BAB V

IMPLIKASI HASIL PENELITIAN

Teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* merupakan terapi hasil rekayasa yang mengkombinasikan tahapan teknik *Systematic Desensitization* yang berasal dari (Joseph Wolpe, 1950) dengan tahapan teknik *generalization of operant stimulus* yang berasal dari (Gerry and Joseph, 2012) Rekayasa ini dilakukan dengan melihat keterbatasan pelaksanaan dari teknik *systematic desensitization* pada saat pelaksanaan praktikum. Hasil rekayasa ini kemudian diteliti untuk mengetahui pengaruhnya terhadap perubahan perilaku. Hasil penelitian tentang implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* terhadap penurunan *post traumatic stress disorder* anak korban kekerasan seksual di Sentra Phalamartha Sukabumi menghasilkan beragam temuan yang bisa untuk ditindaklanjuti.

Implikasi hasil penelitian merupakan hasil lebih lanjut dari hasil penelitian yang menghasilkan temuan-temuan yang berkontribusi untuk penguatan, perbaikan dan pengembangan teori maupun praktik yang berkaitan dengan penyelenggaraan proses pelayanan, program, kebijakan dan pengembangan model di dalam praktik pekerjaan sosial (Program Magister Terapan Pekerjaan Sosial, 2022). Implikasi hasil penelitian tentang implementasi teknik *Systematic Desensitization and Generalization of Operant Stimulus* dibedakan menjadi dua yakni secara teoritis dan praktis.

5.1 Implikasi Teoritis

Implikasi teoritis merupakan bentuk tambahan baru pada teori yang sudah ada atau bahan untuk menciptakan teori baru (Penelitianilmiah.com, 2022). Implikasi teoritis dapat berupa pengujian teori dalam penelitian, mendukung teori dalam menjelaskan fenomena yang sedang diteliti maupun menjadikan hasil penelitian sebagai dasar modifikasi teori (Penelitianilmiah.com, 2022). Secara implikasi teoritis, hasil penelitian ini menunjukkan beberapa hal yakni:

1. Adanya proses rekayasa terhadap teknik *Systematic Desensitization and Generalization of Operant Stimulus* menunjukkan bahwa teknik tersebut pada dasarnya dapat dikembangkan bersama bentuk teknik pengubahan perilaku lain. Hal ini sejalan dengan adanya keterbatasan pada saat asesmen sebelum proses mendesain teknik yang akan direkayasa, dimana dalam *systematic desensitization* menurut Joseph Wolpe (1950) didasarkan pada prinsip pengondisian klasik, yang menggabungkan relaksasi dengan pemaparan bertahap terhadap objek atau situasi yang menyebabkan kecemasan.
2. Proses *identify the situation* pada teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* bertujuan untuk memahami dan mengidentifikasi situasi yang akan dijadikan sebagai salah satu pilihan perilaku sasaran. Proses identifikasi situasi ini dikuatkan dengan teori dari Fritz Heider, Harold Kelley, dan Bernard Weiner (1986) terkait identifikasi situasi, menyatakan bahwa mengidentifikasi faktor

situasional yang mempengaruhi perilaku dan bagaimana individu menafsirkan situasi tersebut untuk memahami motivasi di balik tindakan. Hal ini, sejalan dengan kebutuhan tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*. Identifikasi situasi ini akan sangat berpengaruh kepada ketiga subjek penelitian dalam proses penerapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*.

3. Proses *hierarcy construction* pada tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* klien pada teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada subjek penelitian dalam menyusun hierarki yang dirasakannya sesuai dengan kondisi perasaan ataupun fisiknya, sehingga pada proses inilah banyak sekali terjadi pengambilan keputusan yang dilakukan oleh subjek penelitian. Tetapi, pada proses inilah Joseph Wolpe (1950) mengemukakan bahwa proses penyusunan hierarki ketakutan ini dilakukan dengan menyusun daftar situasi yang menimbulkan ketakutan dari yang paling ringan hingga parah.
4. Proses justifikasi ini menjadi penting dalam pengembangan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* mengingat pada tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* terdapat tahapan tersendiri bagi klien untuk menyampaikan keputusan perubahannya, karena pada dasarnya

teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* berfokus pada penurunan ketakutan yang dirasakan oleh subjek penelitian. Justifikasi klien penting di dalam proses terapetik sebagai bentuk partisipasi dan pengahargaan terhadap klien.

5. Adanya tata tertib untuk diwajibkan melaksanakan kegiatan keterampilan di Sentra Phalamartha Sukabumi merupakan salah satu cara untuk mengontrol perilaku penerima manfaatnya. Sehingga, hal ini mengharuskan subjek penelitian untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru tersebut. Penyesuaian diri tersebut dilakukan dengan cara salah satunya yakni patuh terhadap tata tertib atau menurunkan perilaku negatif serta meningkatkan perilaku positif yang dimilikinya. Namun, melalui teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* diketahui bahwa subjek penelitian mengakui dan menyadari jika dirinya memiliki rasa ketakutan mendalam akan sesuatu hal yang berkaitan dengan fenomena masa lalu yang terjadi dalam dirinya. *Post traumatic stress disorder* yang dialami oleh subjek penelitian disebabkan oleh beberapa faktor seperti kasus kekerasan seksual yang menimpanya, kisah tidak baik terkait dengan kondisi tersebut terbawa hingga alam bawah sadar (*unconsious*), hal tersebut dikemukakan oleh Sigmund Freud (1923) *the Ego and the Id*, dimana model struktural dan menggambarkan bagaimana komponen pikiran berinteraksi sepenuhnya dengan alam bawah sadar, hal inilah yang menyebabkan peristiwa tidak mengenakkan dapat terputar dengan

otomatis. Anggapan atau keyakinan dan keinginan tersebut pada dasarnya berasal dari kognitif dan traumatis subjek penelitian yang berpengaruh terhadap *post traumatic stress disorder*. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *post traumatic stress disorder* yang dialami oleh anak korban kekerasan seksual ini berdampak pada perilaku sehari- hari yang dilakukannya, dimana pada beberapa situasi dan kondisi terdapat hal- hal yang mampu untuk me*recall* peristiwa kekerasan seksual yang menimpa subjek penelitian.

6. Adanya dua jenis perilaku yang menjadi sasaran perubahan yakni dalam perilaku maladaptif yang akan diubah menjadi perilaku adaptif dan perilaku adaptif yang akan ditingkatkan. Perilaku adaptif yang dimaksud merupakan tindakan yang memungkinkan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya, mengatasi tantangan dan mencapai tujuan (Muna, 2023). Perilaku maladaptif yakni tindakan yang menghambat kemampuan seseorang untuk berfungsi secara efektif dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Muna,2023). Bentuk perilaku adaptif yang menjadi sasaran perilaku dalam penelitian ini adalah perilaku bertanya pada instruktur keterampilan dan melakukan instruksi dari instruktur keterampilan sedangkan perilaku maladaptif yaitu memalingkan muka saat berkomunikasi dan menjahili teman saat kegiatan keterampilan. Perilaku- perilaku tersebut dipilih dan dipertimbangkan atas proses asesmen terhadap anak dan pekerja sosial di Sentra Phalamarta

Sukabumi.

7. Rekayasa teknologi yang dilakukan, terdapat beberapa unsur pendukung seperti asumsi, model, teknik dan sebagainya. Asumsi yang peneliti gunakan dalam rekayasa ini merupakan asumsi *social learning theory* yang dikemukakan oleh Bandura (1986), tetapi terdapat unsur yang ditambahkan pada teknik yang direkayasa, dimana hal tersebut terdapat pada fase tahapan teknik, untuk tahapan yang direkayasa terdapat penambahan *generalization of operant stimulus* guna untuk komplesitas dan komprehensifnya penerapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*.

5.2 Implikasi Praktis

Implikasi praktis mengacu pada kontribusi kebaruan dalam hal manfaat penelitian untuk aplikasi dalam kehidupan sehari-hari (Penelitianilmiah.com, 2022). Implikasi praktis juga diartikan sebagai hubungan logis antara peristiwa dan hasil nyata dari suatu peristiwa (Penelitianilmiah.com, 2022). Secara implikasi praktis, penelitian ini menunjukkan beberapa hal yakni sebagai berikut:

1. Hasil implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* menunjukkan adanya pengaruh terhadap penurunan empat *target behavior* yang menunjukkan pengaruh *post traumatic stress disorder* yang berarti adanya penurunan *post traumatic stress diosrder* dari subjek penelitian. Dengan demikian, teknik ini dapat menjadi salah satu alternatif untuk membantu intervensi perilaku klien.

2. Adanya proses *identify the situation* dapat membantu pekerja sosial maupun terapis dalam menilai dan mengidentifikasi bersama dengan subjek penelitian terkait dengan perilaku sasaran yang akan dipilih. Sehingga, hal ini dapat menjadi salah satu proses asesmen pemilihan perilaku spesifik pada subjek penelitian, mengingat pada teknik *systematic desensitization* tidak dapat dilakukan dengan *over generalisasi* pada subjek penelitian, hal ini dikarenakan kondisi dan pengalaman serta respon yang dirasakan oleh subjek penelitian berbeda satu sama lain.
3. Hasil implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* pada tahap *hierarcy construction* ketiga subjek mengalami kesulitan dalam menentukan tingkatan hierarki perilaku yang telah dipilih untuk menjadi perilaku sasaran tersebut, meskipun telah dijelaskan oleh peneliti. Hal ini, akan menghambat jalannya implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* mengingat seorang terapis maupun pekerja sosial tidak dapat memaksakan kehendak terhadap kemampuan subjek penelitian. Kemudian, ketika dipelajari lebih lanjut oleh peneliti, disimpulkan bahwa tahapan *hierarcy construction* perlu ditambahkan proses analogi dan *sharing* informasi secara jelas sehingga subjek penelitian tidak mengalami kebingungan dan dapat terpetakan dengan jelas dan tepat.

4. Proses pada tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* ketika diimplementasikan terasa sangat panjang untuk dilakukan. Sehingga pada tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* ini perlu untuk diperpendek agar lebih efisien dalam pelaksanaannya namun tidak meninggalkan fungsi dari tahapan tersebut. Adanya pengulangan pada tahapan setiap masuk kedalam tingkatan hierarki lain menyebabkan perlunya waktu yang cukup lama dalam pelaksanaan teknik ini.
5. Proses penerapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* masih ada kekurangan pada bagian asesmen awal, dimana perlunya asesmen perilaku subjek yang diukur dengan baik, sehingga frekuensi tingkatan *target behavior* pada masing- masing subjek penelitian akan jelas dan dapat dianalisis.
6. Hasil implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* menunjukkan masih ada kekurangan berdasarkan pengalaman empirik pada kegiatan penelitian ini. Sehingga dengan demikian perlu untuk memodifikasi kembali teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* dengan melalukan penyesuaian berdasarkan pengalaman empirik pada kegiatan penelitian yang dilakukan oleh peneliti agar teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* lebih sederhana dan mudah untuk digunakan. Roger (dalam Syukur, 2008) mengatakan

jika teknologi merupakan desain alat bantu untuk mengurangi ketidakpastian dalam mencapai tujuan. Selain itu, teknologi juga merupakan metode rasional yang efisien dalam setiap kegiatan manusia (Jacques Ellul (dalam Syukur, 2008)). Dengan demikian, diperlukan suatu model akhir dari teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* yang lebih sederhana, mudah dan efisian untuk digunakan dalam proses intervensi, karena teknologi pada dasarnya digunakan untuk mempermudah kegiatan dalam mencapai tujuan.

5.3 Model Akhir

Model akhir pada penelitian ini merupakan model akhir dari teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* yang dirancang pada saat kegiatan praktikum profil terapi psikososial yang kemudian diujicobakan pada kegiatan penelitian. Model akhir teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* didasarkan pada temuan-temuan saat implementasi atau pengalaman empirik pada kegiatan penelitian ini. Temuan-temuan tersebut menjadi bahan untuk memodifikasi atau merekayasa teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* hingga menjadi model akhir yang telah disesuaikan. Hal ini sebagaimana yang telah dijelaskan pada penjelasan tentang implikasi praktis dari penelitian ini tentang pentingnya untuk melakukan modifikasi terhadap teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* agar lebih sederhana

dan mudah untuk digunakan.

Model awal teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* dirancang pada saat kegiatan praktikum profil terapi psikososial peneliti dengan melihat hasil asesmen masalah dan kebutuhan dari pelaksanaan terapi psikososial di lokasi praktikum peneliti. Teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* dirancang untuk pengembangan teknik *systematic desensitization*. Saat melakukan praktikum teridentifikasi adanya kekurangan atau keterbatasan dalam pelaksanaan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*. Kekurangan maupun keterbatasan tersebut diantara lain yakni sebagai berikut:

1. Pelaksanaan tahapan *systematic desensitization* yang tidak sistematis; dalam hal ini proses pekerja sosial kurang memperhatikan perkembangan tahapan dari *systematic desensitization* dan pelaksanaaan terapi tidak teratur atau dilakukan ketika ada waktu senggang antara pekerja sosial dan klien.
2. Meningkatkan kerja sama antara pekerja sosial dengan klien, dalam hal ini dimaksudkan bahwa dalam proses pelaksanaan teknik *systematic desensitization* pekerja sosial lebih banyak andil dalam proses perubahan dan kurang mendengarkan bagaimana klien mengungkapkan perasaanya, dimana diharuskan terdapat kerjasama antara pekerja sosial dengan klien.
3. Perilaku yang diukur masi general sehingga tidak melihat frekuensi

perilaku target antar subjek penelitian.

4. Cenderung berfokus pada proses eksplorasi klien dan perubahan klien tanpa adanya kesempatan bagi klien untuk menyatakan keputusan perubahnnya; dalam hal ini dimaksudkan bahwa pekerja sosial lebih berfokus memberikan serangkaian pertanyaan kepada klien dan cepat dalam menarik kesimpulan tentang masalah yang dihadapi oleh klien sehingga klien tidak memiliki kesempatan untuk menyampaikan keinginan perubahannya dan rasionalisasinya.

Kekurangan atau keterbatasan dari teknik *systematic desensitization* sebenarnya muncul karena pelaksanaannya yang kurang optimal dari pekerja sosial. Namun hal tersebut perlu untuk dipahami mengingat jumlah pekerja sosial hanya satu orang dengan 10 penerima manfaat yang harus diberikan penanganan serta banyaknya kegiatan eksternal yang harus dilaksanakan seperti respon kasus. Karena itu sangat wajar apabila layanan psikososial yang diberikan kurang maksimal. Mempertimbangkan hal- hal tersebut, rekayasa teknik *systematic desensitization* lebih ditekankan untuk melengkapi pelaksanaan teknik *systematic desensitization* dari sisi partisipasi klien untuk dapat memberikan komitmen dan pernyataan perubahan secara langsung kepada pekerja sosial dengan dibantu oleh lingkungan sekitar dalam membentuk lingkungan buatan dan menambahkan adanya *self talk*. Adanya rekayasa tersebut diharapkan klien memiliki kesempatan dan waktu tersendiri untuk dapat menyampaikan keinginannya untuk berubah dan menjelaskan rasionalisasinya, sehingga dapat

menjadikan suasana hubungan terapeutik yang saling mendukung dan setara.

Rekayasa dilakukan dengan mengkombinasikan tahapan pada *Systematic Desensitization* dengan tahapan teknik *Generalization of Operant Stimulus.* Tahapan teknik *Generalization of operant stimulus* menunjukan tahapan yang lebih pragmatis dan menekankan pada partisipasi aktif klien untuk membuktikan kesiapannya berubah serta membantu untuk mengkondisikan lingkungan sekitarnya sebagai stimulus yang membuat lingkungan buatan sesuai dengan hierarki ketakutan yang dirasakan oleh klien. Dengan demikian teknik *Generalization of Operant Stimulus* dianggap dapat menjadi pelengkap (*complementary*) dari teknik *Systematic Desensitization*.

Hasil rekayasa tersebut diberi nama teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus.* Kemudian, untuk mengetahui apakah terapi hasil rekayasa tersebut dapat berdampak pada perubahan maka dilakukan uji coba melalui kegiatan penelitian ini. Teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* diujicobakan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap penurunan *post traumatic stress disorder*, mengingat saat praktikum permasalahan yang diintervensi oleh pekerja sosial adalah permasalahan perilaku traumatis. Sehingga penelitian dilakukan terhadap subjek penelitian yang memiliki karakteristik hampir sama dengan klien yang dijadikan sebagai sasaran praktikum terapi psikososial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* berpengaruh dalam menurunkan *post traumatiuc stress disorder* atau yang berarti meningkatkan kemampuan untuk menghilangkan ketakutan. Namun, hasil implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* juga menunjukkan adanya keterbatasan dalam teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus.* Keterbatasan tersebut diantaranya yakni pertama; adanya kesulitan bagi subjek penelitian untuk melakukan tahapan *identify the situation* dan *hierarcy construction*. Hal ini, akan menghambat proses implementasi teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*. Ketidakmampuan subjek penelitian tersebut juga didasari dengan subjek penelitian belum memiliki pemahaman mengenai apa itu ketakutan yang sangat menganggunya dari banyaknya hal yang terbayang, serta menentukan urutan dari ketakutan yang dirasakan. Kedua; tahapan-tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* terlihat panjang atau kurang sederhana, hal ini akan menjadi salah satu faktor penghambat dan memengaruhi keefektifan dari hubungan terapetik. Adanya keterbatasan tersebut maka dilakukan modifikasi terhadap model awal teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* yang sudah diujicobakan.

Model awal teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* terdiri atas enam tahapan yang didalamnya terdapat

beberapa tahapan yakni sebagai berikut:

1. *Self Preparation and Relaxation*

   Pekerja sosial dapat mengawali teknik pengubahan perilaku dengan melakukan *small talk* kemudian pekerja sosial akan mengarahkan klien untuk dapat mempersiapkan diri memulai teknik penyembuhan ketakutan, dimana pada tahapan ini juga dilakukan relaksasi ringan seperti pernafasan dan pengaturan *self control* guna membantu klien merasa lebih siap dan mampu untuk diberikan penanganan secara komprehensif. Pada tahap ini juga pekerja sosial mulai untuk mengkondisikan situasi sekitar sehingga klien tidak akan terdistraksi oleh lingkungan sekitarnya.

2. *Identify the Situation*

   Pekerja sosial melaksanakan tahap selanjutnya dengan proses identifikasi situasi yang dialami oleh klien, tahapan ini juga melakukan asesmen lanjutan terkait dengan situasi ketakutan yang dirasakan oleh klien. Mengidentifikasi situasi ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan terkini yang dialami oleh klien, juga perasaan klien terhadap ketakutannya, seperti tingkat ketakutan dan kondisi traumatis lain yang dirasakan oleh klien. Identifikasi situasi ini sangatlah penting karena akan membantu klien melakukan eksplor masalah yang sedang dialaminya.

3. *Hierarcy Construction*

   Hierarki merupakan suatu daftar situasi yang dirancang untuk membantu klien menghadapi berbagai tingkat kecemasan. Dalam tahap ini, pekerja sosial berperan dalam membimbing klien dalam proses pembuatan hierarki

dengan langkah-langkah berikut: memilih jenis hierarki yang sesuai, menentukan jumlah tingkatan dalam hierarki yang akan dikembangkan, mengidentifikasi kriteria yang diperlukan untuk setiap tingkatan, menjelajahi butir-butir dalam hierarki sampai menemukan yang sesuai dengan kriteria, meminta klien untuk mengidentifikasi beberapa butir yang dapat mereka kendalikan, menjelaskan tujuan dalam merangking butir-butir dalam hirarki berdasarkan tingkat pengaruhnya terhadap kecemasan, meminta klien untuk menyusun butir-butir dalam hierarki berdasarkan tingkat pengaruh yang sama, dan menyesuaikan jumlah butir dalam hierarki agar menjadi lebih logis dan sesuai dengan kebutuhan klien.

4. *Treatment (Imagery, Generalization, Talking)*

   Pada langkah ini, pekerja sosial akan memilih strategi *counterconditioning* atau tindakan penanggulangan yang sesuai untuk mengatasi atau mengurangi kecemasan. Mereka akan menjelaskan tujuan dari tindakan yang dipilih dan membahasnya bersama klien. Selanjutnya, pekerja sosial akan melatih klien dalam melaksanakan tindakan penanggulangan ini dan mendorong klien untuk menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari. Sebelum memulai latihan, klien akan diminta untuk menilai tingkat kecemasan mereka. Pekerja sosial akan melanjutkan latihan ini hingga klien mampu membedakan berbagai tingkatan kecemasan dan dapat menggunakan respons yang tidak berkaitan dengan kecemasan untuk mencapai tingkat kecemasan sepuluh atau lebih rendah dalam skala penilaian dari 0 - 100. Pelaksanaan yang khas dari desensitisasi dititik

beratan pada imajinasi klien, hal ini berasumsi bahwa imajinasi dari situasi adalah sama dengan situasi nyata dan bahwa belajar yang terjadi dalam situasi imajinasi menggeneralisasi pada situasi nyata, karena itu tugas pekerja sosial adalah menjelaskan pengunaan imajinasi dalam desensitisasi, mengukur kapasitas klien untuk menggeneralisasi imajinasi secara hidup dengan bantuan klien, pekerja sosial menentukan apakah imajinasi klien memenuhi kriteria atau tidak. Selain itu juga dilakukan pengkondisian lingkungan sekitar seakan memang adanya hal yang ia takutkan, sehingga nantinya hal tersebut akan membuat klien merasa terbiasa dan sering berinteraksi dengan ketakutannya. Hal yang tidak kalah penting harus dilakukan adalah terkait bicara pada diri sendiri untuk menguatkan bahwa dirinya mampu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi.

7. *Affirming, Supporting and Justification*

   Pekerja sosial menyampaikan pernyataan yang memberikan dukungan dan penghargaan kepada klien dengan cara yang mengakui upaya-upaya klien serta memperkuat peran klien dalam proses penerapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*. Pekerja sosial juga mengajak klien untuk berbicara dan mengonfirmasi tekad mereka untuk mengambil langkah-langkah perubahan di hadapan mereka.

8. *Evaluation*

   Pekerja sosial melakukan evaluasi terkait dengan dampak yang ditimbulkan setelah adanya proses pengubahan perilaku menggunakan

teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*, selain itu juga diidentifikasi terkait dengan hambatan yang dialami serta rencana penerapan hierarki selanjutnya untuk menyesuaikan dengan kondisi yang dialami oleh klien. Evaluasi ini juga akan menjadi proses pengukuran keberhasilan urutan hierarki yang telah coba dihilangkan.

Model akhir teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* merupakan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* yang dimodifikasi dan disesuiakan dengan melihat keterbatasannya pada implementasi terhadap subjek penelitian pada kegiatan penelitian. Penyesuaian tersebut diantaranya dengan menambahkan proses asesmen pada *identify situation* dan proses analogi pada *hierarcy construction* serta menyederhanakan tahapan-tahapan tanpa menghilangkan fungsi-fungsi dari setiap tahapan. Berikut adalah tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* model akhir:

1. *Self preparation and relaxation*; yang dimaksudkan pada tahapan ini adalah pekerja sosial atau terapis membangun hubungan saling percaya dan membantu dengan klien serta meyakinkan kepada klien bahwa hubungan yang dijalin akan bermanfaat bagi klien serta melaksanakan proses relaksasi awal.
2. *Identify the Situation and Assesment the Hierarcy Sonstruction*; yang dimaksud pada tahapan ini adalah pekerja sosial bersama klien melakukan identifikasi situasi melalui proses asesmen serta menyusun

tingkatan hierarki perilaku berdasarkan hasil asesmen yang dilakukan sebelumnya melalui analogi dan perumpaan agar klien mengerti.

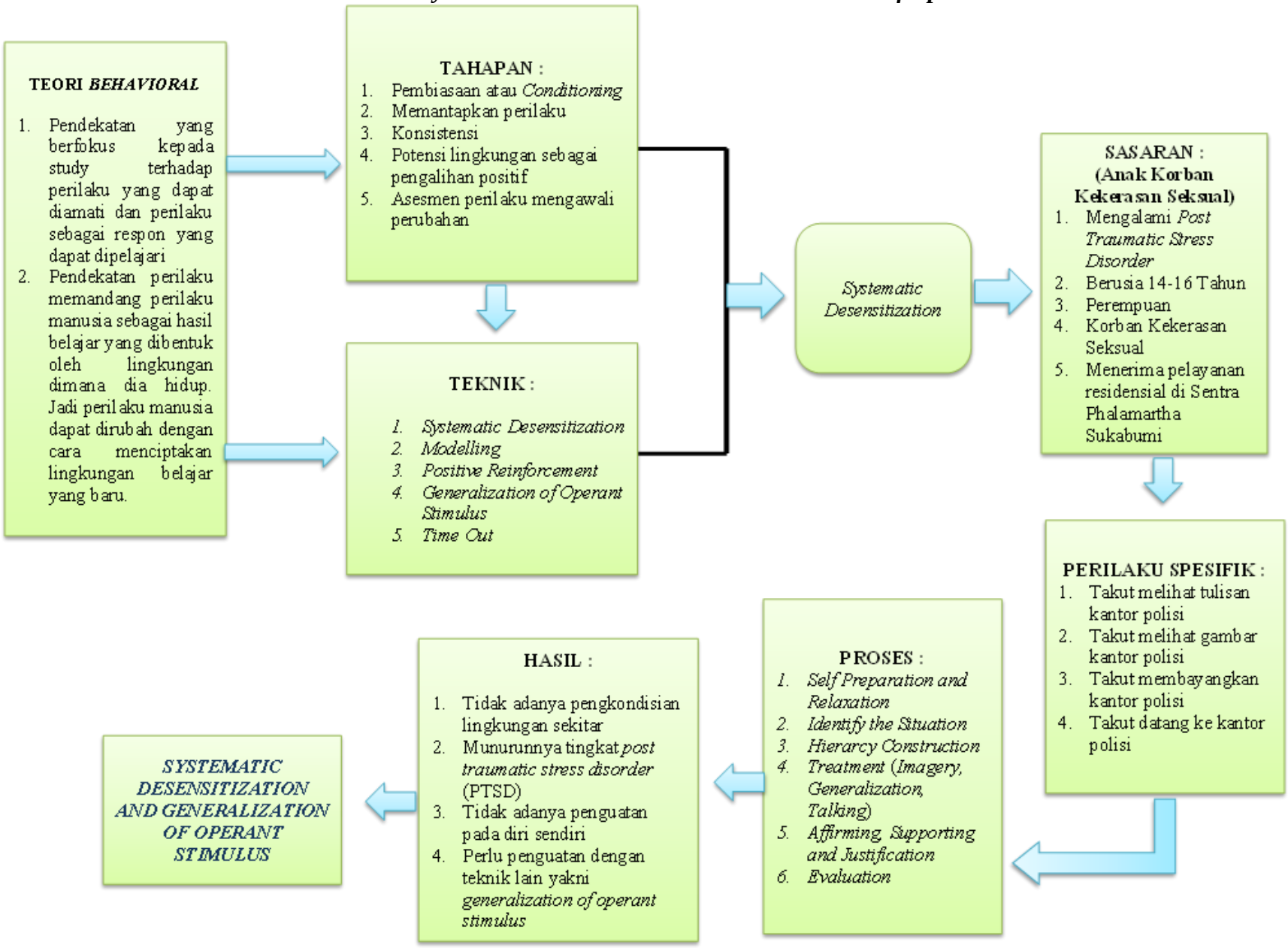
3. *Treatment*; yang dimaksud pada tahapan ini adalah pekerja sosial mulai untuk melakukan proses penurunan ketakutan yang dialami oleh klien. Dengan melakukan beberapa proses sebagai berikut:
   1) *Imagery*; Pekerja sosial mengarahkan klien untuk membayangkan terkait ketakutan yang berada pada hierarki paling mudah, dimana membayangkan ini juga dibantu dengan teknik relaksasi untuk tetap menjaga klien rileks serta dapat terkontrol dengan baik saat mulai membayangkan ketakutannya.
   2) *Generalization*; pekerja sosial bekerja sama dengan orang sekitar klien membuat lingkungan buatan yang sama dengan ketakutan yang dialami oleh klien, yang mana proses ini nantinya diharapkan klien mampu untuk merasakan berada pada lingkungan buatan dan terbiasa ketika menemui lingkungan alamiahnya yang menjadi *trigger*.
   3) *Talking*; pekerja sosial meminta kepada klien untuk selalu melakukan *self talk* atau proses berbicara dengan diri sendiri yang bertujuan untuk memberikan penguatan secara pribadi dan membentuk *mindset* positif.
4. *Affirming, supporting and justification*; yang dimaksud pada tahapan ini adalah pekerja sosial memberikan valiadasi pada klien bahwasannya dia bisa sedikit demi sedikit berproses untuk menurunkan ketakutan

yang dirasakannya, memberikan semangat bahwa semua proses dan tahapan dapat dilakukan dengan baik serta mengajak klien untuk berbicara dan mengkonfirmasi komitmen atau tekad mereka untuk mengambil langkah perubahan dan meneruskan proses pelaksanaan teknik teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus.*

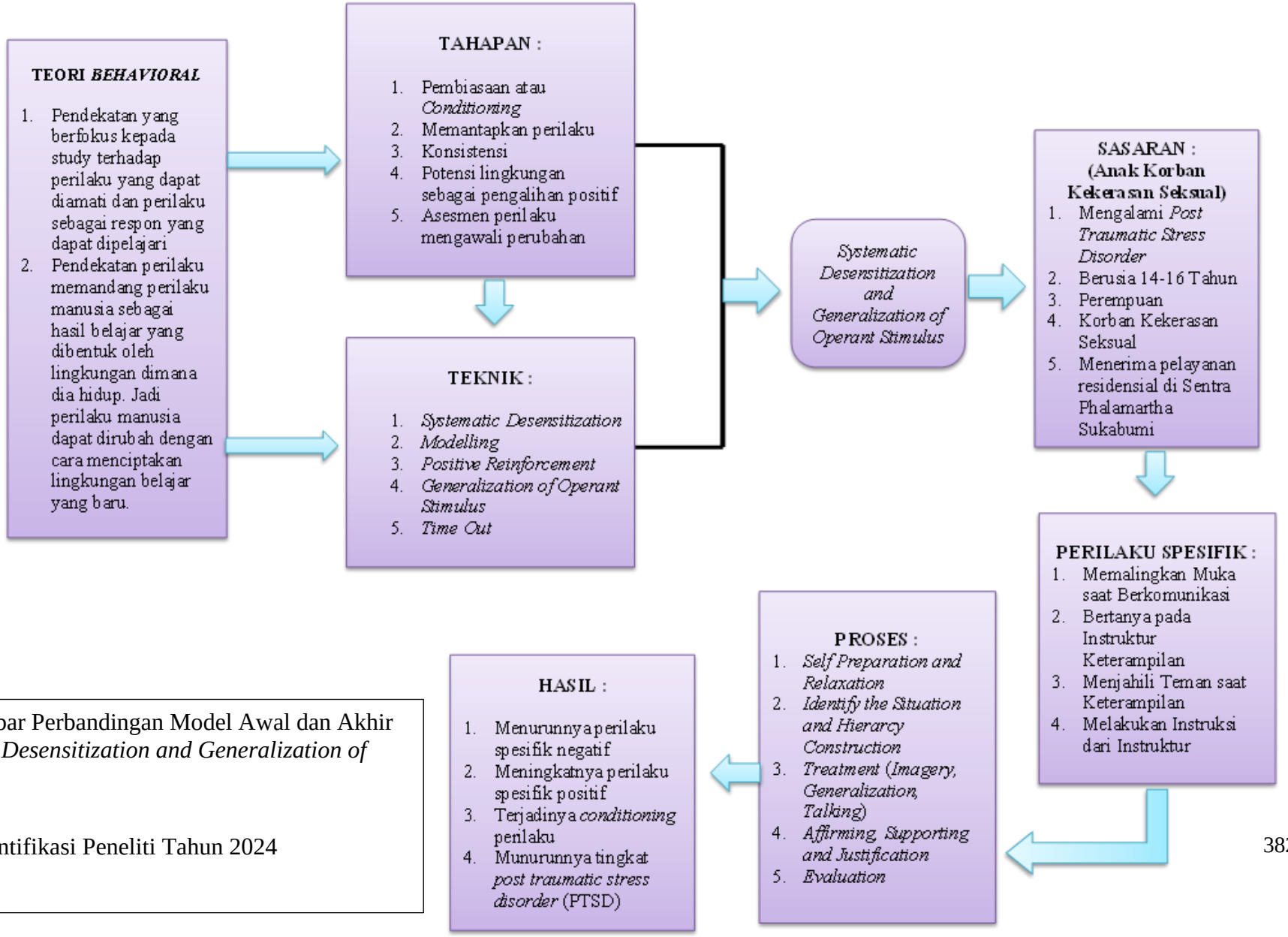
5. *Evaluation*; yang dimaksud adalah pekerja sosial melakukan evaluasi terkait dengan dampak yang ditimbulkan setelah adanya proses langkah- langkah mulai dari pertama hingga kelima dalam tahapan teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* serta melakukan Identifikasi terkait dengan hambatan yang dialami serta rencana penerapan hierarki selanjutnya apabila dirasa sudah mampu naik ke tingkat yang lebih susah. Evaluasi ini juga bertujuan untuk menjadi proses pengukuran keberhasilan urutan hierarki yang akan coba dihilangkan satu persatu.

Perbedaan model awal dan model akhir dari teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus* digambarkan melalui gambar di bawah ini:

Model Awal Saat Praktikum *Teknik Systematic Desensitization and Generalization of Operant Stimulus*



Model Akhir Saat Penelitian Tesis *Teknik Systematic Desensitization and Generalization of Operant Stimulus*



Gambar 5. 1 Gambar Perbandingan Model Awal dan Akhir *Teknik Systematic Desensitization and Generalization of Operant Stimulus*

Sumber: Hasil Identifikasi Peneliti Tahun 2024

Kedua gambar di atas merupakan perbandingan gambar model awal dan model akhir dari teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*. Berikut adalah uraian perubahan dari model awal ke model akhir teknik *systematic desensitization and generalization of operant stimulus*:

1. Tahapan *self preparation and relaxation* tidak mengalami perubahan
2. Tahapan *identify the situation* disatukan dengan *hierarcy construction* guna melakukan asesmen dan penentuan tingkatan dengan tepat, penggabungan ini juga bertujuan untuk memangkas tahapan agar lebih efektif dan efisien. Penggabungan tahapan ini dilakukan agar prosesnya dapat lebih intens melalui analogi.
3. Tahapan *treatment* (*imagery, generalization, talking*) tidak mengalami perubahan karena dirasa sudah sesuai dan tetap berjalan sesuai dengan desain awal yang telah di rancang.
4. Tahapan *affirming, supporting and justification*, tidak mengalami perubahan, pada proses inilah terdapat fase penguatan dan pemberian afirmasi positif, dimana hal tersebut akan menunjang dan menguatkan pembentukan perilaku dan penghilangan ketakutan yang dirasakan oleh klien.

5.4 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian pada penelitian ini merupakan bentuk penjelasan terhadap luasnya ruang lingkup penelitian yang tidak dapat dipenuhi semuanya oleh peneliti karena kesulitan metodologis maupun

prosedural sehingga tidak dapat dicakup dalam penelitian dan di luar kendali peneliti. Berikut adalah keterbatasan penelitian di dalam penelitian ini:

1. Penurunan tingkat *post traumatic stress disorder* dan ketakutan pada tiga subjek penelitian dapat disebabkan oleh faktor eksternal seperti lingkungan sosial. Hal ini mungkin terjadi karena adanya usaha untuk menciptakan lingkungan buatan yang sesuai dengan ketakutan yang dialami oleh klien tetapi lingkungan yang dibuat tidak menjadi ajeg bahkan cenderung hilang timbul.
2. Bentuk penolakan terhadap intervensi yang dilakukan oleh subjek penelitian menjadi penghalang dalam optimalisasi terapi. Ini terjadi karena kepercayaan yang terbentuk tidak kuat dan peneliti tidak bisa memaksakan kehendaknya pada subjek.
3. Subjek penelitian mungkin menunjukkan perilaku manipulatif untuk mengesankan adanya perubahan saat diobservasi, karena observasi yang dilakukan oleh peneliti hanya dilakukan pada waktu tertentu dan tidak secara partisipatif.
4. Perubahan perilaku yang berkelanjutan pada individu membutuhkan waktu yang lama dan konsistensi dalam terapi. Oleh karena itu, jika subjek tidak lagi diintervensi dengan teknik *systematic desensitization ang generalization of operant stimulus*, ada kemungkinan subjek kembali mengalami ketakutan awal. Perubahan perilaku dan kesungguhan subjek untuk berubah berada di luar kendali peneliti.