

**METODE *SELF RECORDING* UNTUK MENURUNKAN  
HIPERAKTIVITAS PADA ANAK**



Disusun oleh :

**Kristien Wedhar Hapsari**

**05. 92. 0045**



**MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2008**

	<b>PERPUSTAKAAN</b>
NO. INV :	045 / s2 / M.PF / c1
TCL :	2/4 -08
PARAF :	

**METODE *SELF RECORDING* UNTUK MENURUNKAN  
HIPERAKTIVITAS ANAK**

**Tesis**

**Untuk memperoleh derajat Magister  
dalam Psikologi pada Program Magister Profesi Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang**

Oleh :

**Kristien Wedhar Hapsari**

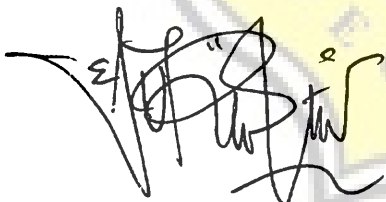
**MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2008**

## HALAMAN PERSETUJUAN

**Nama** : Kristien Wedhar Hapsari  
**NIM** : 05. 92. 0045  
**Fakultas** : Profesi Psikologi  
**Jurusan** : Klinis Anak  
**Judul** : Metode *Self Recording* untuk Menurunkan Hiperaktivitas Anak

**Pembimbing Kedua**



**Dra. Emiliana Primastuti, MSi**

**Pembimbing Utama**



**Dr. Endang Widyorini, Psi**

# HALAMAN PENGESAHAN

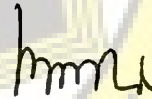
Tesis dengan judul :

**METODE *SELF RECORDING* UNTUK MENURUNKAN  
HIPERAKTIVITAS PADA ANAK**  
Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji  
Program Magister Profesi Psikologi Universitas Katholik  
Soegijapranata Semarang.

Pada tanggal :

1 Februari 2008

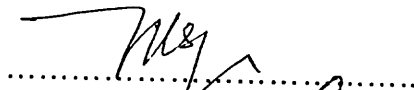
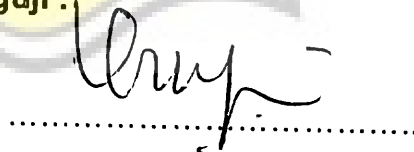
Mengesahkan  
Magister Profesi Psikologi  
Universitas Katholik Soegijapranata  
Ketua Program



(Dr. Endang Widyorini, Psi)

Dewan Penguji :

1. Dra. Praharesti Eriany, MSi
2. Dr. Wisjnu Martani, SU, Psi
3. Dra. Supami, MSi

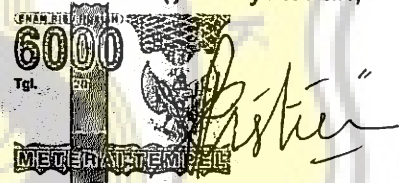


## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa didalam tesis ini tidak terdapat karya yang telah digunakan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja tertulis diacu dalam naskah tesis ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, Januari 2007

Yang menyatakan,



Kristien Wedhar Hapsari

05. 92. 0045

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Penerapan Metode Kontrol Diri untuk Menurunkan Hiperaktivitas pada Anak ADHD”. Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan strata dua.

Dalam menyusun tesis ini penulis banyak mendapat bantuan berupa bimbingan, dorongan, sarana, maupun finansial dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. DR. Endang Widyorini Psi, selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi sekaligus sebagai dosen pembimbing utama, terima kasih atas ilmu, bantuan dan dukungannya hingga terselesaikannya tesis ini.
2. Dra. Emiliana Primastuti M.Si, selaku dosen pembimbing pendamping, terima kasih atas perhatian dan dukungannya hingga penulis menyelesaikan tesis ini.
3. Mas Edi dan Mbak Endah selaku staf TU, terima kasih atas bantuan dan kerjasamanya selama ini.
4. Orangtuaku tercinta, terima kasih atas perhatian, cinta dan dukungan yang tiada habis-habisnya kepada penulis.

5. Saudara-saudaraku tercinta, Mas Yuli-Mbak Nia, Adek Ceci-Ade, Adek Ius, terima kasih atas kasih sayang dan dukungannya selama ini.
6. Seseorang yang selalu mendampingi, Mas Nico terima kasih atas dukungan dan kesetiaannya selama ini.
7. Teman-temanku di S2, Lina, Mbak Pipit, Mbak Sari, Cecey, Bu Veva, dan semua teman-teman PIO, Pendidikan dan Klinis Dewasa, terima kasih atas kerjasamanya selama ini.
8. Subyek KL dan Rd serta kedua orangtua subyek, terimakasih atas kesediaan, dukungan dan perhatiannya.
9. Dan semua pihak yang tidak bisa dituliskan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini, terima kasih.

Penulis menyadari bahwa penelitian yang telah dilakukan untuk penyusunan tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Walaupun demikian penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dan perkembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, Januari 2008

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Halaman Pernyataan Keaslian.....	iv
Kata Pengantar.....	v
Daftar Isi.....	vii
Daftar Tabel.....	ix
Daftar Gambar.....	x
Daftar Lampiran.....	xi
Abstraksi.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Permasalahan.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Hiperaktivitas pada Anak .....	11
1. Perilaku Hiperaktif.....	11
2. Ciri-ciri Anak Hiperaktif.....	13
3. Faktor Penyebab Perilaku Hiperaktif.....	15
4. Tipe Gangguan Pemusatan dan Hiperaktivitas.....	18
5. Kriteria Diagnostik Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas .....	20
6. Anak Hiperaktif di Sekolah .....	23
B. Penanganan Anak Hiperaktif .....	27
C. Terapi Kognitif Perilaku.....	29
D. Metode <i>Self Recording</i> .....	33
1. Pengertian.....	33



2. Tahap-tahap Metode <i>Self Recording</i> .....	36
E. Penerapan Metode <i>Self Recording</i> pada Perilaku Hiperaktif Anak .....	38
F. Hipotesis.....	43
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Metode Penelitian yang digunakan.....	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	44
C. Definisi Operasional.....	45
D. Subyek Penelitian.....	46
E. Metode Pengumpulan Data.....	47
F. Rancangan Penelitian.....	49
G. Teknik Analisis Data.....	53
 <b>BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN</b>	
A. Persiapan Penelitian.....	55
B. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	61
C. Pelaksanaan Penelitian.....	62
 <b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	64
B. Pembahasan.....	70
 <b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran.....	79
 Daftar Pustaka.....	 81
Lampiran.....	83

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Pretest Perilaku Hiperaktif Subyek KL.....	65
Tabel 2. Data Postest Perilaku Hiperaktif Subyek KL.....	67
Tabel 3. Data Pretest Perilaku Hiperaktif Subyek Rd.....	68
Tabel 4. Data Postest Perilaku Hiperaktif Subyek Rd.....	69



## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1. Grafik Perubahan Skor Pretest-Posttest Subyek KL... 67  
Gambar 2. Grafik Perubahan Skor Pretest-Posttest Subyek Rd... 69



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A.....	83
Surat ijin Orangtua	
Surat kontrak	
Lampiran B.....	84
Data Baseline	
Data Postest	
Uji Reliabilitas	
Uji Signifikansi	
Lampiran C.....	85
Modul <i>Penelitian</i>	
<i>Rating Scale</i> Hiperaktivitas	
Lembar Kontrol Diri	
Pedoman wawancara orangtua	
Pedoman wawancara guru	
Lampiran D.....	86
Contoh hasil pengisian <i>Rating Scale</i> Hiperaktivitas	
Contoh hasil pengisian lembar kontrol diri	

## ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan metode *self recording* dalam menurunkan hiperaktivitas anak. *Self recording* merupakan tahap awal dari metode kontrol diri yang merupakan bentuk dari terapi kognitif perilaku. Peran dari terapi kognitif perilaku dengan menggunakan metode *self recording* adalah mengajarkan anak cara bagaimana mengembangkan strategi kognitif untuk memecahkan masalah baik masalah akademik, kognitif maupun yang berkaitan dengan hubungan interpersonal. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen *single subjek design*, dengan jumlah subyek dua orang anak dengan gangguan hiperaktif berusia 9 tahun yang diberi *treatment* dengan metode *self recording*. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data adalah *rating scale* hiperaktivitas. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh penerapan metode *self recording* signifikan pada subyek yang mempunyai kemampuan intelektual rata-rata, telah mengikuti terapi dan mendapatkan dukungan dan perhatian yang besar dari keluarga.

Kata kunci : Hiperaktif, Metode *self recording*



## ABSTRACT

The purpose of this research is to know effect of self recording method for hyperactive children. Self recording is the first step of self control method. The role of behavior cognitive therapy using self recording method is teaching the children how the way to develop the cognitive strategy to solve the problems as well academic problems, cognitive problems as the problems which related with interpersonal relation. This research is experimentally research and use single subjects design, with two hyperactive children, 9 years old, which is given some treatment with self recording method. The device used in collecting data is hyperactivity rating scale. The result of this research indicate that effect of application self recording method is significant for subject with everage intellectual level, after follow therapy and get support and care from the family.

Key words : Hiperactivity, self recording method

