidupan, meliputi finansial, hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, dimensi spiritual, dan tingkat kebahagiaan.
- f) Meningkatkan prestasi, seperti: meningkatkan prestasi di bidang olahraga, akademik, karir, bisnis, meningkatkan performa sales, mencapai target penjualan, negosiasi dan kesulitan belajar.
- g) Meningkatkan keberuntungan dalam 6 bidang, seperti: finansial, hubungan antar manusia, kesehatan, pekerjaan, spiritual dan kebahagiaan hati.
- h) Membersihkan diri dari beban emosi negatif dan mencapai kedamaian batin.
- i) Mencapai tingkat kebahagiaan dan kehidupan yang bermakna.

#### **4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)**

Ada 3 faktor yang harus kita perhatikan agar SEFT yang kita lakukan efektif (Desmaniarti, n.d.), yakni:

##### **a) Yakin**

Anda (baik sebagai terapis maupun klien) perlu keyakinan sama SEFT atau diri anda sendiri., anda hanya perlu yakin Jadi SEFT tetap efektif walaupun pasien maupun klien skeptis, ragu, tidak percaya diri, malu kalau tidak berhasil,dsb. Asalkan terapis dan klien masih yakin, SEFT tetap efektif.

##### **b) Konsentrasi**

Selama melakukan terapi, kita harus konsentrasi atau khusyu'. Pusatkan pikiran kita pada hati dan pikiran kita Jadi, hilangkan

pikiran lain,

**c) Ikhlas**

Ikhlas artinya ridho atau menerima rasa sakit kita (baik fisik maupun emosi) dengan sepenuh hati. Ikhlas artinya tidak mengeluh, tidak complain atas musibah yang sedang kita terima.

**5. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Pada Sudut Pandang Islam**

SEFT, sebuah terobosan dalam teknik konseling, merangkul ketiga dimensi manusia—jasmani, psikis, dan spiritual—secara serasi pada tahapan tekniknya. Pendekatan ini bertujuan membantu mengatasi tantangan yang dihadapi konseli, dengan khusus menekankan aspek spiritual. Terkait hal ini, SEFT sejalan dengan prinsip Bimbingan dan Konseling Islam yang mengintegrasikan dimensi spiritual dan religi ke dalam setiap perspektif ilmunya (Ifazatul Nurlatifah, 2016)

Diciptakan oleh Ahmad Faiz Zainuddin, Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan konsep terapi yang dapat diaplikasikan dalam konteks konseling Islam. Melalui penyatuan aspek spiritual dan emosional, SEFT memberikan kebebasan emosional kepada individu. Konsep kebebasan emosional yang bersifat spiritual menjadi pusat perhatian, memungkinkan individu mencapai keseimbangan antara dimensi spiritual dan emosional mereka (Fatmah Izzatun, 2022). Keunikan SEFT terletak pada unsur spiritualitas, membedakannya dari berbagai teknik terapi berbasis psikologi energi lainnya (Narendri, 2019).

**D. Stabilitas Emosi**

**1. Pengertian Stabilitas Emosi**

Stabilitas emosi mencerminkan suatu tingkat di mana seseorang dapat menjaga ketenangan dan menghindari pengaruh perasaan negatif dalam keseharian (Syaroh, 2019). Kondisi stabilitas emosi ini merupakan elemen kunci dalam pembentukan kepribadian positif, di mana individu mampu mempertahankan ketenangan dan menjauhi perasaan negatif.

Terwujudnya stabilitas emosi mengimplikasikan upaya berkelanjutan

individu untuk meningkatkan kesejahteraan emosional, baik dari segi fisik maupun mental. Memiliki pemahaman diri dan penerimaan terhadap suasana emosi, serta kejelasan makna dari setiap perasaan, mendorong pencapaian keamanan psikologis, kebahagiaan, dan kesehatan mental. Kemampuan untuk menyadari dan mengungkapkan perasaan dengan cara yang membangun merupakan faktor-faktor krusial yang mendukung terwujudnya keadaan emosional yang positif (Ayu, 2021).

Keadaan pikiran yang tenang dan keyakinan diri yang tinggi berkontribusi pada pencapaian kesuksesan. Di sisi lain, ketidakstabilan emosional dapat menyebabkan gejala kecemasan, rasa cemas yang mudah muncul, reaksi emosional yang intens, kecenderungan untuk merasa malu, dan suasana hati yang suram.

## **2. Jenis-Jenis Emosi**

Terdapat dua kategori emosi dalam pengalaman manusia, yakni emosi primer dan emosi sekunder. Emosi primer, seperti kegembiraan, kesedihan, kemarahan, dan ketakutan, muncul secara alami sejak kelahiran. Di sisi lain, emosi sekunder bersifat lebih kompleks dan timbul sebagai hasil dari kombinasi emosi primer. Emosi sekunder dipengaruhi oleh kesadaran diri dan evaluasi pribadi, mencakup rasa malu, iri hati, dengki, kegembiraan berlebihan, kagum, takjub, dan cinta (Syaroh, 2019).

Emosi positif merujuk pada perasaan senang yang timbul ketika seseorang merasakan keberhasilan dari upaya yang telah dilakukannya. Ini menjadi respons langsung terhadap situasi hati yang menyenangkan. Sementara itu, emosi negatif terjadi ketika seseorang mengalami ketidaknyamanan dalam suasana hati, mungkin karena kegagalan atau ketidakpastian dalam kehidupan (Mukrimaa et al., 2016).

Emosi merupakan respons psikologis dan fisiologis terhadap perasaan dan peristiwa yang kita alami sehari-hari yang terbentuk dari lingkungan baik secara eksternal maupun internal. Emosi harus disikapi dengan baik agar menjadi emosi yang positif.

## **3. Indikator Stabilitas Emosi**

Menurut (Muh. Masykur AG, 2011), terdapat sejumlah indikator –

indikator stabilitas emosi, diantaranya:

- a. Tidak langsung menunjukkan warna emosinya di hadapan orang lain, melainkan menunggu waktu dan tempat yang pas untuk mengekspresikannya.
- b. Kemampuan melihat situasi secara kritis dan detail sebelum bereaksi secara emosional.
- c. Menunjukkan reaksi emosi yang stabil dan tidak mudah berubah-ubah dari suasana hati yang satu ke yang lain.

Stabilitas emosi dicirikan oleh sejumlah kondisi berikut yang mungkin dapat muncul secara keseluruhan ataupun tidak:

- a. Emosi yang secara sosial dapat diterima lingkungan dan budaya tradisi setempat.
- b. Kemampuan individu dalam kontrol emosi dan adaptasinya terhadap lingkungannya.
- c. Memiliki kecermatan mental positif dan kemampuannya dalam menilai situasi sosial, sebelum mengekspresikan karakter emosinya.

Perbedaan karakteristik psikologis antara individu yang memiliki stabilitas emosi dan tidak, diantaranya:

- a. Individu yang memiliki stabilitas emosi cenderung kreatif, produktif, tidak mudah cemas dan frustrasi, mandiri, memiliki semangat tinggi, konsentrasi dalam bekerja, efisien, tidak mudah terganggu oleh stimulus dari luar dan kegaduhan.
- b. Individu dengan emosi yang tidak stabil memiliki karakteristik tidak produktif, mudah cemas, tegang, mudah marah, frustrasi, kurang hati-hati, dependen, kurang bersemangat, dan tidak efisien.

#### **4. Stabilitas Emosi Pada ABK Tunalaras**

Stabilitas emosi pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Tunalaras merupakan aspek kritis dalam pembinaan dan perkembangan mereka. ABK Tunalaras adalah mereka yang memiliki tantangan dalam kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi sosial, termasuk di dalamnya gangguan spektrum autisme. Stabilitas emosi menjadi fokus utama untuk memberikan pendekatan dalam meningkatkan kualitas hidup mereka (Rizki, 2014).



Pentingnya stabilitas emosi pada ABK Tunalaras terletak pada dampaknya terhadap seluruh kehidupan mereka. Dalam banyak kasus, ketidakstabilan emosi dapat menyebabkan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar, mengganggu proses pembelajaran, dan bahkan memengaruhi hubungan sosial. Pendidikan dan intervensi khusus memegang peran penting dalam mencapai stabilitas emosi. Melalui pendekatan ini, mereka dapat belajar cara mengidentifikasi perasaan mereka sendiri, mengembangkan strategi untuk mengatasi stres, dan membangun keterampilan sosial yang lebih baik (Wardana, 2017).

Pentingnya melibatkan keluarga dan lingkungan sekolah juga tidak bisa diabaikan. Kolaborasi antara orangtua, guru, dan ahli terapi dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dan memfasilitasi stabilitas emosi ABK Tunalaras. Pendidikan orangtua tentang cara mendukung anak-anak mereka dalam mengatasi tantangan emosional, serta pelibatan aktif dalam program-program intervensi, menjadi langkah penting dalam memperkuat stabilitas emosi anak (Rizki, 2014).

Stabilitas emosi pada ABK Tunalaras memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pihak, mulai dari keluarga, sekolah, hingga masyarakat. Pendidikan dan intervensi khusus, serta pemberdayaan melalui program transisi menjadi landasan penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung dan membantu mereka mencapai potensi penuh mereka. Dengan mengadopsi pendekatan ini, kita dapat membantu membangun pondasi yang kuat untuk perkembangan dan kehidupan yang lebih baik bagi ABK Tunalaras dalam masyarakat (Wardana, 2017).

## **5. Stabilitas Emosi Dalam Islam**

Stabilitas emosi dalam Islam merupakan aspek penting dalam kehidupan seorang Muslim. Islam mengajarkan prinsip-prinsip yang membantu individu mengatur dan mengendalikan emosinya. Salah satu prinsip utama adalah tawakal, yaitu keyakinan bahwa segala sesuatu berada dalam kendali Allah. Hal ini membantu mengurangi kecemasan dan stres, karena seorang Muslim tahu bahwa hasil akhir ada dalam kebijakan-Nya. Selain itu, sabar juga merupakan nilai yang sangat ditekankan dalam Islam.

Melalui bersabar, seseorang dapat menghadapi cobaan dan kesulitan dengan tenang, menghindari emosi negatif seperti marah dan frustrasi (Mustolehudin, 2011).

Dengan menjalani ajaran Islam secara penuh, seorang muslim dapat mencapai stabilitas emosi yang mendalam, menciptakan keseimbangan antara ketenangan batin dan tanggung jawab sosial, dan menjadi individu yang lebih baik dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, Islam tidak hanya adalah jalan menuju kesejahteraan spiritual, tetapi juga menjadikan stabilitas emosi sebagai bagian integral dari hidup yang berlandaskan agama ini (Nur Rahimi, 2022).

Agama memberikan panduan konkret tentang cara mengatasi emosi negatif dan mengembangkan kesejahteraan batin. Dengan menjalani ajaran Islam secara penuh, seorang muslim dapat mencapai stabilitas emosi yang mendalam, menjadikannya individu yang lebih tenang, bijaksana, dan mampu menghadapi kehidupan dengan keyakinan dan ketenangan.

#### **E. Pengaruh (SEFT) Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Stabilitas Emosi ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) Tipe Tunalaras**

Teknik *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah metode yang menggabungkan aspek-aspek spiritual dan emosional untuk mencapai keseimbangan emosional dan fisik. SEFT juga dikenal sebagai "*tapping*," di mana seseorang mengetuk titik-titik tertentu pada tubuh sambil fokus pada masalah emosional atau fisik yang ingin diatasi. SEFT dapat digunakan untuk meningkatkan stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus.

Anak-anak berkebutuhan khusus sering mengalami tingkat stres dan kecemasan yang lebih tinggi. SEFT dapat membantu mereka mengelola emosi negatif ini dengan meredakan stres dan kecemasan, yang dapat menghambat stabilitas emosi mereka. Selanjutnya, Beberapa anak mungkin mengalami blokade kreatif yang membuat mereka kesulitan untuk mengekspresikan ide mereka dalam bentuk tulisan. SEFT dapat membantu mereka melepaskan blokade ini dan merangsang kreativitas mereka.

SEFT dapat membantu meningkatkan konsentrasi anak-anak dengan

berkebutuhan khusus, yang dapat membuat emosi mereka lebih stabil. Dengan meredakan distraksi dan meningkatkan fokus, mereka dapat menyelesaikan tugas sehari-hari dengan lebih baik. SEFT dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri mereka dengan mengatasi perasaan inferioritas atau kecemasan terkait kinerja.

Anak berkebutuhan khusus mungkin mengalami pengalaman traumatis yang memengaruhi stabilitas emosi mereka. SEFT dapat membantu mereka mengatasi trauma ini dan meredakan gejala yang mungkin menghambat stabilitas emosi. Dengan fokus pada tujuan mereka dan mengatasi hambatan motivasi, mereka dapat lebih termotivasi untuk belajar dan beraktivitas dengan lebih baik.

Setiap anak berkebutuhan khusus memiliki kebutuhan yang berbeda, Penting untuk melibatkan profesional yang berpengalaman dalam menggunakan SEFT dengan anak-anak berkebutuhan khusus, agar pendekatan ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan individual anak dan dilakukan dengan aman. SEFT penting juga untuk menyediakan dukungan tambahan seperti bimbingan individu, kegiatan pembelajaran yang sesuai, dan lingkungan yang mendukung untuk membantu anak-anak berkebutuhan khusus mengembangkan stabilitas emosi mereka dengan baik dan dapat mengurangi sifat agresif yang muncul dari emosi itu sendiri.

Teknik *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terbukti sebagai metode yang efektif dalam meningkatkan stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus. SEFT menggabungkan unsur spiritual dan emosional dengan menekankan titik-titik tertentu pada tubuh, fokus pada masalah yang ingin diatasi. Anak-anak berkebutuhan khusus sering mengalami tingkat stres dan kecemasan yang tinggi, dan SEFT dapat menjadi alat mengelola emosi negatif tersebut. Dengan meredakan stres dan kecemasan, SEFT membantu mengatasi hambatan terhadap stabilitas emosi.

Proses tapping dapat membantu mereka melepaskan blokade dan merangsang kreativitas, memudahkan ekspresi ide dalam bentuk tulisan. Selain itu, SEFT dapat meningkatkan konsentrasi anak-anak, membantu mereka mengatasi distraksi dan fokus pada tugas sehari-hari dengan lebih baik. Dengan

demikian, SEFT memiliki potensi untuk meningkatkan kualitas kehidupan sehari-hari anak berkebutuhan khusus.

Anak berkebutuhan khusus juga mungkin menghadapi pengalaman traumatis yang dapat memengaruhi stabilitas emosional mereka. SEFT menjadi alat yang efektif dalam membantu mereka mengatasi trauma dan meredakan gejala yang dapat menghambat stabilitas emosi.

#### **F. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

$H_1$  : *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) berpengaruh terhadap tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe *tunalaras* di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang.

$H_0$  : *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) tidak berpengaruh terhadap tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe *tunalaras* di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif, khususnya dalam format eksperimen, dengan tujuan menghimpun data yang dibutuhkan melalui analisis hasil penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap stabilitas emosional Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) tipe tunalaras di lingkungan *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang. Fokus utama penelitian ini adalah menilai dampak dari variabel bebas yang disengaja terhadap variabel terikat. Dengan demikian, penelitian ini mengadopsi metode eksperimen quasi eksperimental. Teknik eksperimen yang digunakan adalah *Single Subject Research* (SSR), di mana subjek tunggal menjadi pusat perhatian penelitian ini.

Penelitian dengan menggunakan metode *Single Subject Research* (SSR) mementingkan peran subjek, sehingga prosedur eksperimental digunakan untuk mengevaluasi efek perlakuan terhadap perubahan perilaku. Analisis data dilakukan melalui teknik analisis visual grafik, di mana pembuatan grafik didasarkan pada data yang terkumpul. Grafik ini kemudian dianalisis dengan mempertimbangkan komponen-komponen pada setiap kondisi, termasuk baseline (A1), intervensi (B), dan kembali ke baseline (A2) (Yuwono, 2015).

Penelitian subjek tunggal merupakan eksperimen yang bertujuan untuk mengukur dampak dari perlakuan atau treatment yang diberikan kepada satu subjek secara berulang dalam periode waktu tertentu (Yuwono, 2015). Pendekatan ini memfokuskan pada pengamatan efek perlakuan yang bersifat repetitif terhadap subjek tunggal, memungkinkan analisis yang mendalam terhadap perubahan perilaku yang terjadi.

Penggunaan metode penelitian *single subject research* dalam penelitian anak berkebutuhan khusus terdapat beberapa alasan yang mendasar. Pertama-tama, karakteristik unik dan variabilitas yang tinggi dalam respons anak berkebutuhan khusus membuat metode ini sangat relevan. Setiap anak memiliki kebutuhan dan tantangan yang berbeda, dan pendekatan *single subject research* memungkinkan peneliti untuk memahami perubahan individu secara rinci.

Selanjutnya, metode ini sangat sensitif terhadap perubahan dalam satu subjek, memungkinkan peneliti untuk mengamati dampak intervensi atau perlakuan dengan cermat. Dalam konteks anak berkebutuhan khusus, di mana respons terhadap intervensi bisa sangat bervariasi, metode ini memberikan wawasan mendalam tentang efektivitas dan kecocokan intervensi untuk setiap individu.

Keunikan metode *single subject research* juga memberikan keleluasaan dalam menyesuaikan intervensi sesuai kebutuhan anak. Sebagai contoh, jika hasil awal menunjukkan ketidakefektifan suatu intervensi pada seorang anak, peneliti dapat dengan cepat merancang dan mengimplementasikan perubahan yang diperlukan. Fleksibilitas ini sangat penting dalam merespons dinamika dan kebutuhan individu anak berkebutuhan khusus yang dapat berubah seiring waktu.

Selain itu, metode *single subject research* memberikan fokus pada aspek yang mendalam, memungkinkan peneliti untuk merinci perubahan perilaku, emosi, dan kemampuan belajar anak secara rinci. Ini memberikan keuntungan tambahan dalam memahami konteks unik yang dapat mempengaruhi hasil penelitian pada anak berkebutuhan khusus.

Dalam konteks etika penelitian, metode ini dapat dianggap lebih ramah terhadap subjek. Dengan memusatkan perhatian pada satu subjek, peneliti dapat memberikan perhatian dan perawatan yang lebih mendalam.

Penggunaan metode *single subject research* pada penelitian anak berkebutuhan khusus dapat memberikan pemahaman yang mendalam, sensitif terhadap variabilitas individual, dan memberikan keleluasaan untuk penyesuaian intervensi sesuai kebutuhan, menjadikannya pilihan penelitian yang berbasis pada konteks dan kebutuhan unik dari setiap subjek.

Pada dasarnya, penelitian subjek tunggal melibatkan perlakuan di mana subjek ditempatkan dalam keadaan tanpa treatment atau intervensi, dan kemudian bergantian dengan periode di mana subjek menerima treatment atau intervensi. Pengukuran dilakukan secara berulang dengan interval waktu tertentu, seperti per minggu, per hari, atau per jam. Penelitian ini sangat terkait dengan observasi dan analisis perilaku subjek sebagai respons terhadap

perubahan kondisi tersebut (Yuwono, 2015).

## B. Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan desain A-B-A dalam kerangka *Single Subject Research*. Dalam desain A-B-A, perilaku yang menjadi fokus diukur secara berulang dalam tiga tahapan: pertama, kondisi *baseline* (A); kedua, kondisi intervensi (B); dan ketiga, kondisi di mana intervensi ditarik kembali ke keadaan awal atau *baseline* (A'). Desain A-B-A dirancang untuk menegaskan hubungan sebab-akibat yang lebih kuat antara variabel terikat dan variabel bebas. Pentingnya kondisi *baseline* dalam *Single Subject Research* terletak pada kemampuannya untuk memberikan perkiraan tentang bagaimana perilaku subjek dapat berkembang jika intervensi tidak diaplikasikan.

Agar data pada fase *baseline* dapat stabil, peneliti perlu mengumpulkan data setidaknya dalam 5 sesi sebelum intervensi diterapkan. Dalam konteks ini, pola sesi 5-10-5 akan digunakan oleh peneliti. Dengan demikian, desain penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih akurat dan komprehensif terhadap perubahan perilaku subjek sepanjang tahapan penelitian. Berikut ini merupakan skema desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini.

O Fase A	X Fase B	O Fase A'
-------------	-------------	--------------

Keterangan:

Fase A : Merupakan *baseline* (pengukuran) sebelum pemberian intervensi

Fase B : Merupakan pemberian intervensi SEFT

Fase A' : Merupakan *baseline* (pengukuran) setelah pemberian intervensi

Adapun perincian pelaksanaan penelitian dengan menggunakan pendekatan penelitian subyek tunggal dengan desain penelitian A-B-A' yaitu sebagai berikut:

1. **A (*Baseline-1*)** merupakan suatu kondisi awal stabilitas emosi subjek sebelum diberikan intervensi. Pengukuran pada fase ini dilakukan sebanyak 5 kali dengan durasi waktu yang disesuaikan kebutuhan (30 menit).

2. **B (Intervensi)** adalah suatu gambaran mengenai stabilitas emosi subjek ketika atau selama intervensi diberikan. Pada tahap ini subjek diberikan perlakuan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) secara berulang-ulang hingga didapatkan data yang stabil. Intervensi dilakukan sebanyak 21 kali. Setiap sesi memakan waktu 45 menit.
3. **A' (Baseline-2)** adalah pengamatan kembali terhadap stabilitas emosi subjek setelah intervensi selesai diberikan. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan persentase dengan melihat seberapa besar peningkatan stabilitas emosi pada subjek.

### **C. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian merujuk pada atribut, sifat, atau nilai yang dimiliki oleh individu, objek, atau aktivitas, dan mengalami variasi tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis dan disimpulkan (Ahyar, 2020).

Dalam konteks penelitian eksperimen, variabel dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel terikat adalah atribut yang dipengaruhi oleh variabel bebas, sementara variabel bebas adalah atribut yang memberikan pengaruh terhadap variabel terikat (Indra, 2021).

Penelitian ini melibatkan dua variabel utama:

1. Variabel bebas, yang dalam konteks penelitian subjek tunggal dikenal sebagai intervensi atau perlakuan, yaitu *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).
2. Variabel terikat, yang dalam penelitian subjek tunggal dikenal sebagai target behavior atau perilaku sasaran, yakni stabilitas emosi.

### **D. Definisi Operasional**

Penelitian seharusnya memperoleh ketertelusuran mengenai variabel-variabel yang akan diukur. Oleh karena itu, peneliti harus merinci definisi operasional untuk setiap variabel yang akan digunakan. Dengan demikian, berikut merupakan rincian definisi operasional untuk variabel-variabel yang relevan dalam kerangka penelitian ini:

#### **1. *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)**

Teknik Psikoterapi Kebebasan Spiritual Emosional (SEFT) merupakan



suatu pendekatan terapeutik yang memadukan *energy psychology* dengan kekuatan spiritual, dengan tujuan menghapus dan menjauhkan energi negatif dari tubuh. Hal ini bertujuan untuk memastikan kesehatan secara fisik dan mental seseorang melalui pelaksanaan tiga langkah esensial:

- a) Persiapkan diri dengan merenung secara khusyuk, tulus, dan penuh pasrah dalam doa.
- b) Terlibat sepenuhnya dengan merasakan sensasi ketidaknyamanan yang ada, kemudian arahkan perhatian pada lokasi yang terasa sakit.
- c) Teknik Tapping melibatkan tindakan mengetuk ringan menggunakan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di tubuh.

## **2. Stabilitas Emosi**

Stabilitas emosi adalah kemampuan seseorang untuk menjaga dan mengatur perasaan serta reaksi emosionalnya dalam berbagai situasi dan tekanan.

## **E. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Riset diadakan di *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang, yang terletak di Pakisaji, Malang, Jawa Timur.

### **2. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian direncanakan yaitu pada semester ganjil tahun ajaran 2023/2024.

## **F. Subjek Penelitian**

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode eksperimen *subject* tunggal dan diterapkan pada satu anak sebagai sampel penelitian. Adapun pemilihan subjek penelitian ini didasarkan pada dua kriteria, diantaranya:

1. Subjek penelitian adalah salah satu anak di *Home schooling* Cerdas Istimewa Malang yang memiliki kebutuhan khusus *tunalaras*.
2. Subjek penelitian memiliki usia di rentang sekolah dasar (SD).

## **G. Setting Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di dalam ruang kelas. Pengaturan di dalam kelas bertujuan untuk mengumpulkan data sebelum pemberian perlakuan, selama perlakuan diberikan, dan setelah perlakuan diberikan.

## **H. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Arikunto Suharsimi (2013), instrumen merujuk pada alat atau fasilitas yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data dengan tujuan membuat pekerjaan lebih efisien dan hasil lebih optimal, serta mempermudah proses pengolahan data. Oleh karena itu, instrumen penelitian dapat dianggap sebagai perangkat yang digunakan untuk menghimpun informasi.

Untuk memastikan akurasi dan keberlanjutan data yang dihimpun dalam tahap penelitian ini, beberapa metode pengumpulan data yang diterapkan melibatkan poin-poin berikut ini:

### **1. Observasi**

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nuriyati et al. (2022), pengamatan atau observasi dapat dianggap sebagai metode pengumpulan data yang mengimplikasikan pengamatan langsung terhadap aktivitas atau objek yang tengah berlangsung. Dalam kerangka penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan secara langsung dengan intervensi, menerapkan metode observasi terstruktur. Dalam metode ini, semua elemen pengamatan diatur sesuai dengan suatu kerangka kerja yang mencakup data yang sedang dicari melalui pengamatan langsung. Pada tahap intervensi, pengamatan dilakukan untuk mengamati stabilitas emosi subjek. Peneliti menggunakan daftar periksa yang telah disiapkan oleh *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang sebagai panduan dalam melakukan pengamatan. Daftar periksa dalam penelitian ini menurut (Muh. Masykur AG. 2011) mencakup hal-hal berikut:

**Tabel 3.1 Checklist Tunalaras**

<b>No</b>	<b>Karakteristik</b>	<b>Ya</b>	<b>Tidak</b>
1	Sering kehilangan kendali temperamen		
2	Sering memberi alasan terhadap orang yang lebih dewasa		
3	Sering menantang dan menjengkelkan masyarakat		
4	Sering menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuatnya		
5	Sering mudah tersinggung atau mudah menjengkelkan orang lain		
6	Sering marah dan menunjukkan kekesalan		
7	Sering berlaku dengki atau menunjukkan dendam		
8	Suka mengancam orang lain		
9	Suka memulai perkelahian		
10	Suka menggunakan senjata		
11	Suka mengganggu orang lain dan hewan secara fisik		
12	Suka mencuri dan berbohong		
13	Melakukan penyerangan secara seksual		
14	Suka merusak barang		
15	Keluar rumah pada saat		

	malam hari		
16	Meninggalkan rumah tanpa izin		
17	Menolak hadir di sekolah		

**Tabel 3.2 Checklist Stabilitas Emosi**

No	Karakteristik	Ya	Tidak
1	Kreatif		
2	Produktif		
3	Tidak mudah cemas dan frustasi		
4	Mandiri		
5	Memiliki semangat tinggi		
6	Konsentrasi dalam belajar		
7	Efisien bertindak		
8	Tidak mudah terganggu oleh stimulus dari luar		
9	Tidak mudah gaduh		
10	Berkarya		
11	Tidak mudah gelisah		
12	Tidak mudah tegang		
13	Tidak mudah marah		
14	Tidak mudah frustasi		
15	Berhati-hati		
16	Independent		
17	Efisien berperilaku		

## 2. Wawancara

Wawancara dilakukan dengan cara menggali informasi secara detail mengenai gangguan yang dialami oleh subjek sehingga antara observasi

dengan wawancara tidak terdapat kekliruan. Proses wawancara dilakukan dengan direktur *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang untuk menguatkan hasil observasi.

## **I. Prosedur Penelitian**

### **1. Fase *baseline* pertama (A1)**

Dalam fase ini, tujuan utamanya adalah untuk memahami kondisi awal stabilitas emosi subjek sebelum mereka menerima perlakuan. Peneliti melakukan pengamatan dengan menggunakan *checklist* untuk menilai stabilitas emosi subjek sebelum *intervensi SEFT (Spiritual Emosional Freedom Technique)* dilakukan. Fase ini diulangi sebanyak 5 kali, dengan durasi waktu sekitar 45 menit per sesi .)

### **2. Fase Intervensi**

Ditahap ini melibatkan Teknik SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*) yang dirancang untuk meningkatkan stabilitas emosi. Tujuan utamanya adalah agar subjek dapat memperkuat kontrol emosionalnya. Intervensi ini dilakukan sebanyak 21 sesi (sekitar 2 bulan dengan jadwal sehari intervensi kemudian sehari istirahat) dan disetiap sesinya berlangsung dengan durasi sekitar 45 menit.

### **3. Fase *baseline* kedua (A2)**

Mengulang kembali *baseline* pertama (A1), fase ini dilakukan setelah setelah fase intervensi. Pada fase ini subjek diobservasi dengan menggunakan *checklist*. Hal ini bertujuan untuk melihat stabilitas emosinya setelah diberikan intervensi.

## **J. Uji Validitas dan Reliabilitas**

Menurut (Sanaky, 2021) "valid menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dapat dikumpulkan oleh peneliti". Validitas merujuk pada tingkat kebenaran suatu konsep berdasarkan bukti yang ada, logika berpikir, atau kekuatan hukum; ini mencerminkan validitas dan keabsahan.

Dalam penelitian, teknik pengujian tidak hanya menggunakan validitas,

tetapi juga melibatkan reliabilitas. Menurut (Sugeng, 2014) Reliabilitas merujuk pada konsistensi atau kestabilan suatu instrumen penelitian dalam melakukan penilaian. Dengan kata lain, instrumen tersebut akan menghasilkan hasil yang relatif sama setiap kali digunakan.

Validitas dan Reliabilitas *checklist* pada penelitian ini sudah dibuktikan oleh *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang sejak tahun 2009 dan sampai saat ini masih digunakan.

### **1. Uji Validitas**

Validitas mencerminkan sejauh mana suatu instrumen mampu mengukur variabel yang diinginkan. Untuk menilai validitas suatu item instrumen, dapat dilakukan dengan membandingkan indeks korelasi menggunakan metode *Product Moment Spearman*, dengan tingkat signifikansi sebesar 5% (0,05).

### **2. Uji Reliabilitas**

Keandalan mengacu pada sejauh mana konsistensi atau kestabilan data dalam suatu periode waktu tertentu. Keandalan suatu item instrumen dapat diukur dengan koefisien reliabilitas minimal sebesar 0,6 (60%). Penilaian ini umumnya dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik seperti SPSS dengan menggunakan uji keandalan Alpha. Hasil evaluasi reliabilitas pada penelitian ini menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* mencapai 0,798, melebihi ambang batas 60% (0,6), sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut dapat dianggap konsisten dan andal.

## **K. Teknik Analisa Data**

Dalam proses penelitian ini, teknik yang diterapkan untuk menganalisis data adalah analisis deskriptif kuantitatif, fokus utamanya adalah pada data yang terkait dengan peningkatan stabilitas emosi. Menurut Rijali (2019), statistik deskriptif berperan sebagai "alat statistik yang digunakan untuk mengevaluasi

data dengan cara menggambarkan atau merinci data yang telah dikumpulkan tanpa bertujuan membuat kesimpulan yang berlaku secara umum atau generalisasi." Seluruh dataset yang terhimpun diorganisir, diproses, dan dipresentasikan dalam bentuk tabel dan grafik untuk memberikan gambaran singkat dan jelas mengenai suatu situasi atau peristiwa

Tabel digunakan untuk menyajikan skor rata-rata data pada tahap *baseline-1*, intervensi, dan *baseline-2*. Skor *baseline-1* diidentifikasi sebagai nilai pretest, sementara skor *baseline-2* dianggap sebagai nilai post-test. Hasil *pretest* dan post-test akan dianalisis berdasarkan skor dan persentase, kemudian keterampilan siswa akan diklasifikasikan dengan menggunakan pedoman penilaian yang telah dikemukakan oleh Maunah (2014):

$$NP = r/sm \times 100\%$$

Keterangan :

NP : Persentase pencapaian

R : Skor mentah

SM : Skor maksimum ideal

Selanjutnya, data hasil analisis persentase dikelompokkan ke dalam kategori-kategori menggunakan pedoman penilaian yang tertera pada tabel berikut:

**Tabel 3.3 Kategori Presentase Hasil Analisis**

Tingkat Penguasaan (%)	Kategori/Predikat
81-100	Sangat Baik (SB)
61-80	Baik (B)
41-60	Cukup (C)
21-40	Rendah (R)
1-20	Rendah Sekali (RS)

Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengenali target perubahan. Salah satu metode analisis umum yang diterapkan disebut sebagai inspeksi visual. Penelitian ini terdiri dari beberapa elemen, yakni (1) jumlah data dalam setiap kondisi, yang dikenal sebagai Panjang Kondisi, (2) tingkat stabilitas dan perubahan data, dan (3) tren arah grafik. Analisis dalam kondisi melibatkan enam komponen, yaitu (1) Panjang Kondisi, (2) tren arah, (3) tingkat stabilitas, (4) tingkat perubahan, (5) jejak data, dan (6) rentang. Setelah langkah-langkah analisis dalam kondisi diuraikan, format dan teknik analisis dalam kondisi dapat dikembangkan untuk menganalisis data subjek.

Dalam pengujian ini, digunakan uji t. Pemilihan uji ini disebabkan oleh fakta bahwa uji t merupakan alat uji yang mengukur keseimbangan dua distribusi populasi. Uji t ini dimanfaatkan untuk menentukan apakah ada perbedaan antara kondisi sebelum dan sesudahnya. Proses uji t dilakukan dengan membandingkan perbedaan antara dua nilai rata-rata dengan Standar Error dari perbedaan rata-rata sampel. Standar Error perbedaan dalam nilai rata-rata didistribusikan secara normal. Jadi, uji t-test beda bertujuan untuk membandingkan rata-rata dua kelompok yang tidak memiliki hubungan satu sama lain, untuk menentukan apakah kedua kelompok tersebut memiliki nilai rata-rata yang signifikan secara berbeda atau tidak. Analisis ini kemudian diperkuat dengan uji regresi untuk mengukur sejauh mana pengaruh yang terjadi.

Kemudian diperkuat dengan uji wilcoxon. Uji wilcoxon merupakan uji nonparametris yang digunakan untuk mengukur perbedaan 2 kelompok data berpasangan berskala ordinal atau interval tetapi data berdistribusi tidak normal. Uji ini juga dikenal dengan nama uji match pair test.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan Penelitian

##### 1. Gambaran Lokasi Penelitian

*Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang bertindak sebagai wadah komprehensif untuk mengelola serta mengembangkan anak-anak dengan kebutuhan khusus, dikenal sebagai *special needs*. Seiring berjalannya waktu, *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang telah menggeluti berbagai inisiatif, termasuk menyelenggarakan pelatihan pengembangan individu, memberikan pelayanan konsultasi, dan menyediakan rehabilitasi psikologis. Dalam upaya memberikan terapi dan konsultasi, *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang menetapkan klinik psikologi yang berlokasi di Pakisaji sebagai tempat khusus. Klinik ini berfokus pada pelayanan untuk pasien, sebagian besar di antaranya adalah anak-anak dengan kebutuhan khusus, serta masyarakat umum yang mengalami gangguan patologis. Pendekatan ini mencerminkan komitmen *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang dalam memberikan perhatian holistik dan terarah bagi perkembangan dan pemulihan anak-anak yang membutuhkan dukungan khusus.

*Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang membedakan diri sebagai lembaga yang dikatakan sebagai pendidikan jalur khusus yang dirancang untuk merespons kebutuhan anak-anak berkebutuhan khusus (ABK). Layanan di kliniknya tersedia setiap Selasa, Kamis, dan Sabtu dari pukul 09.00 hingga 12.00. Selain itu, *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang menjalankan jadwal seolah-olah seperti sekolah konvensional, yakni dari hari Senin hingga Jumat pukul 08.00 hingga 12.00. Di samping proses pembelajaran, terdapat komponen psikoedukasi serta evaluasi hasil belajar siswa yang disampaikan kepada orang tua seminggu sekali. Anak-anak di *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang mencakup beragam kelompok dengan kebutuhan khusus yang berbeda-beda.

Tiga kelas berbeda telah diorganisir di *Home Schooling* Cerdas

Istimewa Malang untuk memenuhi kebutuhan pendidikan siswa berkebutuhan khusus. Pertama, ada Kelas Psikoedukasi, yang menawarkan pembelajaran keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung. Kedua, Kelas Intervensi menyediakan berbagai metode terapi untuk mendukung perkembangan siswa. Terakhir, Kelas Bakat dan Minat didesain untuk mengoptimalkan potensi dan kecenderungan khusus yang dimiliki oleh siswa.

Di *Home Schooling* Cerdas Istimewa Malang, beberapa siswa berkebutuhan khusus, seperti mereka yang mengalami autisme, ADHD, tunalaras, sindrom Down, gangguan pendengaran, dan lain sebagainya, menerima layanan yang sesuai dengan kondisi mereka. Pendekatan utama yang diterapkan di lembaga ini adalah psiko-neuro-pedagogik, yang terdiri dari enam langkah. Tahap-tahap tersebut mencakup pemeriksaan psikologis, terapi dan intervensi, modifikasi perilaku, psikoedukasi, optimalisasi bakat dan minat, serta pengaturan gizi. Dengan demikian, pendekatan holistik ini didesain untuk memahami dan merespon kebutuhan individual siswa berkebutuhan khusus secara komprehensif.

## **2. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di *Home schooling* Cerdas Istimewa Malang yang beralamat di Pakisaji, Malang. Penelitian dilakukan mulai tanggal 26 Oktober 2023 hingga 07 Desember 2023. Pemberian intervensi sebanyak 21 sesi. Peneliti sebagai pemberi intervensi kepada subjek di ruang kelas setelah kegiatan belajar mengajar dengan SEFT untuk meningkatkan stabilitas emosi subjek.

## **3. Jumlah Subjek Penelitian**

Peneliti memanfaatkan metode Subjek Tunggal atau yang dikenal sebagai *Single Subject Research* (SSR). Rancangan subjek tunggal merupakan suatu bentuk eksperimen penelitian yang difokuskan pada subjek dengan jumlah yang relatif kecil, bahkan mungkin hanya satu individu. Penelitian menggunakan subjek tunggal ini merupakan suatu pendekatan eksperimental yang bertujuan untuk mengeksplorasi dampak perlakuan atau tindakan yang diberikan kepada subjek secara berulang

dalam periode waktu tertentu. Fokus penelitian ini adalah untuk menilai apakah penerapan SEFT dapat memberikan dampak signifikan terhadap stabilitas emosi subjek, yang diberikan secara berulang dalam rangkaian waktu tertentu dalam penelitian ini.

#### **4. Hambatan Dalam Pelaksanaan Penelitian**

Sejumlah tantangan muncul selama penelitian yang dialami peneliti, yang melibatkan faktor-faktor berikut:

- a. Suasana lingkungan yang tidak mendukung dapat memengaruhi konsentrasi subjek.
- b. Ketika suasana hati subjek sedang tidak baik, hal ini dapat memengaruhi pelaksanaan intervensi.

### **B. Hasil Penelitian**

#### **1. Deskripsi Subjek Penelitian**

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa *tunalaras* yang berada di *Home schooling* Cerdas Istimewa Malang berjumlah satu orang. Adapun identitas dan karakteristik subyek yakni sebagai berikut:

- a. Identitas Subjek
  - Nama : F
  - Usia : 8 Tahun
  - Kelamin : Laki-laki
- b. Karakteristik Subjek

##### 1) Karakter Fisik dan Perilaku

Secara fisik F nampak seperti anak normal lainnya. Namun F merupakan anak *tunalaras* yang memiliki ciri-ciri perilaku yang berbeda dengan anak pada umumnya antara lain: 1) Kesulitan berkomunikasi. Subjek mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, termasuk kesulitan berbicara, memahami bahasa, atau berkomunikasi secara sosial. 2) Keterbatasan dalam berinteraksi sosial. Subjek memiliki kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, membentuk hubungan sosial, atau memahami ekspresi wajah dan emosi orang lain. 3) Minat yang terbatas. Subjek cenderung

memiliki minat yang sangat terfokus pada topik atau aktivitas tertentu dan kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan. 4) Perilaku repetitive mencakup aktivitas yang berulang-ulang, seperti mengatur mainan atau mengulang kalimat atau kata tertentu. 5) Sensitivitas terhadap perubahan rutinitas lingkungan seringkali sulit bagi subjek dengan *tunalaras*.

## 2) Karakteristik Sosial dan Emosi

Karakteristik sosial F mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial dan membentuk hubungan sosial yang mendalam. Subjek tidak mampu memahami kode sosial yang umumnya dipahami oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, gestur tubuh, dan intonasi suara. Kesulitan membaca ekspresi emosi orang lain juga sering terjadi, yang dapat menyebabkan kesulitan dalam memahami perasaan orang lain dan meresponsnya secara tepat. Dalam hal karakteristik emosi, sensitivitas sensorik yang meningkat memengaruhi emosi subjek, dan subjek kesulitan dalam mengungkapkan emosi mereka dengan kata-kata atau bahasa tubuh. Reaksi terhadap perubahan rutinitas atau lingkungan juga seringkali menjadi ciri khas subjek, dengan perubahan dapat memicu kecemasan atau frustrasi.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

### a. Baseline 1 (Stabilitas Emosi Subjek Sebelum Diberikan Intervensi)

Pelaksanaan tahap awal, yang disebut sebagai baseline 1, bertujuan untuk menghimpun informasi awal tentang stabilitas emosional subjek. Hasil dari tahap baseline 1 ini digunakan sebagai dasar untuk pelaksanaan intervensi dan juga sebagai data perbandingan, baik dengan hasil intervensi maupun dengan baseline 2. Pelaksanaan baseline 1 dilakukan dalam lima sesi sebagai langkah awal. Untuk memperinci hasil data dari baseline 1 subjek dengan lebih jelas, berikut ini disajikan sebuah tabel yang memvisualisasikan data hasil dari tahap baseline 1 berikut ini:

**Tabel 4.1 Hasil Besline 1**

No	Sesi	Skor	Ketercapaian	Kategori
1	I	2	11.76 %	Rendah Sekali
2	II	2	11.76 %	Rendah Sekali
3	III	2	11.76 %	Rendah Sekali
4	IV	3	17.64 %	Rendah Sekali
5	V	3	17.64 %	Rendah Sekali
	<b>Rerata</b>	<b>2.4</b>	<b>14.11 %</b>	<b>Rendah Sekali</b>

Tabel tersebut dapat digunakan dalam meninjau lebih lanjut terkait dengan skor yang diperoleh subjek dalam stabilitas emosi sebelum dilaksanakan tindakan adalah 2.4 dengan nilai pencapaian 14,11% dan termasuk dalam kategori rendah sekali.

**b. Intervensi (Stabilitas Emosi Subjek Saat Diberikan Intervensi)**

Pelaksanaan intervensi dalam penelitian ini berlangsung selama 21 pertemuan dengan fokus pada penerapan SEFT. Dalam melaksanakan intervensi, peneliti tidak hanya memberikan perhatian khusus pada subjek, tetapi juga secara bersamaan melakukan pengamatan terhadap respons mereka. Langkah-langkah pelaksanaan intervensi dimulai dengan tahap persiapan, yang melibatkan kondisioning subjek untuk menciptakan lingkungan yang optimal. Selanjutnya, peneliti secara aktif menerapkan teknik SEFT kepada subjek, mengarahkan mereka ke proses perbaikan emosional. Ini menjadi aspek penting dalam upaya untuk meningkatkan stabilitas emosi anak tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa Malang.

**Tabel 4.2 Hasil Intervensi**

No	Sesi	Skor	Ketercapaian	Kategori
1	I	6	35.29 %	Rendah
2	II	6	35.29 %	Rendah
3	III	6	35.29 %	Rendah

4	IV	10	58.82 %	Cukup
5	V	12	70.58 %	Baik
6	VI	6	35.29 %	Rendah
7	VII	10	58.82 %	Cukup
8	VIII	12	70.58 %	Baik
9	IX	6	35.29 %	Rendah
10	X	10	58.82 %	Cukup
11	XI	12	70.58 %	Baik
12	XII	6	35.29 %	Rendah
13	XIII	10	58.82 %	Cukup
14	XIV	12	70.58 %	Baik
15	XV	6	35.29 %	Rendah
16	XVI	10	58.82 %	Cukup
17	XVII	10	58.82 %	Cukup
18	XVIII	10	58.82 %	Cukup
19	XIX	12	70.58 %	Baik
20	XX	12	70.58 %	Baik
21	XXI	12	70.58 %	Baik
	<b>Rerata</b>	<b>9.3</b>	<b>55.70 %</b>	<b>Cukup</b>

Data pada tabel menggambarkan skor stabilitas emosi subjek selama pelaksanaan tindakan, mencapai 9.3 dengan tingkat pencapaian sebesar 55,70%, terkategori sebagai tingkat yang memadai.

**c. Baseline 2 (Stabilitas Emosi Subjek Sesudah Diberikan Intervensi)**

Baseline 2 diterapkan untuk menghimpun informasi mengenai stabilitas emosional subjek setelah menjalani intervensi. Proses Baseline 2 ini dilakukan sebanyak lima kali pengamatan. Pada tahap ini, subjek diminta untuk melengkapi *checklist* stabilitas emosi yang terdiri dari 17 poin, mirip dengan *checklist* pada fase baseline 1. Hasil pengukuran terhadap perilaku yang menjadi fokus, yaitu stabilitas emosi

subjek, menunjukkan data pada sesi pertama sebesar 82,35%, mengalami peningkatan pada sesi kedua dengan mencapai 82,35%. Begitu pula pada sesi ketiga yang mencapai 94,11%, dan konsisten pada sesi keempat dan kelima, masing-masing sebesar 94,11%.

**Tabel 4.3 Hasil Baseline 2**

No	Sesi	Skor	Ketercapaian	Kategori
1	I	14	82.35 %	Sangat Baik
2	II	14	82.35 %	Sangat Baik
3	III	16	94.11 %	Sangat Baik
4	IV	16	94.11 %	Sangat Baik
5	V	16	94.11 %	Sangat Baik
	<b>Rerata</b>	<b>15.2</b>	<b>89.41 %</b>	<b>Sangat Baik</b>

Tabel di atas menunjukkan bahwa skor yang diperoleh subjek dalam stabilitas emosi pada baseline 2 adalah 15.2 dengan nilai pencapaian 89,41% dan termasuk dalam kategori sangat baik.

### 3. Analisa Data

Penelitian ini memanfaatkan analisis data berupa statistik deskriptif yang fokus pada interpretasi grafik. Adapun hipotesis yang diajukan bertujuan untuk menguji dampak SEFT terhadap stabilitas emosional anak tunalaras di *Home schooling* Cerdas Istimewa Malang. Berbagai langkah pengejian pada hipotesis yang didapatkan melalui pemeriksaan hasil dari subjek pada kedua fase baseline.

**Tabel 4.4 Perkembangan Stabilitas Emosi**

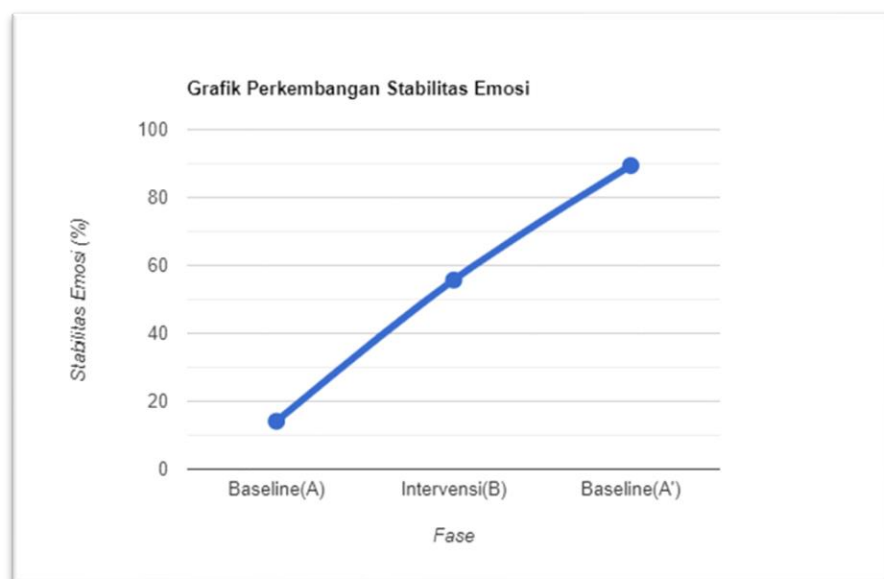
Fase	Sesi	Skor	Ketercapaian	Rata-Rata
<b>Baseline A</b>	I	2	11.76 %	<b>14.11 % Rendah Sekali</b>
	II	2	11.76 %	

	III	2	11.76 %	
	IV	3	17.64 %	
	V	3	17.64 %	
<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>	<b>Ketercapaian</b>	<b>Rata-Rata</b>
<b>Intervensi B</b>	I	6	35.29 %	<b>55.70 % Cukup</b>
	II	6	35.29 %	
	III	6	35.29 %	
	IV	10	58.82 %	
	V	12	70.58 %	
	VI	6	35.29 %	
	VII	10	58.82 %	
	VIII	12	70.58 %	
	IX	6	35.29 %	
	X	10	58.82 %	
	XI	12	70.58 %	
	XII	6	35.29 %	
	XIII	10	58.82 %	
	XIV	12	70.58 %	
	XV	6	35.29 %	
	XVI	10	58.82 %	
	XVII	10	58.82 %	
	XVIII	10	58.82 %	
	XIX	12	70.58 %	
	XX	12	70.58 %	
	XXI	12	70.58 %	
<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>	<b>Ketercapaian</b>	<b>Rata-Rata</b>
<b>Baseline A'</b>	I	14	82.35 %	<b>89.41 % Sangat Baik</b>
	II	14	82.35 %	
	III	16	94.11 %	
	IV	16	94.11 %	
	V	16	94.11 %	



Tabel yang terlampir menjelaskan nilai yang dicapai oleh subjek selama Pada fase atau periode baseline 1 (A), fase yang disebut intervensi (B), dan fase baseline 2 (A'). Setelah dilakukan analisis dan perhitungan, ditemukan bahwa rerata nilai dari dihitung pada subjek pada fase baseline 1 adalah 14,11%, sementara rata-rata nilai pada fase baseline 2 mencapai 89,41%. Dari data ini, dapat disimpulkan bahwa implementasi intervensi SEFT berhasil meningkatkan stabilitas emosi anak *tunalaras* di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang.

**Grafik 4.1 Perkembangan Stabilitas Emosi**



**Tabel 4.5 Hasil Uji t Stabilitas Emosi**

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Baseline A	2.40	5	.548	.245
	Baseline A <sup>1</sup>	15.20	5	1.095	.490

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Baseline A – Baseline A <sup>1</sup>	-12.800	.837	.374	-13.839	-11.761	-34.209	4	.000

### Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	5	.667	.009

### Hasil Uji Wilcoxon

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	5 <sup>b</sup>	3.00	15.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	5		

- a. Posttest < Pretest
- b. Posttest > Pretest
- c. Posttest = Pretest

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Posttest - Pretest
Z	-2.041 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

Berdasarkan analisis yang tercantum dalam tabel 4.5, dapat diidentifikasi bahwa nilai rata-rata (*mean*) baseline A adalah sebesar 2,40, sedangkan nilai rata-rata baseline A<sup>1</sup> mencapai 15,20. Terlihat bahwa terdapat perbedaan deskriptif dalam nilai rata-rata stabilitas emosi antara baseline A dan baseline A<sup>1</sup>, dimana nilai stabilitas emosi pada baseline A lebih rendah dibandingkan dengan baseline A1 (2,40 < 15,20).

Uji t menunjukkan nilai thitung sebesar -34,209, yang melebihi nilai ttabel (df=4). Karena rata-rata stabilitas emosi pada baseline A lebih rendah daripada rata-rata stabilitas pada baseline A<sup>1</sup>, nilai thitung negatif dalam konteks ini memiliki makna positif, yakni 34,209 (34,209 > 2,776), dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 (0,000 < 0,005). Selain itu, hasil korelasi menunjukkan pengaruh sebesar 0.667 dan hasil uji wilcoxon menunjukkan

hasil 0,000. Dengan demikian,  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, mengindikasikan adanya perbedaan rata-rata stabilitas emosi antara baseline A dan baseline A<sup>1</sup>, serta menegaskan bahwa penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) berpengaruh terhadap tingkat stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe *tunalaras* di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang.

#### **4. Pembahasan Penelitian**

Melalui hasil penelitian yang disebutkan, dapat ditemukan bahwa subjek mengalami peningkatan kemampuan dalam stabilitas emosi. Kemampuan berupa stabilitas emosi tersebut mengalami kenaikan pada fase baseline 1, intervensi, dan baseline 2. Hal tersebut didasarkan pada hasil uji t yang diketahui bahwa nilai thitung yang berjumlah -34,209 sehingga lebih besar dari ttabel (df=4). Namun, nilai rata-rata stabilitas emosi baseline 1 lebih rendah dari rata-rata stabilitas emosi baseline 2. Maka dari itu, ada kasus ini nilai thitung yang bernilai negative dapat diartikan sebagai positif, yaitu nilainya menjadi 34,209 ( $34,209 > 2,776$ ) dan signifikansi sebesar 0,000 ( $0,000 < 0,005$ ). Hal tersebut dapat diartikan, bahwa  $H_0$  tidak diterima atau ditolak, sedangkan  $H_1$  dapat dianggap diterima. Sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat perbedaan rata-rata di antara stabilitas emosi baseline 1 dengan baseline 2, beserta adanya pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang memiliki pengaruh terhadap stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus, terutama pada tipe *tunalaras* di *Homeschooling* Cerdas Istimewa Malang. Melalui berbagai temuan tersebut, ditemukan bahwa satu lajur dengan teori yang ada dalam penelitian (Suhermi, 2017), bahwa stabilitas emosi dapat ditingkatkan melalui penerapan intervensi SEFT.

Anak-anak *Tunalaras* memiliki hambatan atau gangguan terkait dengan emosi beserta perilaku yang dianggap berlainan secara berlebihan. Maka dari itu, tak mengherankan apabila banyak yang menjadi sulit untuk berinteraksi secara baik, terutama di lingkungan sosial. Selain itu, mereka juga dapat disebut sebagai anak yang memiliki sifat anti sosial, sehingga

melalui hal tersebut, mereka belum mampu menentukan atau menempatkan diri secara tepat dan baik di antara Masyarakat (Badriyah, 2020). Maka dari itu, anak yang memiliki gangguan seperti tunalaras, dapat dibuat asumsi bahwa disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu faktor psikologi, neurologi, serta pedagogi. Anak-anak seperti ini juga perlu pelayanan Pendidikan secara khusus, terutama dalam permasalahan emosi beserta perilaku dalam proses pembelajaran di sekolah.

Anak-anak tunalaras yang memiliki permasalahan utama yang terkait dengan ketidakmampuannya dalam pengontrolan emosi, secara umum dapat ditinjau bahwa mereka mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Penyesuaian diri yang dimaksud merupakan adaptasi di lingkungan sosial yang mengarah kepada kualitas kestabilan emosi individu. Selain itu, terdapat pula fakta bahwa anak-anak tunalaras pada Homeschooling Cerdas Istimewa Malang disetujui bahwa memiliki permasalahan terkait dengan pengontrolan emosi yang baik.

Pemberian pelayanan yang baik adalah hak setiap anak termasuk juga ABK/peserta didik berkelainan. Kesetaraan yang merata adalah bentuk kepedulian terhadap anak berkebutuhan khusus. Allah berfirman dalam surat Al-Anfal ayat 28 yang artinya di bawah ini:

“Dan ketahuilah bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan dan sesungguhnya di sisi Allah ada pahala yang besar.”

Berdasarkan referensi Alquran di atas, terlihat bahwa hak dan posisi yang setara dalam kehidupan, terutama hak untuk mendapatkan pelayanan yang memadai, juga diterapkan pada anak-anak dengan keberagaman.

Keseimbangan emosi dapat dianggap sebagai tingkat di mana seseorang mampu menjaga ketenangan dan menghindari perasaan negatif (Syaroh, 2019). Stabilitas emosi merupakan aspek kepribadian yang mengarah pada pola pikir positif, menciptakan kondisi di mana seseorang dapat tetap tenang dan menghindari pengaruh perasaan negatif.

SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) merupakan metode intervensi yang sangat sesuai untuk diterapkan pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), termasuk mereka yang mengalami tunalaras. Pendekatan

SEFT mengintegrasikan aspek Neurologi, Psikologi, dan Pembelajaran secara holistik, yang secara komprehensif menangani tantangan yang dihadapi oleh Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Penerapan SEFT dianggap sebagai solusi terbaik karena memungkinkan subjek untuk tidak melakukan tindakan apapun, dengan terapis yang bertanggung jawab melakukan prosedur SEFT untuk mengatasi masalah yang ada.

SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) menawarkan pendekatan inovatif yang menggabungkan elemen-elemen spiritual, emosional, dan kebebasan secara menyeluruh. Pendekatan ini memberikan keleluasaan bagi anak berkebutuhan khusus, khususnya yang memiliki tantangan tunalaras, untuk mengatasi permasalahan mereka tanpa harus aktif terlibat dalam prosesnya. Dengan demikian, SEFT memberikan kemudahan bagi anak-anak tersebut untuk mendapatkan bantuan tanpa merasa terbebani dengan tindakan yang harus mereka lakukan sendiri.

SEFT, atau Spiritual Emotional Freedom Technique, merupakan sintesis unik antara konsep sistem energi tubuh dan dimensi spiritualitas, diintegrasikan melalui kalimat doa dan penggunaan metode ketukan pada titik-titik meridian tubuh. Pendekatan ini didesain untuk merangsang dan mengaktifkan jalur energi tubuh, menciptakan efek relaksasi yang mempengaruhi perbaikan sistem neurologi, psikologis, dan kemampuan belajar (Muh. Masykur AG, 2011). Dengan kata lain, SEFT menggabungkan aspek fisik dan spiritual untuk mencapai keseimbangan energi tubuh, menghasilkan efek positif pada berbagai aspek kesehatan dan kesejahteraan. Pendekatan ini mencerminkan harmoni antara dimensi material dan spiritual, menawarkan pendekatan holistik yang dapat memberikan manfaat bagi berbagai aspek kehidupan individu.

Sistem Energi Fokus Terapeutik (SEFT) mengusung gagasan bahwa ketidakseimbangan dalam sistem energi tubuh dapat menyebabkan perasaan negatif, dan untuk mengatasi hal ini, gangguan energi perlu diatasi melalui SEFT. Sumbatan energi pada titik-titik kunci tubuh dapat dibebaskan melalui teknik tapping, yaitu mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada area tubuh tertentu sambil mengucapkan doa. Melalui pendekatan ini, aliran

energi yang terhambat dapat mengalir dengan lancar. Menariknya, penelitian ilmiah menunjukkan bahwa proses penyembuhan berhasil ketika doa digabungkan dengan tapping, memberikan dasar ilmiah pada efektivitasnya. SEFT, melalui tapping pada jalur energi meridian, bertujuan untuk menetralkan gangguan dalam sistem energi tubuh, menciptakan kondisi penyembuhan yang optimal. Pendekatan ini menyelaraskan energi tubuh, membuktikan keberhasilannya secara ilmiah dalam mendukung proses penyembuhan.

Peran orang tua sebagai pendidik memang sangat penting, sebagaimana ditekankan dalam Alquran. Dinyatakan secara eksplisit bahwa orang tua harus merawat anak-anak mereka tanpa merasa terbebani oleh mereka. Setiap orang tua memegang tanggung jawab unik terhadap anak-anak mereka. Terlepas dari keunikan setiap anak, penting bagi setiap orang tua untuk menerima mereka dengan sepenuh hati tanpa mengeluh. Tiap anak dianggap sebagai ujian bagi kedua orang tua, dan cara mereka menghadapi serta mendidik anak-anak mereka menghadapi tantangan tersebut dapat sangat beragam.

Periode masa anak-anak merupakan fase yang membutuhkan dorongan dan dukungan aktif dari orang tua. Proses perkembangan yang dialami oleh setiap anak bersifat unik dan dipengaruhi oleh karakteristik individu yang berkembang seiring waktu. Masa peka dalam perkembangan anak mencerminkan kematangan fungsi fisik dan psikologis yang memungkinkan mereka merespons stimuli dari lingkungan sekitar. Tahap ini juga menjadi dasar penting bagi perkembangan berbagai aspek, termasuk kognitif, motorik, bahasa, sosio-emosional, agama, dan moral.

Kesadaran akan pentingnya masa peka ini menunjukkan bahwa orang tua perlu secara proaktif mengarahkan potensi anak sejak dini. Langkah ini bertujuan untuk memastikan bahwa bakat dan kualitas bawaan yang dimiliki oleh setiap anak dapat dipandu menuju arah yang positif. Dengan memahami peran krusial masa anak-anak dan memberikan dukungan yang sesuai, orang tua dapat membantu mengoptimalkan perkembangan holistik anak dalam berbagai aspek kehidupan mereka.

Dapat ditemukan pada hal-hal yang telah disebutkan, bahwa Home schooling Cerdas Istimewa Malang yang diisi oleh seorang siswa dengan hambatan pada stabilitas emosi. Hal tersebut terjadi pada usia kronologis 8 tahun dengan mental anak usia 4 tahun. Maka dari itu, melalui pengamatan selama sebelum pemberian intervensi dalam hasil penelitian berupa observasi, ditemukan bahwa subjek pada fase baseline 1 atau disebut juga sebagai periode sebelum pemberian intervensi. Namun, faktanya stabilitas emosi pada subjek yang dianggap terlalu rendah.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilaksanakan, ditemukan bahwa intervensi melalui penerapan SEFT memberikan dampak positif. Hal ini tergambar dari perubahan grafik perilaku subjek, di mana pada fase baseline A, angka sebesar 14,11%, sedangkan pada fase intervensi mencapai 55,70%, dan pada fase baseline A' mencapai 89,41%. Data tersebut menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan stabilitas emosional subjek. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak SEFT dalam meningkatkan kemampuan stabilitas emosi anak Tunalaras. Peningkatan kemampuan tersebut tercermin dalam kemampuan subjek dalam mengatur emosinya dalam aktivitas sehari-hari. Analisis data menggambarkan bahwa penerapan SEFT dapat secara positif mempengaruhi stabilitas emosional subjek, mencerminkan manfaat intervensi tersebut dalam meningkatkan keseimbangan emosional pada anak Tunalaras.

Pada fase baseline A stabilitas emosi subyek hanya 14,11 %. Subyek ditemukan melewati pengalaman terkait dengan peningkatan kapabilitas dalam stabilitas emosi, termasuk pada periode intervensi. Sehingga dapat ditinjau bahwa hasil presentase yang dihitung sesuai dengan periode intervensi, bahwa fase atau periode tersebut ditemukan lebih tinggi dari fase baseline A. Namun, meninjau fase baseline A' yang telah diintervensi sehingga dihasilkan peningkatan kemampuan stabilitas emosi yang disebabkan oleh fase yang terjadi setelah fase intervensi. Selain itu, peningkatan kemampuan stabilitas emosi dapat dilihat dari hasil persentase pada fase baseline A' yaitu 89,41 %.

Pengamatan perilaku target dilakukan hingga mendapatkan data yang konsisten, setelah itu dilanjutkan ke fase selanjutnya. Pada fase intervensi dan baseline A', tingkat stabilitas tercermin dari data yang telah menunjukkan kestabilan, sementara pada fase baseline A, data yang terkumpul belum mencapai tingkat kestabilan. Melalui analisis uji t dan observasi pergerakan grafik yang menunjukkan peningkatan, terdapat perubahan yang signifikan dalam peningkatan kemampuan stabilitas emosional subjek. Peningkatan ini tercermin dalam kemampuan subjek untuk mengelola emosi mereka dalam aktivitas sehari-hari, menunjukkan adanya peningkatan yang nyata. Temuan ini menyajikan bukti yang kuat bahwa penerapan SEFT efektif dalam meningkatkan kemampuan stabilitas emosi pada anak tunalaras. Dengan demikian, metode intervensi ini dapat dianggap sebagai langkah yang berhasil dalam membantu anak tunalaras mengembangkan keterampilan regulasi emosi mereka.

## **5. Keterbatasan Penelitian**

Melalui penelitian tersebut dapat ditinjau bahwa terdapat keterbatasan yang dapat ditemukan bahwa adanya hal-hal yang dapat memengaruhi hasil penelitian, namun belum sempat diperhitungkan. Hal-hal tersebut yang dapat diidentifikasi, diantaranya; data di kelas yang berpengaruh pada Tingkat konsentrasi subjek, serta efektivitas waktu penelitian yang dilaksanakan. Sehingga suasana kelas pada anak-anak berkebutuhan khusus tersebut menjadi kurang kondusif. Bahkan dianggap menjadi mudah terganggu dikarenakan stimulus lainnya disertai subjek yang mudah terganggu atau tertarik pada aktivitas-aktivitas yang dilakukan siswa lain. meskipun pembelajaran yang dilakukan tersebut bersifat walaupun privat.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Merujuk pada hasil penelitian pada baseline A, intervensi, serta baseline A', sehingga dapat ditemukan kesimpulan, bahwa:

1. Stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras sebelum pemberian intervensi memiliki nilai rata-rata (*mean*) baseline A sebesar 2,40 atau 14,11% dan termasuk dalam kategori rendah sekali.
2. Stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras sesudah pemberian intervensi memiliki nilai rata-rata (*mean*) baseline A' sebesar 15,20 atau 89,41% dan termasuk dalam kategori sangat baik.
3. Terdapat pengaruh antara *Spiritual Emotional Freedom technique* (SEFT) terhadap stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras memiliki nilai 34,209 ( $34,209 > 2,776$ ). Selain itu, juga ditemukan signifikansi pada t sebesar 0,000 ( $0,000 < 0,005$ ). Sedangkan hasil korelasi menunjukkan nilai pengaruh sebesar 0.667 dan hasil uji wilcoxon menunjukkan hasil 0,000. Maka dari itu dapat disebutkan, bahwa pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) memberikan pengaruh signifikan terhadap stabilitas emosi anak berkebutuhan khusus tipe tunalaras di Homeschooling Cerdas Istimewa Malang.

#### **B. Saran**

Peninjauan melalui penelitian ini ditemukan berbagai saran yang dapat diimplementasikan sebagai berikut:

1. Saran Untuk Subjek

Dapat meneruskan kegiatan ini untuk menjaga kemampuan stabilitas emosinya. Subjek diharapkan dapat menjadikan kegiatan ini sebagai rutinitas yang berkelanjutan dalam menjaga kemampuan stabilitas emosinya. Konsistensi dalam menerapkan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) atau metode lain yang terbukti efektif bagi subjek dapat membawa dampak positif jangka panjang. Subjek juga dapat mencari dukungan tambahan seperti kelas relaksasi atau konseling, yang

dapat memperkuat upaya dalam menjaga keseimbangan emosional.

2. Saran Teruntuk Pihak Guru dan Sekolah

Untuk melanjutkan intervensi SEFT sebagai salah satu referensi untuk meningkatkan kemampuan stabilitas emosi anak *tunalaras*. Pihak guru dan sekolah disarankan untuk terus melibatkan intervensi SEFT sebagai bagian integral dari pendekatan pembelajaran anak *tunalaras*. Perluasan pelatihan kepada guru tentang teknik SEFT dan penerapannya di dalam kelas dapat meningkatkan efektivitas intervensi tersebut. Selain itu, melibatkan orang tua dalam pemahaman dan pelaksanaan SEFT di rumah juga dapat memperkuat dampak positifnya. Pihak sekolah sebaiknya memberikan dukungan dan fasilitas yang dibutuhkan untuk melaksanakan intervensi ini secara konsisten.

3. Saran Bagi Penelitian Lebih Lanjut

Terdapat variasi subjek dari segi usia, gender dan variasi kegiatan. Serta untuk mengambil aspek lain yang terdapat pada anak *tunalaras*. Penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi variasi subjek anak *tunalaras* dari segi usia, gender, dan kegiatan yang mereka ikuti. Mengidentifikasi faktor-faktor ini dapat memberikan wawasan lebih dalam tentang bagaimana karakteristik individu memengaruhi respons terhadap intervensi SEFT. Penelitian juga sebaiknya memperluas cakupannya untuk menggali aspek-aspek lain yang mungkin memengaruhi stabilitas emosional anak *tunalaras*, seperti dukungan sosial, lingkungan rumah, atau pengalaman trauma. Hal ini akan memberikan landasan yang lebih kokoh untuk pengembangan strategi intervensi yang lebih spesifik dan efektif bagi *tunalaras*.

## DAFTAR PUSTAKA

- 'Izzah, N. M. (2022). *Penerimaan Diri Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus ( Abk ) Di Sekolah Luar Biasa ( Slb ) Putra*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/39822/7/18410207.pdf>
- Abdullah, & Nandiyah. (2013). Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus. *Magistra*, 25(86), 1–10.
- Ag, M. (2014). *Efektivitas senam otak (brain gym) dan seft (spiritual emotional freedom technique) untuk mengatasi masalah anak attention deficit hyperactivity disorder (adhd): intervensi neuro-psiko-pedagogik*.
- Agres. (2006). *Ahmad Faiz Zainuddin, SEFT Cara Tercepat Dan Termudah Mengatasi Berbagai Masalah Fisik Dan Emosi , ( Jakarta : PT Arga Publishing, 2006) hlm.15 1 10*. 10–34.
- Ahyar. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (Issue March)*.
- Arikunto Suharsimi. (2013). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. In *Jakarta: Rineka Cipta* (p. 172). <http://r2kn.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/62880>
- Ayu, F. A. (2021). Stabilitas Emosi Dengan Kesiapan Mengajar Pada Guru Full Day School. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 676. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6508>
- Badriyah, L. (2020). Gambaran Psikologis Anak Penyandang Tunalaras: Tinjauan Pada Aspek Sosial Dan Emosi. *Jurnal Hawa : Studi Pengarus Utamaan Gender Dan Anak*, 2(2). <https://doi.org/10.29300/hawapsga.v2i2.3512>
- Budi, S., Nurhastuti, N., & Utami, I. S. (2021). Edukasi Mencuci Tangan Dalam Upaya Pencegahan Virus Corona Melalui Video Tutorial Pada Mahasiswa berkebutuhan Khusus Di Pendidikan Tinggi. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 5(1), 19–23. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v5i1.564>
- Denisrum, R. D. (2007). Psikologi anak berkebutuhan khusus. *Depdiknas*, 1–149.
- Desmaniarti, N. A. (n.d.). Spiritual emotional freedom technique (SEFT). In *Jakarta: Afzan Publishing (Vol. 2, Issue November)*.
- Eni. (n.d.). Predicting the binding mode of flexible polypeptides to proteins. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., *Mi*, 5–24.

- Fatmah Izzatun. (2022). *Konsep spiritual emotional freedom technique (seft ) ahmad faiz zainuddin dan implementasinya dalam konseling islam.*
- Fransyaigu, R., & Mudjiran, M. (2021). Pendidikan Inklusi Bagi Siswa Tunalaras di Kota Langsa. *Journal of Basic Education Studies*, 4(1), 2081–2088. <https://ejurnalunsam.id/index.php/jbes/article/view/3669>
- Hirzuddin, M. (2018). *Proses pembelajaran pendidikan agama Islam bagi anak berkebutuhan khusus di Lembaga Bimbingan Belajar Berlian Kids Singosari tahun 2018/1019.*
- Husna, D. (2020). Internalisasi Nilai-Nilai Sosial Religius Bagi Anak Tunalaras di SLB E Prayuwana Yogyakarta. *Jurnal Tarbiyatuna*, 11(1), 1–10. <https://doi.org/10.31603/tarbiyatuna.v11i1.3044>
- Ifazatul Nurlatifah, A. (2016). Andar Ifazatul Nurlatifah, Spiritual Emotional Freedom Technique Sebagai Terapi dalam Konseling. *Jurnal Madaniyah*, 2, 305–314.
- Ii, B. (n.d.). *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*. 16–39.
- Ika Febrian Kristiana, C. G. W. (2021). *Buku ajar psikologi anak berkebutuhan khusus*. 1–110.
- Ikhsanto, jurusan teknik mesin L. N. (2020). *Efektifitas SEFT Terhadap Remaja Kecanduan Gadget*. 21(1), 1–9.
- Indra, P. R. C. (2021). Single Subject Research (teori dan implementasinya: suatu pengantar). In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <http://eprints.uad.ac.id/id/eprint/24309>
- Khairun Nisa, Mambela, S., & Badiah, L. I. (2018). Karakteristik Dan Kebutuhan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 2(1), 33–40. <https://doi.org/10.36456/abadimas.v2.i1.a1632>
- Kusmawati, A., Hadi, C., & Putra, M. G. B. A. (2018). Terapi Al-Qur'an Pada Siswa Tunalaras. *JSSH (Jurnal Sains Sosial Dan Humaniora)*, 2(1), 55. <https://doi.org/10.30595/jssh.v2i1.2199>
- Maunah, B. (2014). Psikologi Pendidikan. In *Tulungagung: IAIN Tulungagung Press* (p. 88).
- Muh. Masykur AG. (2011). *Karakteristik anak berkebutuhan khusus yang disertai hambatan intelektual, komunikasi, interkasi, dan perilaku: perspektif*

*psikologi perkembangan.*

- Mukrimaa, S. S., Nurdyansyah, & Fahyuni, E. F. (2016). Esens Manusia Dalam Prespektif Filsafat Pendidikan Islam. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(August), 128.
- Mustolehudin. (2011). Tradisi Baca Tulis Dalam Islam Surah Al 'Alaq Ayat 1 - 5. *Jurnal "Analisa," XVIII(01)*, 145–154.
- Nanik. (2022). Karakteristik Problematika Anak Penyandang Tuna Laras Perspektif Pendidikan Agama Islam. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guiddance and Conseling*, 1(3), 182–193.
- Narendri, N. I. (2019). keefektifan spiritual emotional freedom technique (SEFT) untuk menurunkan kecenderungan depresi pada narapidana laki-laki. *Narendri, Ni.Imas*, 26–30.
- Nur Rahimi, A. F. (2022). Urgensi Membaca Dan Menulis Dalam Pendidikan Islam Berdasarkan Surah Al-'Alaq Ayat 1-5 Menurut Perspektif Tafsir Al-Wasith Karya Syekh Wahbah Az-Zuhaili. *Tarbiyah Islamiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, 12(2), 91. <https://doi.org/10.18592/jtipai.v12i2.7801>
- Nuriyati, T., Falaq, Y., Nugroho, E. D., Hafid, H. H., & ... (2022). *Metode Penelitian Pendidikan (Teori & Aplikasi)*.
- Nurjanah, I. (2019). *Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Cipamokolan Kota Bandung*. <http://repository.bku.ac.id/xmlui/handle/123456789/1665>
- Olusanya, B. O., Davis, A. C., Wertlieb, D., & Boo. (2018). Developmental disabilities among children younger than 5 years in 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The Lancet Global Health*, 6(10), e1100–e1121. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(18\)30309-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30309-7)
- Patricia, C. O. S. (2021). *Background Non-fatal self-harm Non-fatal self-harm frequently leads*. 3(2), 6.
- Patriyani, R. E. H., & Sulistyowati, D. (2020). Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi melalui SEFT. *Jurnalempathy.Com*, 1(1), 9–17.

- <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i1.2>
- Puspitasari. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Asuh Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Slb Nurul Ikhsan. *Jurnal Kebidanan*, 4(2), 81–89. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v4i2.92>
- Rachmanto, T. A., & Pohan, V. Y. (2021). Terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. *Ners Muda*, 2(3), 100. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8496>
- Ratna, W., & Wibowo, S. (2021). *Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Pada ADHD ( Attention Deficit Hyperactivity Disorder )*.
- Rijali, A. (2019). Analisis Data Kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>
- Rizki. (2014). Identifikasi Perilaku Imitasi Negatif Anak Tunalaras. *UNY, July*. <http://elibrary.almaata.ac.id/1714/%0A>
- Saged, M. (2020). Terapi SEFT (Spiritual Emosional Freedom Technique) Pada Remaja Dalam Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Pada Kasus Insomnia. *Universitas Muhammadiyah Magelang*, 4–11.
- Said, M. (2006). *Pembelajaran Fiqih Anak Berkebutuhan khusus*. 2017, 1–30. <http://scholar.unand.ac.id/60566/>
- Sanaky, M. M. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>
- Setyawan, D. A. (2013). Data dan Metode Pengumpulan Data Penelitian. *Metodologi Penelitian*, 9–17.
- Sugeng. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Matematika. In *Metode Penelitian Pendidikan Matematika*.
- Suherni. (2017). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Malang. *Naskah Publikasi*, 1–252.
- Sujarwanto. (2010). Program Layanan Bimbingan Konsep Diri (Self Concept) Pada Siswa Tunalaras. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 16(7), 53–61. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v16i7.508>
- Susanto, D. prabow. (2020). *SEFT Terhadap peningkatan Kualitas Tidur*. 18.

- Syamsul Hadi. (2019). Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita. *Qawwam*, 13(2), 123–134. <https://doi.org/10.20414/qawwam.v13i2.1709>
- Syaroh. (2019). Stabilitas Emosi Terhadap Kinerja. *Proceedings of the Institution of Mechanical Engineers, Part J: Journal of Engineering Tribology*, 224(11), 122–130.
- Travelancya, T., & Sa'adatul Ula, I. (2022). Pendidikan Inklusif Untuk Anak Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku (Tunalaras) Inclusive Education for Children with Emotional and Behavioral Disorders (Tunalaras). *Absorbent Mind: Journal of Psychology and Child Development Absorbent Mind*, 2(1), 23–28. [https://ejournal.insuriponorogo.ac.id/index.php/absorbent\\_mind](https://ejournal.insuriponorogo.ac.id/index.php/absorbent_mind)
- Veriza, E., & Boy, H. (2018). Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Autisme. *Faletehan Health Journal*, 5(2), 55–60. <https://doi.org/10.33746/fhj.v5i2.9>
- Wardana, R. P. (2017). *Gerak Dasar Anak Berkebutuhan Khusus Tunalaras Sekolah Dasar Di SLB-E Bhina Putera Surakarta Tahun 2017*. 1–94. <http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/37203>
- Yuwono, I. (2015). Penelitian SSR ( Single Subject Research. In *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan di RSUD Kota Semarang* (Vol. 3). <https://repo-dosen.ulm.ac.id/handle/123456789/20734>
- Zizah, L. (2021). *Bimbingan Islam bagi Anak Tunalaras*. 1–27.

## Lampiran 1. Penilaian Stabilitas Emosi

### *Checklist Stabilitas Emosi*

**Hari dan Tanggal** : .....

No	Karakteristik	Ya	Tidak
1	Kreatif		
2	Produktif		
3	Tidak mudah cemas dan frustasi		
4	Mandiri		
5	Memiliki semangat tinggi		
6	Konsentrasi dalam belajar		
7	Efisien bertindak		
8	Tidak mudah terganggu oleh stimulus dari luar		
9	Tidak mudah gaduh		
10	Berkarya		
11	Tidak mudah gelisah		
12	Tidak mudah tegang		
13	Tidak mudah marah		
14	Tidak mudah frustasi		
15	Berhati-hati		
16	Independent		
17	Efisien berperilaku		

**Tanda Tangan Pendamping**



## Lampiran 2. Lembar Penilaian Tunalaras

### *Checklist Tunalaras*

Nama : .....

No	Karakteristik	Ya	Tidak
1	Sering kehilangan kendali temperamen		
2	Sering memberi alasan terhadap orang yang lebih dewasa		
3	Sering menantang dan menjengkelkan masyarakat		
4	Sering menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuatnya		
5	Sering mudah tersinggung atau mudah menjengkelkan orang lain		
6	Sering marah dan menunjukkan kekesalan		
7	Sering berlaku dengki atau menunjukkan dendam		
8	Suka mengancam orang lain		
9	Suka memulai perkelahian		
10	Suka menggunakan senjata		
11	Suka mengganggu orang lain dan hewan secara fisik		
12	Suka mencuri dan berbohong		
13	Melakukan penyerangan secara seksual		

14	Suka merusak barang		
15	Keluar rumah pada saat malam hari		
16	Meninggalkan rumah tanpa izin		
17	Menolak hadir di sekolah		

**Tanda Tangan Pendamping**

**Lampiran 3. Lembar Hasil Penilaian**

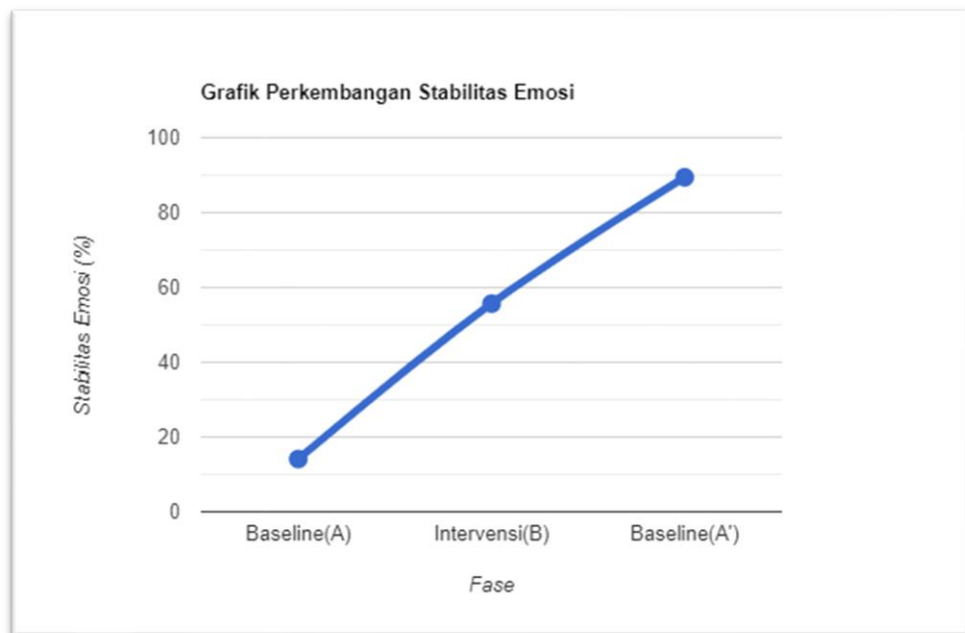
<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>
<b>Baseline A</b>	I	2
	II	2
	III	2
	IV	3
	V	3
<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>
<b>Intervensi B</b>	I	6
	II	6
	III	6
	IV	10
	V	12
	VI	6
	VII	10
	VIII	12
	IX	6
	X	10
	XI	12
	XII	6
	XIII	10
	XIV	12
	XV	6
	XVI	10
	XVII	10
	XVIII	10
	XIX	12
	XX	12
	XXI	12

<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>
<b>Baseline A'</b>	I	14
	II	14
	III	16
	IV	16
	V	16

**Lampiran 4. Hasil Analisa Data**

<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>	<b>Ketercapaian</b>	<b>Rata-Rata</b>
<b>Baseline A</b>	I	2	11.76 %	<b>14.11 % Rendah Sekali</b>
	II	2	11.76 %	
	III	2	11.76 %	
	IV	3	17.64 %	
	V	3	17.64 %	
<b>Fase</b>	<b>Sesi</b>	<b>Skor</b>	<b>Ketercapaian</b>	<b>Rata-Rata</b>
<b>Intervensi B</b>	I	6	35.29 %	<b>55.70 % Cukup</b>
	II	6	35.29 %	
	III	6	35.29 %	
	IV	10	58.82 %	
	V	12	70.58 %	
	VI	6	35.29 %	
	VII	10	58.82 %	
	VIII	12	70.58 %	
	IX	6	35.29 %	
	X	10	58.82 %	
	XI	12	70.58 %	
	XII	6	35.29 %	
	XIII	10	58.82 %	
	XIV	12	70.58 %	
	XV	6	35.29 %	
	XVI	10	58.82 %	
	XVII	10	58.82 %	
	XVIII	10	58.82 %	
	XIX	12	70.58 %	
	XX	12	70.58 %	
	XXI	12	70.58 %	

Fase	Sesi	Skor	Ketercapaian	Rata-Rata
<b>Baseline A'</b>	I	14	82.35 %	<b>89.41 % Sangat Baik</b>
	II	14	82.35 %	
	III	16	94.11 %	
	IV	16	94.11 %	
	V	16	94.11 %	



Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Baseline A	2.40	5	.548	.245
	Baseline A <sup>1</sup>	15.20	5	1.095	.490

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Baseline A – Baseline A <sup>1</sup>	-12.800	.837	.374	-13.839	-11.761	-34.209	4	.000

### Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	5	.667	.009

### Wilcoxon

#### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	5 <sup>b</sup>	3.00	15.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	5		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

#### Test Statistics<sup>a</sup>

	Posttest - Pretest
Z	-2.041 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

## Lampiran 5. Lembar Informed Consent

### LEMBAR PERSETUJUAN

Peneliti : Abdulloh Aziz Assa'diy  
NIM : 200401110001  
WA : 082335044944  
Dosen Pembimbing : - Prof. Dr. H. Achmad Khudori Sholeh, M.Ag  
- Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si

**Sebelum menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, pneting membaca penjelasan berikut. Lembar persetujuan ini menjelaskan tujuan, prosedur, manfaat dan kerahasiaan dari penelitian ini.**

#### **Tujuan Penelitian**

Untuk melihat apakah SEFT efektif dalam meningkatkan stabilitas emosi pada anak *tunalaras* di *home schooling* cerdas istimewa Malang.

#### **Manfaat**

1. Meningkatkan stabilitas emosinya sehingga dapat membantu kegiatan sehari-hari
2. Menjadikan SEFT sebagai alternatif cara untuk meningkatkan stabilitas emosi pada anak *tunalaras*
3. Memberikan sumbangan ilmiah terhadap psikologi terutama psikologi pendidikan dalam menangani anak berkebutuhan khusus

#### **Prosedur**

1. Baseline 1 dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan
2. Pelaksanaan intervensi dilakukan selama 21 kali pertemuan menggunakan SEFT
3. Baseline 2 dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan

#### **Kerahasiaan**

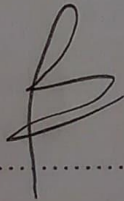
Data subjek akan dijaga kerahasiaannya. Hasil penelitian akan dipublikasikan dalam bentuk laporan penelitian. Selain itu dimohon kepada subjek untuk tidak diberikan intervensi selain dari peneliti yang memberikan intervensi.



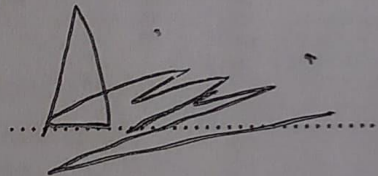
**Saya bertandatangan di bawah ini:**

Nama : Folo'i  
Alamat : Pukisaji  
WA : -  
Orang tua dari : F.

**Saya telah menerima informasi yang tertuang dalam lembar persetujuan ini. Dengan menandatangani surat ini, saya menyatakan bersedia dalam penelitian yang dilakukan.**



.....



.....

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsl.uin-malang.ac.id

1866 /FPsi.1/PP.009/9/2023

25 September 2023

IZIN OBSERVASI DAN WAWANCARA

Kepada Yth.

Direktur Home Schooling Cerdas Istimewa

di

Malang

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan kesempatan kepada:

Nama / NIM	: ABDULLOH AZIZ ASSA'DIY / 200401110001
Keperluan	: Observasi dan Wawancara
Tugas Matakuliah	: Skripsi
Dosen Pengampu	: Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M.Ag.
Tempat	: Home Schooling Cerdas Istimewa
Tanggal Kegiatan	: 12-06-2023 s.d 29-07-2023
Model Kegiatan	: Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.



Wakil Dekan,  
Bidang Akademik,

Wakil Dekan;  
Bidang Akademik;



KEPADA YANG TERHORMAT:  
**Waka Dekan Bidang Akademik**  
Fakultas Psikologi UIN  
Maliki Malang  
Di \_\_\_\_\_  
Tempat

Malang, 25 Oktober 2023  
Nomor : SIHS.169.10.2023  
Lamp. : 1 (satu) berkas

Perihal : **Izin Observasi dan Wawancara**  
Nomor Surat: 1866/Fpsi.1/PP.009/9/2023

Dengan Hormat,

Kami yang bertanda tangan di bawah ini, Direksi/Pimpinan :

Nama Lembaga : Homeschooling Cerdas Istimewa, Psychocare Clinic dan  
Griya al-Qur'an Kanjeng Sunan Kalijaga Malang  
Alamat Lembaga : 1. Jl. Simpang Pakisaji No. 10 Jatirejo Pakisaji  
2. Jl. Subali I 12/13 A No. 4 Sawojajar 2  
3. Jl. Cakalang, 209 A, Polowijen, Blimbing  
Akte Notaris : 1. No. 51/H. Chusen Bisri SH./27 Agustus 2011  
2. No.06/Dina Agustyana, SH.,M.Kn./29 Desember 2020  
SK. Kemenkumham RI : AHU-0026602.AH.01.04.Tahun 2020

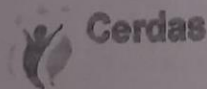
Dengan ini menerima dan mengizinkan mahasiswa:

NAMA : Abdulloh Aziz A  
NIM : 200401110001

Untuk dapat melakukan pengambilan data (observasi dan wawancara) di klinik tumbuh kembang, pusat intervensi, home schooling dan tahfidz Qur'an untuk kebutuhan penelitian yang dimaksud.

Demikian surat penerimaan dan perizinan kami buat, mohon dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Homeschooling Cerdas  
Istimewa, Psychocare Clinic  
dan Griya al-Qur'an Kanjeng  
Sunan Kalijaga Malang



MUH. MASYKUR AG.  
Direktur



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

: 3040 / Fpsi.1/PP.009/11/2023

27 Nopember 2023

hal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

Kepada Yth.

Direktur Home Schooling Cerdas Istimewa

Jalan Simpang Pakisaji No. 10 Jatirejo Pakisaji

di

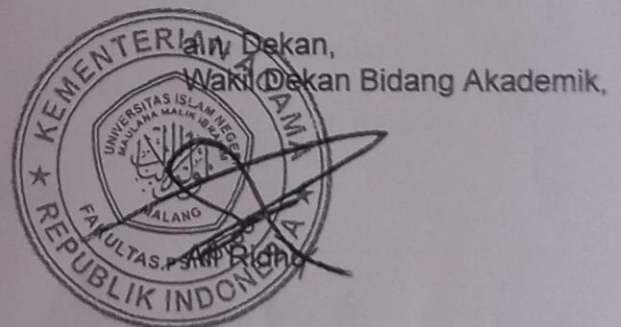
Malang

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM	: ABDULLOH AZIZ ASSA`DIY / 200401110001
Tempat Penelitian	: Home Schooling Cerdas Istimewa
Judul Skripsi	: PENGARUH SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE TERHADAP STABILITAS EMOSI (Studi Eksperimen Anak Berkebutuhan Khusus Tipe Tunalaras Di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang)
Dosen Pembimbing	: 1. Prof. Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M.Ag. 2. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si.
Tanggal Penelitian	: 09-10-2023 s.d 06-12-2023
Model Kegiatan	: Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.



Yusuan:

Dekan;

Para Wakil Dekan;

Petua Jurusan;

Asip.

KEPADA YANG TERHORMAT:  
Waka Dekan Bidang Akademik  
Fakultas Psikologi UIN  
Maliki Malang  
Di \_\_\_\_\_  
Tempat

Malang, 1 Desember 2023  
Nomor : SIHS.170.12.2023  
Lamp. : 1 (satu) berkas

Perihal : **Izin Penelitian Skripsi**  
Nomor Surat: 3040/Fpsi.1/PP.009/11/2023

Dengan Hormat,

Kami yang bertanda tangan di bawah ini, Direksi/Pimpinan :

Nama Lembaga : Homeschooling Cerdas Istimewa, Psychocare Clinic dan  
Griya al-Qur'an Kanjeng Sunan Kalijaga Malang  
Alamat Lembaga : 1. Jl. Simpang Pakisaji No. 10 Jatirejo Pakisaji  
2. Jl. Subali I 12/13 A No. 4 Sawojajar 2  
3. Jl. Cakalang, 209 A, Polowijen, Blimbing  
Akte Notaris : 1. No. 51/H. Chusen Bisri SH./27 Agustus 2011  
2. No.06/Dina Agustyana, SH.,M.Kn./29 Desember 2020  
SK. Kemenkumham RI : AHU-0026602.AH.01.04.Tahun 2020

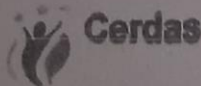
Dengan ini menerima dan mengizinkan mahasiswa:

NAMA : Abdulloh Aziz A  
NIM : 200401110001

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di klinik tumbuh kembang, pusat intervensi, home schooling dan tahfidz Qur'an untuk kebutuhan penelitian yang dimaksud.

Demikian surat penerimaan dan perizinan kami buat, mohon dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Homeschooling Cerdas  
Istimewa, Psychocare Clinic  
dan Griya al-Qur'an-Kanjeng  
Sunan Kalijaga Malang



MUH. MASYKUR AG.  
Direktur

**Lampiran 7. Foto-Foto Kegiatan**









# **MODUL SEFT**

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT., yang telah memberikan penulis kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan modul SEFT ini. Penulis mengucapkan syukur kepada Allah SWT., atas limpahan nikmat sehat-Nya, baik itu berupa sehat fisik maupun akal pikiran, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan pembuatan modul ini. Sholawat serta salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta yaitu Nabi Muhammad SAW yang kita nanti – nantikan syafaatnya diakhirat nanti.

Penulis tentu menyadari bahwa modul ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kesalahan serta kekurangan didalamnya. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik serta saran, supaya modul ini nantinya dapat menjadi modul yang lebih baik lagi. Kemudian, apabila terdapat banyak kesalahan pada modul ini, penulis memohon maaf yang sebesar – besarnya. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam pembuatan modul ini. Demikian, semoga modul ini dapat bermanfaat. Terimakasih.

Penulis

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan anak dimulai sejak masa prenatal hingga tahap-tahap perkembangan setelah kelahiran seiring bertambahnya usia. Pada kenyataannya tidak semua anak mampu melalui tugas perkembangan sesuai dengan usianya. Hal ini serupa dengan yang dialami oleh anak berkebutuhan khusus (ABK). Saat ini anak berkebutuhan khusus berbagai ragam jenisnya. Salah satunya yaitu *Tunalaras*. *Tunalaras* adalah suatu kondisi yang dialami oleh seseorang yang mengalami gangguan atau hambatan emosi dan perilaku yang berlainan secara berlebihan sehingga mengakibatkan sulit untuk berinteraksi secara baik dengan lingkungan di sekitarnya.

Anak yang mengalami gangguan *tunalaras* ini diduga penyebabnya adalah faktor neurologi, psikologi, dan pedagogi. Anak seperti ini memerlukan pelayanan pendidikan khusus. Masalah emosi dan perilaku siswa sering terjadi dalam melaksanakan pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, dari sudut pandang identifikasi, sudah sepatutnya memperhatikan bagaimana metode terapi perilaku yang sesuai untuk mereka. Semua ini diperlukan, mengingat perilaku rusuh dengan berbagai gejalanya merupakan gangguan tindakan yang berdampak pada lingkungannya, bahkan tipe agresif bisa merugikan orang lain. Anak-anak *tunalaras* oleh guru sering dianggap sebagai anak yang emosi tinggi, anak yang agresif, anak yang nakal.

Anak tunalaras memiliki permasalahan utama berkaitan dengan ketidakmampuan mengontrol emosinya. Secara garis besar anak tunalaras mengalami kesukaran dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, karena stabilitas emosi yang buruk. Berdasarkan hasil temuan di lapangan, anak tunalaras memiliki gangguan emosional yang dicirikan oleh ketidakmampuan intelektual, kesehatan dan sensorik. Gangguan emosional juga diartikan sebagai realitas stabilitas emosi yang buruk, tingkah laku menyimpang, dan ketidakmampuan untuk memuaskan perasaan orang lain dalam konteks pergaulan sosial.

Stabilitas emosi yang baik merupakan hal yang sangat penting bagi setiap orang (termasuk anak-anak *tunalaras*). Kemampuan ini diperlukan untuk mengarahkan

diri untuk memusatkan perhatian pada aktivitas yang dijalani serta dapat menggunakan pikiran dengan lebih positif.

Terdapat sejumlah cara dan strategi yang diterapkan dalam rangka meminimalisir hambatan perilaku, sosial dan emosi pada anak tunalaras, diantaranya pendekatan biomedis, psikodinamik, perilaku, pendidikan, lingkungan dan neurosains. Biomedis, bertujuan untuk merawat anak tunalaras akibat kerusakan saraf otak. Psikodinamik, bertujuan untuk merawat anak tunalaras untuk tingkah laku menyimpang akibat disfungsi mental-emosional. Pendekatan neurosains dapat dilakukan melalui penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Sejumlah riset, menghasilkan bahwa SEFT cukup efektif dikembangkan dalam mengatasi masalah-masalah fisik, psikis dan sosial individu, terutama dalam pengaturan stabilitas emosi, seperti stres, depresi, mudah marah, sulit berkonsentrasi dan kenakalan anak.

SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) merupakan penggabungan dari sistem energi tubuh dan spiritualitas dalam kalimat doa dengan menggunakan metode ketukan di titik *meridian* tubuh yang merangsang dan mengaktifkan jalur energi tubuh sehingga menimbulkan relaksasi pada tubuh dan perbaikan system neurologi, psikologi, dan kemampuan belajar.

Konsep SEFT, sistem energi tubuh yang terganggu menyebabkan emosi negatif, sehingga gangguan energi perlu dinetralisir dengan SEFT. Sumbatan aliran energi pada beberapa titik kunci tubuh dapat mengalir lancar setelah dibebaskan. Tapping atau mengetuk ringan dua ujung jari pada bagian tubuh tertentu, sambil mengucapkan kalimat doa merupakan cara membebaskan aliran energi yang tersumbat. Maka dari itu diperlukan modul mengenai SEFT sebagai pedoman dalam petatalaksanaan yang baik dan benar.

## **B. Tujuan**

Berdasarkan latar belakang diatas, adapun tujuan dari penyusunan modul SEFT ini adalah sebagai pedoman dalam pentatalaksanaan SEFT. Pembahasan dalam modul ini akan mencakup penjelasan tentang intervensi SEFT dan langkah-langkah dalam pelaksanaannya.

### **C. Manfaat**

Berdasarkan tujuan modul diatas, maka modul ini diharapkan mampu memberikan manfaat kepada ranah psikologi yang membutuhkan modul tentang SEFT. Modul ini diharapkan mampu menjadi landasan serta sumbangan pemikiran bagi praktisi psikologi dalam memahami dan menerapkan teknik SEFT.

### **D. Jenis dan Desain**

Modul ini disusun sebagai bagian dari eksperimen dengan desain subjek tunggal. Oleh sebab itu, sebelum dilaksanakannya intervensi akan dilakukan pre-test sebagai skor awal. Kemudian setelah itu akan dilakukan intervensi. Adapun setelah intervensi diberikan sesuai dengan waktu yang telah disepakati, maka akan dilakukan pengukuran dengan pemberian post-test untuk mengukur skor akhir.

### **E. Sasaran**

Sasaran dalam intervensi SEFT ini adalah Anak Berkebutuhan Khusus dengan jenis ketunaan tunalaras.

## **SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE**

### **A. Pengertian**

Terapi SEFT adalah teknik penyembuhan yang memadukan kemampuan energi psikologi, do'a dan spiritualitas, yang menerapkan berbagai prinsip dan teknik berdasarkan konsep sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku individu. Terapi SEFT adalah terapi dengan menggunakan gerakan sederhana yang dilakukan untuk membantu menyelesaikan masalah fisik, psikis, sosial, meningkatkan kinerja dan prestasi, meraih kedamaian serta kebermaknaan hidup. Salah satu manfaat terapi SEFT, diantaranya mengatasi masalah psikis seperti: trauma, stress, depresi, phobia, kecanduan rokok/miras/narkoba, sulit tidur, mudah marah/sedih, emosi, tidak percaya diri, sulit konsentrasi, sering gugup; dan sebagainya.

SEFT merupakan suatu terapi Psikologi yang pertama kali ditujukan untuk melengkapi alat psikoterapi yang sudah ada. SEFT adalah salah satu varian dari cabang ilmu baru yang dinamai *Energy Psychology*. SEFT bekerja dengan prinsip yang kurang lebih sama dengan akupuntur dan akupresur. Teknik ini berusaha merangsang titik – titik kunci di sepanjang jalur energi (energi meridian) tubuh yang sangat berpengaruh pada kesehatan kita.

Terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) termasuk tehnik relaksasi, merupakan salah satu bentuk mind-body therapy dari terapi komplementer dan alternatif keperawatan SEFT merupakan teknik penggabungan dari sistem energi tubuh (energi medicine) dan terapi spiritual.

### **B. Mekanisme**

Terapi SEFT adalah teknik penyembuhan yang memadukan kemampuan energi psikologi, do'a dan spiritualitas, yang menerapkan berbagai prinsip dan teknik berdasarkan konsep sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku seseorang. Rangkaian metode yang dilakukan adalah:

**a) *The set-up* yaitu menetralsir energi negatif yang ada dalam tubuh**

Caranya dengan mengucapkan *the set-up words*, yaitu kata-kata yang diucapkan dengan khusyu, ikhlas dan pasrah untuk menetralsir keyakinan

dan pikiran negatif. Contoh kalimat *set-up*: “Ya Allah... meskipun saya (menderita sakit kepala yang tak kunjung sembuh), saya ikhlas, saya pasrah pada-Mu sepenuhnya”.

**b) *The tune-in* yaitu mengarahkan pikiran pada tempat rasa sakit**

Untuk masalah fisik, lakukan *tune-in* dengan cara merasakan rasa sakit yang dialami, lalu mengarahkan pikiran ke tempat rasa sakit dan sambil terus melakukan dua hal tersebut, hati dan mulut mengatakan: “Saya ikhlas, saya pasrah... Ya Allah...”. Untuk masalah emosi, lakukan *tune-in* dengan cara memikirkan sesuatu atau peristiwa spesifik tertentu yang dapat membangkitkan emosi negatif yang ingin dihilangkan. Ketika terjadi reaksi negatif (marah, sedih, takut dan sebagainya) hati dan mulut mengucapkan: “Saya ikhlas, saya pasrah... Ya Allah.”.

**c) *The tapping* yaitu mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada 18 titik tertentu di tubuh manusia.**

*The tapping* adalah mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di bagian tubuh yang dibarengi dengan *tune-in*. Titik-titik ini adalah titik-titik kunci dari *the major energy meridians*, yang jika diketuk beberapa kali akan berdampak pada ternetralisirnya gangguan emosi atau rasasakit yang di rasakan, Sehingga aliran energi tubuh berjalan normal dan seimbang kembali. Titik-titik tersebut adalah:

- 1) Cr (Crown) yaitu titik di bagian atas kepala
- 2) EB (Eye Brow) yaitu titik permulaan alis mata
- 3) SE (Side of the Eye) yaitu di atas tulang di samping mata
- 4) UE (Under the Eye) yaitu 2 cm di bawah kelopak mata
- 5) UN (Under the Nose) yaitu tepat di bawah hidung
- 6) Ch (Chin) yaitu diantara dagu dan bagian bawah bibir
- 7) CB (Collar Bone) yaitu diujung tempat bertemunya tulang dada, collar bone dan tulang rusuk pertama
- 8) UA (Under the Arm) yaitu di bawah ketiak sejajar dengan puting susu (pria) atau tepat di bagian tengah tali bra (wanita).
- 9) BN (Bellow Nipple) yaitu 2,5 cm di bawah puting susu (pria) atau di perbatasan antara tulang dada dan bagian bawah payudara (wanita).

- 10) IH (Inside of Hand) yaitu di bagian dalam tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- 11) OH (Outside of Hand) yaitu dibagian luar tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- 12) Th (Thumb) yaitu ibu jari disamping luar bagian bawah kuku
- 13) IF (Index Finger) yaitu jari telunjuk disamping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 14) MF (Middle Finger) yaitu jari tengah samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 15) RF (Ring Finger) yaitu jari manis di samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 16) BF (Baby Finger) yaitu di jari kelingking di samping luar bagian bawah kuku (dibagian yang menghadap ibu jari)
- 17) KC (Karate Chop) yaitu di samping telapak tangan, bagian yang sering digunakan untuk mematahkan balok saat karate
- 18) GS (Gamut Spot) yaitu di bagian antara perpanjangan tulang jari manis dan tulang jari kelingking.

### **C. Manfaat**

Sejumlah manfaat terapi EFT/SEFT yang sebelumnya telah dikembangkan, yaitu:

- a) Mengatasi masalah atau penyakit fisik, seperti: sakit kepala, nyeri punggung, maagh, asma, sakit jantung, overweight, alergi, diabetes, kanker, vertigo, migran, pegel-pegel.
- b) Mengatasi masalah atau penyakit psikis seperti: trauma, stress, depresi, phobia, kecanduan rokok/miras/narkoba, sulit tidur, mudah marah/sedih, emosi, tidak percaya diri, sulit konsentrasi, sering gugup.
- c) Mengatasi masalah keluarga dan anak-anak, seperti: keluarga tidak harmonis, selingkuh, masalah seksual, anak nakal, malas, mengompol, autis, dan lain-lain.
- d) Meningkatkan prestasi, seperti: meningkatkan prestasi di bidang olahraga, akademik, karir, bisnis, meningkatkan peforma sales, mencapai target



penjualan, negosiasi dan kesulitan belajar.

- e) Meningkatkan keberuntungan dalam 6 bidang, seperti: finansial, hubungan antar manusia, kesehatan, pekerjaan, spiritual dan kebahagiaan hati.
- f) Membersihkan diri dari emosi negatif dan meraih kedamaian hati.
- g) Meraih kebahagiaan dan kemuliaan hidup.

#### **D. Faktor**

Ada 3 faktor yang harus kita perhatikan agar SEFT yang kita lakukan efektif, yakni:

##### **a) Yakin**

Anda (baik sebagai terapis maupun klien) perlu keyakinan sama SEFT atau diri anda sendiri., anda hanya perlu yakin Jadi SEFT tetap efektif walaupun pasien maupun klien skeptis, ragu, tidak percaya diri, malu kalau tidak berhasil,dsb. Asalkan terapis dan klien masih yakin, SEFT tetap efektif.

##### **b) Konsentrasi**

Selama melakukan terapi, kita harus konsentrasi atau khusyu'. Pusatkan pikiran kita pada hati dan pikiran kita Jadi, hilangkan pikiran lain,

##### **c) Ikhlas**

Ikhlas artinya ridho atau menerima rasa sakit kita (baik fisik maupun emosi) dengan sepenuh hati. Ikhlas artinya tidak mengeluh,tidak complain atas musibah yang sedang kita terima.

#### **E. Kajian Islam**

SEFT merupakan salah satu inovasi teknik konseling yang pada tahapan tekniknya mendayagunakan aspek jasmani, psikis, dan spiritual manusia secara harmonis. Ketiga aspek tersebut digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan konseli. Aspek spiritual dalam SEFT selaras dengan Bimbingan dan Konseling Islam yang memasukkan unsur spiritual dan religi dalam tiap pandangan keilmuannya. Adanya unsur spiritualitas adalah suatu hal yang membedakan teknik SEFT dengan berbagai teknik terapi yang berbasis energy psychology lainnya.

## SETTING PELAKSANAAN

### A. Kriteria Terapis

Adapun kriteria yang menjadi terapis antara lain:

1. Laki-laki atau perempuan
2. Telah mengikuti pelatihan SEFT
3. Memiliki pengalaman dalam pentatalaksanaan intervensi SEFT

### B. Subjek Intervensi

Adapun sasaran atau subjek intervensi ini memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Laki-laki atau perempuan
2. Mengalami gangguan tunalaras
3. Bersedia untuk diberikan intervensi

### C. Waktu dan Tempat

Durasi waktu pelaksanaan akan dilakukan selama 5 sesi pretest. Sesi ini akan dilakukan secara tatap muka di waktu dan tempat yang telah disepakati dengan agenda utama pada 5 sesi pertama ialah pengisian pretest. Selanjutnya 21 sesi akan dilakukan secara tatap muka dengan agenda utama adalah pentatalaksanaan SEFT. Terakhir 5 sesi terakhir adalah dilakukan secara tatap muka dengan agenda utama pengisian posttest.

### D. Alat dan Bahan

1. Ruangan yang nyaman
2. Alat tulis berupa pensil ataupun pena,
3. Lembar *Informed Consent*
4. Lembar penilaian
5. Modul

### E. Gambaran Tata Ruang Pentatalaksanaan

**Terapis – Subjek**

## SETTING PELAKSANAAN

### A. Susunan Kegiatan

Sesi	Durasi	Kegiatan
Baseline A	5 Menit	Pembukaan
	10 Menit	Mengisi dokumen
	5 Menit	Mengkondisikan subjek
	5 Menit	Pretest
	5 Menit	Penutup
Intervensi	5 Menit	Pembukaan
	5 Menit	Mengkondisikan subjek
	15 Menit	Intervensi SEFT
	5 Menit	Penutup
Baseline A'	5 Menit	Pembukaan
	5 Menit	Mengkondisikan subjek
	5 Menit	Posttest
	5 Menit	Penutup

### B. Tahapan Kegiatan

Sesi	Kegiatan	Tujuan
Baseline A	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membangun <i>good raport</i>.</li> <li>2. Pemberian <i>Informed Consent</i> kepada subjek.</li> <li>3. Memberikan <i>pre-test</i> kepada subjek.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk membangun <i>good raport</i> dengan subjek sehingga subjek lebih merasa nyaman.</li> <li>2. Untuk meminta persetujuan subjek mengikuti rangkaian kegiatan penelitian.</li> <li>3. Untuk mengetahui tingkat stabilitas emosi subjek.</li> </ol>

Intervensi	Pelaksanaan intervensi berupa SEFT.	Untuk meningkatkan stabilitas emosi subjek.
Baseline A'	Memberikan <i>post-test</i> kepada subjek.	Untuk mengetahui tingkat stabilitas emosi subjek setelah dilakukannya intervensi.

### C. Rincian Kegiatan

#### Baseline A

<b>Deskripsi</b>	Pada sesi ini akan dilakukan pembangunan <i>good raport</i> , memberikan <i>informed consent</i> yang berisi kontrak dan membangun kesepakatan bersama dengan subjek intervensi. Selain itu, dilakukan pengambilan data awal ( <i>pre-test</i> ) terkait tingkatan stabilitas emosi atau subjek intervensi sebelum dilakukannya intervensi berupa Spiritual Emotional Freedom Technique.
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk membangun <i>good raport</i> dengan subjek sehingga subjek lebih merasa nyaman.</li> <li>2. Untuk meminta persetujuan subjek mengikuti rangkaian kegiatan penelitian.</li> <li>3. Untuk mengetahui tingkat stabilitas emosi subjek.</li> </ol>
<b>Media</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ruangan yang nyaman</li> <li>2. Alat tulis berupa pensil ataupun pena,</li> <li>3. Lembar <i>Informed Consent</i></li> <li>4. Lembar penilaian</li> <li>5. Modul</li> </ol>
<b>Metode</b>	Tatap muka
<b>Waktu</b>	30 Menit

## **Prosedur**

### **Pembukaan**

1. Mengucapkan salam, menyapa, dan menanyakan kabar serta memperkenalkan diri.
2. Mengucapkan rasa terimakasih atas kehadiran peserta atau subjek intervensi dalam sesi ke ini.
3. Mengajak peserta untuk bersama-sama melakukan do'a.

### **Mengisi dokumen**

1. Mempersiapkan lembar persetujuan.
2. Terapis mengarahkan subjek atau orang yang bertanggung jawab kepada subjek untuk mengisi lembar persetujuan.
3. Mengambil lembar yang telah diisi.

### **Mengkondisikan subjek**

Terapis mengkondisikan subjek agar tenang dan tidak terganggu dengan lingkungan sekitar.

### **Pretest**

Terapis melakukan pretes dengan mengamati subjek dalam berkegiatan kemudian mengisi ceklist stabilitas emosi yang telah tersedia.

### **Penutup**

1. Terapis menyampaikan rasa terimakasih serta doa harapan untuk peserta atau subjek intervensi serta mengingatkan untuk bertemu kembali pada sesi selanjutnya.
2. Terapis menyampaikan permohonan maaf kepada peserta atau subjek intervensi.
3. Terapis melakukan doa bersama untuk menutup.
4. Terapis mengucapkan salam.

## **Intervensi**

<b>Deskripsi</b>	Pada sesi ini terapis akan memberikan intervensi SEFT. Kemudian sebelum masuk ke intervensi terapis akan mengkondisikan subjek terlebih
------------------	---

	dahulu agar lebih memudahkan dalam pelaksanaan intervensi.
<b>Tujuan</b>	Untuk meningkatkan stabilitas emosi subjek.
<b>Media</b>	1. Ruangan yang nyaman 2. Alat tulis berupa pensil ataupun pena, 3. Lembar penilaian 4. Modul
<b>Metode</b>	Tatap muka
<b>Waktu</b>	30 Menit
<b>Prosedur</b>	
<b>Pembukaan</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam, menyapa, dan menanyakan kabar serta memperkenalkan diri.</li> <li>2. Mengucapkan rasa terimakasih atas kehadiran peserta atau subjek intervensi dalam sesi ke ini.</li> <li>3. Mengajak peserta untuk bersama-sama melakukan do'a.</li> </ol>	
<b>Mengkondisikan subjek</b>	
Terapis mengkondisikan subjek agar tenang dan tidak terganggu dengan lingkungan sekitar.	
<b>Intervensi SEFT</b>	
<b>a) <i>The set-up</i> yaitu menetralsir energi negatif yang ada dalam tubuh</b>	
Caranya dengan mengucapkan <i>the set-up words</i> , yaitu kata-kata yang diucapkan dengan khusyu, ikhlas dan pasrah untuk menetralsir keyakinan dan pikiran negatif. Contoh kalimat <i>set-up</i> : “Ya Allah... meskipun saya (menderita sakit kepala yang tak kunjung sembuh), saya ikhlas, saya pasrah pada-Mu sepenuhnya”.	
<b>b) <i>The tune-in</i> yaitu mengarahkan pikiran pada tempat rasa sakit</b>	
Untuk masalah fisik, lakukan <i>tune-in</i> dengan cara merasakan rasa sakit yang dialami, lalu mengarahkan pikiran ke tempat rasa sakit dan sambil terus melakukan dua hal tersebut, hati dan mulut mengatakan: “Saya ikhlas, saya pasrah... Ya Allah...”. Untuk masalah emosi, lakukan <i>tune-in</i> dengan cara memikirkan sesuatu atau peristiwa spesifik tertentu yang	

dapat membangkitkan emosi negatif yang ingin dihilangkan. Ketika terjadi reaksi negatif (marah, sedih, takut dan sebagainya) hati dan mulut mengucapkan: “Saya ikhlas, saya pasrah... Ya Allah.”.

**c) *The tapping* yaitu mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada 18 titik tertentu di tubuh manusia.**

*The tapping* adalah mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di bagian tubuh yang dibarengi dengan *tune-in*. Titik-titik ini adalah titik- titik kunci dari *the major energy meridians*, yang jika diketuk beberapa kali akan berdampak pada ternetralisirnya gangguan emosi atau rasa sakit yang di rasakan, Sehingga aliran energi tubuh berjalan normal dan seimbang kembali. Titik-titik tersebut adalah:

- 1) Cr (Crown) yaitu titik di bagian atas kepala
- 2) EB (Eye Brow) yaitu titik permulaan alis mata
- 3) SE (Side of the Eye) yaitu di atas tulang di samping mata
- 4) UE (Under the Eye) yaitu 2 cm di bawah kelopak mata
- 5) UN (Under the Nose) yaitu tepat di bawah hidung
- 6) Ch (Chin) yaitu diantara dagu dan bagian bawah bibir
- 7) CB (Collar Bone) yaitu diujung tempat bertemunya tulang dada, collar bone dan tulang rusuk pertama
- 8) UA (Under the Arm) yaitu di bawah ketiak sejajar dengan puting susu (pria) atau tepat di bagian tengah tali bra (wanita).
- 9) BN (Bellow Nipple) yaitu 2,5 cm di bawah puting susu (pria) atau di perbatasan antara tulang dada dan bagian bawah payudara (wanita).
- 10) IH (Inside of Hand) yaitu di bagian dalam tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- 11) OH (Outside of Hand) yaitu dibagian luar tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- 12) Th (Thumb) yaitu ibu jari disamping luar bagian bawah kuku
- 13) IF (Index Finger) yaitu jari telunjuk disamping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 14) MF (Middle Finger) yaitu jari tengah samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)

- 15) RF (Ring Finger) yaitu jari manis di samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 16) BF (Baby Finger) yaitu di jari kelingking di samping luar bagian bawah kuku (di bagian yang menghadap ibu jari)
- 17) KC (Karate Chop) yaitu di samping telapak tangan, bagian yang sering digunakan untuk mematahkan balok saat karate
- 18) GS (Gamut Spot) yaitu di bagian antara perpanjangan tulang jari manis dan tulang jari kelingking.

### **Penutup**

1. Terapis menyampaikan rasa terimakasih serta doa harapan untuk peserta atau subjek intervensi serta mengingatkan untuk bertemu kembali pada sesi selanjutnya.
2. Terapis menyampaikan permohonan maaf kepada peserta atau subjek intervensi.
3. Terapis melakukan doa bersama untuk menutup.
4. Terapis mengucapkan salam.

### **Baseline A'**

<b>Deskripsi</b>	Sesi ini merupakan sesi terakhir atau penutup yang didalamnya peserta atau subjek intervensi akan dilakukan pengambilan data akhir ( <i>post-test</i> ) terkait tingkat stabilitas emosi peserta atau subjek intervensi setelah dilakukannya intervensi Spiritual Emotional Freedom Technique.
<b>Tujuan</b>	Untuk mengetahui tingkat stabilitas emosi subjek setelah dilakukannya intervensi.
<b>Media</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ruangan yang nyaman</li> <li>2. Alat tulis berupa pensil ataupun pena,</li> <li>3. Lembar penilaian</li> <li>4. Modul</li> </ol>
<b>Metode</b>	Tatap muka
<b>Waktu</b>	30 Menit



## **Prosedur**

### **Pembukaan**

1. Mengucapkan salam, menyapa, dan menanyakan kabar serta memperkenalkan diri.
2. Mengucapkan rasa terimakasih atas kehadiran peserta atau subjek intervensi dalam sesi ke ini.
3. Mengajak peserta untuk bersama-sama melakukan do'a.

### **Mengkondisikan subjek**

Terapis mengkondisikan subjek agar tenang dan tidak terganggu dengan lingkungan sekitar.

### **Posttest**

Terapis melakukan posttest dengan mengamati subjek dalam berkegiatan kemudian mengisi ceklist stabilitas emosi yang telah tersedia.

### **Penutup**

1. Terapis menyampaikan rasa terimakasih serta doa harapan untuk peserta atau subjek intervensi.
2. Terapis menyampaikan permohonan maaf kepada peserta atau subjek intervensi.
3. Terapis melakukan doa bersama untuk menutup.
4. Terapis mengucapkan salam.

## CHECKLIST STABILITAS EMOSI

### A. Instrumen

Instrumen observasi atau pengamatan merupakan suatu cara mengumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan yang sedang berlangsung. Observasi dalam penelitian ini dilakukan secara langsung oleh peneliti pada fase intervensi dengan menggunakan metode observasi terstruktur, sehingga semua kegiatan observasi telah ditetapkan berdasarkan kerangka kerja yang memuat data yang ingin diperoleh. Observasi pada fase intervensi ini bertujuan untuk mengamati stabilitas emosi objek. Pedoman observasi menggunakan *checklist* yang telah disusun sebagai berikut:

No	Karakteristik	Ya	Tidak
1	Kreatif		
2	Produktif		
3	Tidak mudah cemas dan frustasi		
4	Mandiri		
5	Memiliki semangat tinggi		
6	Konsentrasi dalam belajar		
7	Efisien bertindak		
8	Tidak mudah terganggu oleh stimulus dari luar		
9	Tidak mudah gaduh		
10	Berkarya		
11	Tidak mudah gelisah		
12	Tidak mudah tegang		
13	Tidak mudah marah		
14	Tidak mudah frustasi		
15	Berhati-hati		
16	Independent		
17	Efisien berperilaku		

## B. Jawaban

Jawaban ini menggunakan dua alternatif jawaban dan berikut merupakan aturan pemberian skor:

Jawaban	Keterangan	Skor
Tidak	Tidak sesuai dengan kondisi sama sekali, atau tidak pernah.	0
Ya	Sesuai dengan kondisi sesungguhnya, atau sering terjadi.	1

Alternatif jawaban dan pemberian skor dibagi dengan rentang skala 2 skor, yaitu 0 untuk jawaban yang aitem pernyataannya tidak sesuai sama sekali dengan kondisi subjek atau tidak pernah, 1 untuk jawaban yang sesuai dengan kondisi subjek atau sering terjadi.

## C. Skala

Checklist ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan kondisi yang terjadi. Terdapat dua pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan.

Tidak	Tidak sesuai dengan kondisi sama sekali, atau tidak pernah.
Ya	Sesuai dengan kondisi sesungguhnya, atau sering terjadi.

Selanjutnya, terapis diminta untuk menjawab dengan cara memberikan tanda (V) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan kondisi yang ada. Tidak ada jawaban yang benar maupun yang salah, karena itu isilah pernyataan sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya,

## D. Skoring

Pretest dan post test akan dianalisis dengan skor dan presentase kemudian dikategorikan kemampuan subjek.

$$NP = r/sm \times 100\%$$

Keterangan :

NP : Nilai persen yang dicapai

R : Skor mentah yang diperoleh siswa

SM : Skor maksimum ideal dari tes yang bersangkutan

Tingkat Penguasaan (%)	Kategori/Predikat
81-100	Sangat Baik (SB)
61-80	Baik (B)
41-60	Cukup (C)
21-40	Rendah (R)
1-20	Rendah Sekali (RS)

Hasil analisis persentase dikategorikan menggunakan tabel pedoman penilaian seperti di atas.

**Lampiran Modul**

*Checklist Stabilitas Emosi*

**Hari dan Tanggal** : .....

No	Karakteristik	Ya	Tidak
1	Kreatif		
2	Produktif		
3	Tidak mudah cemas dan frustasi		
4	Mandiri		
5	Memiliki semangat tinggi		
6	Konsentrasi dalam belajar		
7	Efisien bertindak		
8	Tidak mudah terganggu oleh stimulus dari luar		
9	Tidak mudah gaduh		
10	Berkarya		
11	Tidak mudah gelisah		
12	Tidak mudah tegang		
13	Tidak mudah marah		
14	Tidak mudah frustasi		
15	Berhati-hati		
16	Independent		
17	Efisien berperilaku		

*Checklist Tunalaras*

Nama : .....

No	Karakteristik	Ya	Tidak
1	Sering kehilangan kendali temperamen		
2	Sering memberi alasan terhadap orang yang lebih dewasa		
3	Sering menantang dan menjengkelkan masyarakat		
4	Sering menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuatnya		
5	Sering mudah tersinggung atau mudah menjengkelkan orang lain		
6	Sering marah dan menunjukkan kekesalan		
7	Sering berlaku dengki atau menunjukkan dendam		
8	Suka mengancam orang lain		
9	Suka memulai perkelahian		
10	Suka menggunakan senjata		
11	Suka mengganggu orang lain dan hewan secara fisik		
12	Suka mencuri dan berbohong		
13	Melakukan penyerangan secara seksual		

14	Suka merusak barang		
15	Keluar rumah pada saat malam hari		
16	Meninggalkan rumah tanpa izin		
17	Menolak hadir di sekolah		

**TERIMAKASIH**