

Pengaruh Penggunaan Aromaterapi Cendana dengan Teknik *Vaporizer* terhadap Prilaku Agresif Anak Tunagrahita

Reni Silvia Rahim, Oom Siti Homdidjah & Euis Heryati
Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Dalam pandangan biologis, prilaku agresif dapat disebabkan oleh produksi serotonin yang rendah. Penggunaan aromaterapi cendana dengan teknik *vaporizer* disamping mampu meningkatkan produksi serotonin, juga mampu menghindari kebosanan, mengatasi masalah emosi, sehingga prilaku agresif menurun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterpi cendana dengan teknik *Vaporizer* terhadap prilaku agresif dengan metode eksperimen *Single Subject Research* (SSR) desain A-B-A. Subjek penelitian ini adalah seorang anak tunagrahita yang memiliki prilaku agresif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi cendana berpengaruh terhadap menurunnya frekuensi prilaku agresif. Namun demikian, efek dari intervensi tersebut tidak begitu signifikan setelah pemberian aromaterapi dihentikan.

Kata Kunci: *tunagrahita, agresif, aromaterapi*

PENDAHULUAN

Kemampuan intelektual anak tunagrahita yang lebih rendah daripada anak pada umumnya memberikan dampak pada aspek perkembangan lain yang berbeda dan lebih lamban (Amin, 1995). Perbedaan pada anak tunagrahita ini menjadi masalah dalam perkembangannya. Hal ini dikarenakan prilaku anak tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Sebagaimana permasalahan yang penulis temukan di lapangan pada salah satu PAUD di Kota Bandung. Anak mengalami kesulitan mengontrol diri, ia memunculkan prilaku agresif yang dimanifestasikan dalam prilaku memukul orang.

Prilaku agresif anak muncul hampir setiap hari dan seringkali muncul pada

waktu akan masuk kelas baik ketika jam pelajaran dimulai maupun ketika kembali ke kelas saat jam istirahat usai, ketika merasa jenuh saat belajar di kelas, ketika bermain bersama teman di luar kelas saat istirahat. Prilaku agresif yang muncul pada anak tidak hanya membuat ia dijauhi oleh temannya, namun hal ini juga menghambat tercapainya proses pembelajaran yang efektif di ruang kelas.

Sudah menjadi tugas guru untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung bagi anak, dan meminimalisir hal-hal yang menghalangi terjadinya proses pembelajaran yang efektif. Jika prilaku agresif anak merupakan salah satu bentuk *barier*, maka seorang guru tidak dapat mengabaikan bahwa itu harus diatasi. Hal

ini dapat dilakukan dengan memodifikasi perilaku anak, atau dapat juga didukung dengan memodifikasi lingkungan belajar menjadi lebih menyenangkan untuk menghindari kebosanan dan frustrasi.

Dari sekian banyak pendekatan yang ada, konsep *edutainment* dengan menggunakan pendekatan aromaterapi dapat digunakan sebagai salah satu pilihan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan di kelas sehingga anak terhindar dari rasa bosan. Selain itu diketahui bahwa aromaterapi berpengaruh positif terhadap proses mental.

Menurut *American on Mental Deficiency* (AAMD):

Mental retardation refers to significantly subaverage general intellectual functioning existing concurrently with deficits in adaptive behavior, and manifested during the development period” (Payne & Patton, 1981; 35). Berdasarkan pernyataan tersebut, dapat diketahui bahwa tunagrahita tidak hanya mengenai kecerdasan yang jauh di bawah rata-rata, tetapi juga terkait dengan perilaku adaptif. Ketunagrahitan juga meliputi keterbatasan dalam keterampilan adaptif atau penyesuaian perilaku (Payne & Patton, 1981).

Dampak ketunagrahitan yang terjadi pada diri seseorang salah satunya adalah pada aspek gangguan kepribadian dan emosi. Asri (2010) menyatakan:

Anak tunagrahita memiliki sifat agresif secara verbal dan fisik. Salah satu hal adalah sering anak lakukan adalah memukul, baik memukul kepada teman atau orang yang berada disekitarnya (guru, orangtua, dan sebagainya).

Prilaku agresif adalah perilaku meledak-ledak, yang sering diperlihatkan oleh anak tunagrahita. Terdapat dua jenis perilaku agresif yaitu perilaku agresif secara fisik dan secara verbal. Beberapa contoh perilaku agresif yaitu: (1) sering mengancam dan mengintimidasi anak lain, (2) sering

berkelahi, (3) menggunakan senjata yang dapat menyebabkan orang lain sakit, (4) bengis atau kejam terhadap orang lain, (5) bengis atau kejam terhadap binatang, dan (6) mengambil hak orang lain secara langsung.

Asri (2007) menyatakan bahwa faktor penyebab perilaku agresif pada anak tunagrahita adalah sebagai berikut;

(a) anak terlalu lelah, sehingga mudah kesal dan tidak bisa mengendalikan emosinya; (b) jika anak menginginkan sesuatu, selalui ditolak dan dimarahi; (c) anak gagal melakukan sesuatu, sehingga anak menjadi emosi dan tidak mampu mengendalikannya; (d) anak merasa terlalu dikekang; (e) anak merasa bosan berada di kelas sehingga anak sering meninggalkan kelas; (f) anak bosan dengan rutinitas yang selalu begitu; (g) pada anak yang mengalami hendaya dalam perkembangan mentalnya, sering terjadi tempertantrum, dimana dia putus asa untuk mengungkapkan maksudnya pada sekitar.

Selain faktor di atas, diketahui bahwa zat kimia tertentu yang diproduksi oleh system saraf pusat terbukti dapat mempengaruhi perilaku agresif. Zat kimia ini adalah yang disebut dengan serotonin. Kajian Witnitzer menunjukkan bahwa serotonin berperan dalam hal-hal berikut: (a) perkembangan sistem saraf pusat, (b) perilaku sosial, (c) tidur, (d) agresi, (e) ansietas, dan (f) gangguan afektif

Aromaterapi telah terbukti dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap proses mental. Pendekatan dengan menggunakan aromaterapi dapat bermanfaat dalam proses pembelajaran di kelas, namun hal akan menjadi berlebihan apabila hal pendekatan dengan aromaterapi ini dijadikan sebuah jawaban besar atas berbagai permasalahan yang muncul saat pembelajaran (Meiers, 2000).

Bau yang menyenangkan akan merangsang talamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi menghilangkan rasa sakit, bau kenanga dan melati dapat merangsang kerja endofrin pada kelenjar pituitari dan menghasilkan efek afrodosiak. Bau yang menimbulkan rasa tenang akan merangsang daerah di otak yang disebut dengan *raphe nucleus* untuk mengeluarkan sekresi serotonin.

Dalam kaitan antara penggunaan aromaterapi cendana dengan perilaku agresif dapat dijelaskan bahwa perilaku agresif pada anak tunagrahita dapat disebabkan oleh rasa frustrasi, kelabilan emosi dan kesukaran anak tunagrahita dalam memahami norma, kelelahan, tidak terpenuhi keinginannya, kebosanan, tidak mampu menyatakan keinginannya, dan terlalu di kekang. Berdasarkan pendekatan biologis, diketahui bahwa produksi serotonin yang rendah dapat mengakibatkan rentannya terjadi perilaku agresif

Guru dapat menggunakan konsep *edutainment* sebagai upaya untuk

menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam *edutainment* adalah penggunaan aromaterapi. Aromaterapi diketahui berpengaruh positif terhadap proses mental. Aromaterapi dapat digunakan di ruang kelas untuk menciptakan suasana kelas yang lebih menyenangkan

Salah satu aroma dari tumbuhan yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi perilaku agresif adalah aromaterapi cendana. Aroma yang dimunculkan oleh tumbuhan cendana dapat membantu produksi serotonin dalam otak. Seperti yang telah dibahas sebelumnya, bahwa serotonin yang merupakan salah satu zat kimia otak dalam beberapa penelitian terbukti berpengaruh terhadap perilaku agresif. Selain itu, penerapan aromaterapi di dalam kelas dapat menjadi salah satu bentuk *edutainment* yang memberikan suasana nyaman di dalam kelas, serta sebagai pengendali *mood* anak saat pembelajaran berlangsung.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Single Subject Research (SSR), dengan desain A-B-A. Menurut Sunanto (2005) bahwa desain ini tepat digunakan untuk penelitian pada subjek yang kecil bahkan satu orang.

Dijadikan subyek penelitian adalah ZS, seorang siswa tunagrahita yang mengalami masalah perilaku agresif. ZS adalah anak perempuan berusia 7 tahun. ZS bersekolah di PAUD WISANA. Di usianya yang sudah 7 tahun, ZS masih belum menguasai banyak tugas perkembangannya dalam seluruh aspek perkembangan. Dalam masalah perilaku, ZS sering terlihat memukul siapapun yang ada didekatnya saat ia merasa tidak senang, bosan, atau frustrasi

ketika tidak mampu melakukan tugas-tugas yang diberikan kepadanya.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku agresif yang dimanifestasikan dalam bentuk memukul orang lain. Variabel terikat diukur dengan satuan frekuensi, dan diamati selama anak berada di sekolah, yaitu dari pukul 08.00-11.00 WIB.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan aromaterapi cendana dengan teknik vaporizer. Pada saat pembelajaran dimulai di kelas, aromaterapi cendana dipanaskan menggunakan tungku dan lilin untuk menguapkan aroma minyak esensial cendana agar aromanya menyebar

di sekitar ruangan selama 30 menit, dalam keadaan minim aktivitas.

Adapun instrument yang digunakan adalah lembar observasi yang berisi; Subjek yang diamati, tempat, fase (kondisi), hari, tanggal, dan kolom frekuensi yang akan

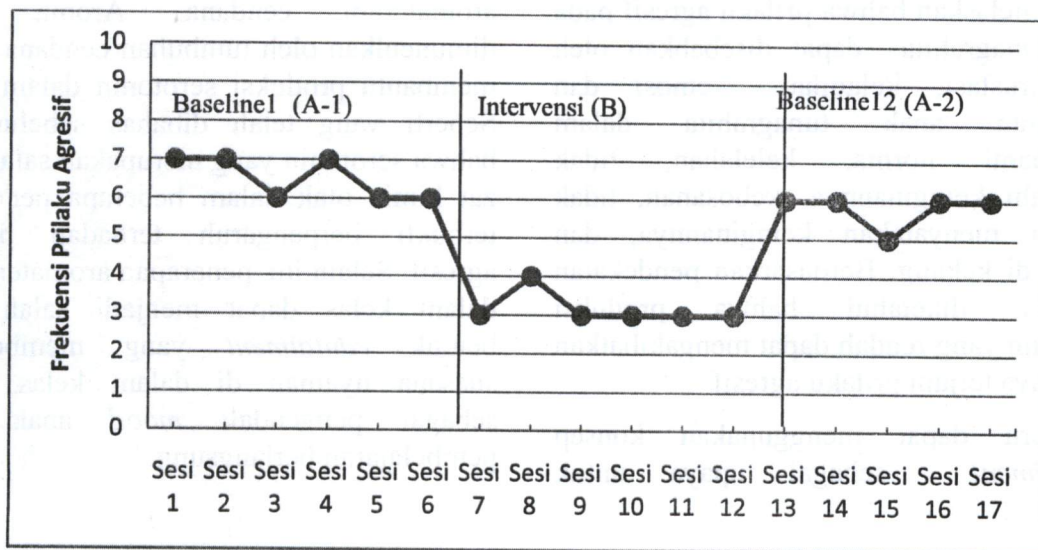
diisi dengan tally untuk melihat berapa kali anak memukul orang lain.

Untuk analisis data hasil penelitian akan digunakan analisis melalui grafik serta analisis statistik sederhana melalui analisis dalam kondisi dan antar kondisi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut disajikan data perkembangan frekuensi perilaku memukul orang lain yang

dimunculkan oleh subjek ZS dari fase ke fase:



Grafik 1
Data Frekuensi Memukul pada ZS
Selama di Sekolah

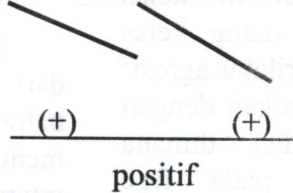
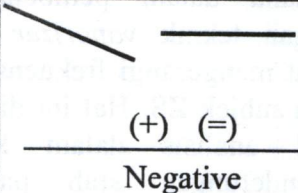
Tabel 1
Analisis Visual Dalam Kondisi
Prilaku Memukul pada ZS Selama Di Sekolah

Kondisi	A-1	B	A-2
Panjang Kondisi	6	6	5
Estimasi Kecenderungan Arah	(+)	(+)	(=)
Kecenderungan Stabilitas	Stabil (100 %)	Stabil (83,33 %)	Stabil (80 %)

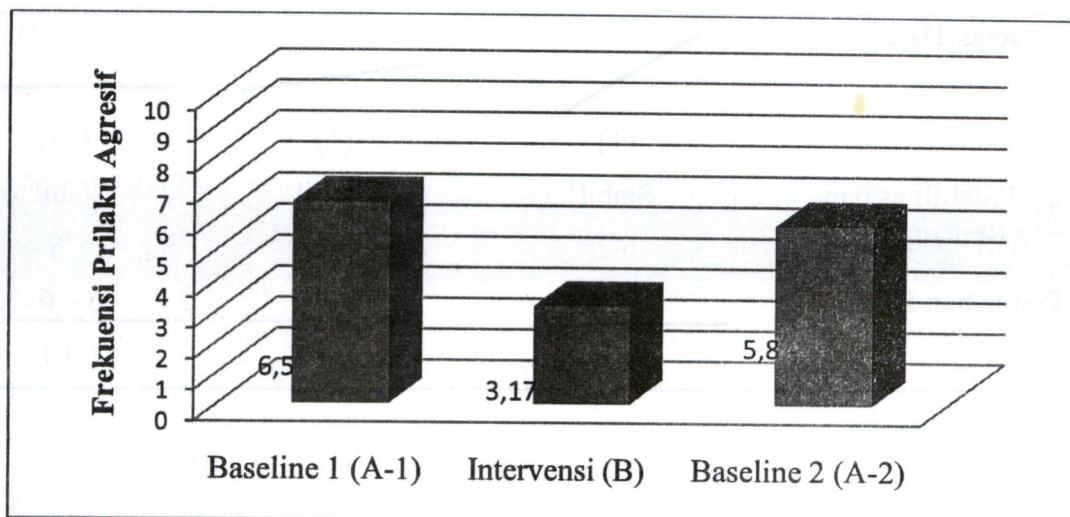
Jejak Data	(+)	(+)	(=)
	Level Stabilitas dan Rentang	Stabil 6-7	Stabil 3-3
Perubahan Level	7-6 (+1)	3-3 (=0)	6-6 (=0)

Tabel 2

Analisis Visual Antar Kondisi Prilaku Memukul Pada ZS Selama di Sekolah

Kondisi	B/A-1 (2:1)	B/A2 (2:1)
Jumlah Variabel	1	1
Perubahan kecenderungan arah dan efeknya		
Perubahan Kecenderungan Stabilitas	Stabil ke stabil	Stabil ke stabil
Perubahan Level Data	(6-3) +3	(3-6) -3
Presentase Overlap	0%	0%

Adapun data perkembangan mean level frekuensi memukul pada ZS selama berada di sekolah, sebagai berikut:



Grafik 2
Perkembangan Mean Level Frekuensi Memukul
pada ZS Selama di Sekolah Secara Umum

Temuan dari hasil pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan cukup memberikan petunjuk untuk menarik kesimpulan bahwa penggunaan aromaterapi cendana dalam pembelajaran di kelas dengan teknik *vaporizer* di ruang kelas dapat mengurangi frekuensi perilaku agresif pada subjek ZS. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis dalam kondisi dimana kecenderungan arah pada fase intervensi (B) adalah menurun. Hal ini menunjukkan frekuensi memukul orang lain semakin berkurang. Kemudian pada hasil analisis antar kondisi, ditemukan data yang mendukung pengaruh positif aromaterapi terhadap perilaku agresif tersebut, diantaranya adalah:

- 1) Perubahan kecenderungan arah dari fase baseline 1 (A-1) ke fase intervensi (B) yang menunjukkan arah menurun yang berarti kondisinya adalah membaik .
- 2) Perubahan level data dari fase baseline 1 (A-1) ke fase intervensi (B) adalah sebesar +3 poin, dimana terjadi perubahan yang positif karena frekuensi memukul orang lain yang muncul pada fase intervensi (B) lebih rendah daripada fase baseline 1 (A-1).

- 3) Hasil perhitungan presentase overlap yang rendah dari fase ke fase yaitu sebesar 0% menunjukkan adanya pengaruh yang intervensi yang tinggi terhadap *target behavior*.

Perkembangan perubahan mean level dari masing-masing fase, dapat diketahui bahwa terdapat perubahan mean level yang menurun secara signifikan pada kondisi intervensi (B) (3,17) yang menandakan menurunnya frekuensi perilaku agresif. Meskipun mean level pada baseline 2 (A-2) (5,8) naik kembali hampir mendekati fase baseline 1 (A-1) (6,5) namun data mean level pada fase tersebut masih berada di baseline 1 (A-1).

Selain hal-hal yang disebutkan di atas, hasil analisis data juga menunjukkan efek dari intervensi yang diberikan tidak menunjukkan pengaruh begitu berarti sesudahnya. Hal ini terlihat dari:

- 1) Pada fase baseline 2 (A-2) kecenderungan arah dan jejak datanya adalah mendatar (=), berarti tidak terdapat perubahan.
- 2) Level perubahan dalam kondisi pada fase intervensi (B) dan baseline 2 (A-2) sebesar 0 yang artinya kondisi pada fase tersebut cenderung tidak berubah.

- 3) Perubahan level data dari kondisi intervensi (B) ke kondisi baseline 2 (A-2) sebesar -3 yang berarti frekuensi perilaku agresif meningkat dan menandakan kondisi yang memburuk.
- 4) Mean level yang kembali meningkat pada fase baseline 2 (A-2) setelah

menurun secara signifikan pada fase intervensi (B).

Pelaksanaan intervensi selama penelitian mengalami kendala kontinuitas, dimana pemberian aromaterapi sempat terhenti beberapa hari. Hal tersebut dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan intervensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan aromaterapi cendana pada saat pembelajaran di ruang kelas berpengaruh terhadap menurunnya frekuensi perilaku agresif pada subjek ZS. Hasil yang dipaparkan tersebut menunjukkan bahwa saat sensori penciuman anak distimuli oleh aromaterapi akan menurunkan frekuensi

memukul orang lain yang muncul pada subjek ZS. Namun, efek dari intervensi tersebut tidak begitu berpengaruh setelah pemberian aromaterapi dihentikan. Kondisi perilaku agresif subjek hampir kembali seperti sebelumnya, namun dapat dikatakan lebih baik walaupun perbedaan tersebut tidak signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M. (1995). *Ortopedagogik Anak Tunagrahita*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Asri, P. (2007). *Anak Tunagrahita*. [Online]. Tersedia: http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/195103261979032-PUDJI_ASRI/Anak_Tunagrahita.pdf [14 Februari 2014]
- Meier, D. (2000). *The Accelerated Learning Handbook*. [Online]. Tersedia: http://www.psikiyatr.com/other/learninghandbook_2.pdf. [27 Juni 2014]
- Payne & Ratton. (1981). *Mental retardation*. Charles E. Merrill Publishing Company: Ohio
- Sunanto, J. dkk. (2005). *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. UPI Press: Bandung