

## STRATEGI PEMBELAJARAN BAGI ANAK YANG KURANG BAIK DALAM BERBAHASA MELALUI KONSELING *COGNITIF BEHAVIOR THERAPY* (CBT)

<sup>1</sup>Sheila Amelia Maulida, <sup>2</sup>Maria Hidayanti

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi PIAUD Fakultas Agama Islam Universitas Majalengka, Jawa Barat  
Indonesia

<sup>2</sup>Dosen Program Studi PIAUD Fakultas Agama Islam Universitas Majalengka Jawa Barat  
Indonesia

Email : <sup>1</sup>[sheilaameliam30@gmail.com](mailto:sheilaameliam30@gmail.com)

<sup>2</sup>[mariahidayanti@unma.ac.id](mailto:mariahidayanti@unma.ac.id)

---

Submit: 2022-07-28	Abstrak	Perkembangan bahasa anak usia dini adalah perkembangan bahasa yang harus dimiliki anak sebagai salah satu dari kemampuan dasar, sesuai dengan tahapan usia dan karakteristik perkembangannya. Penelitian ini secara umum bertujuan untuk meningkatkan berbahasa lisan yang baik sesuai dengan tahap perkembangannya, secara khusus mengetahui seberapa besar kemampuan berbahasa melalui penerapan/penggunaan metode bercerita. Guru dan orang tua wajib untuk melihat perkembangan anak, karena upaya untuk menstimulus anak sejak dini sangat penting, dan ruginya keluarga, atau orang tua yang tidak peduli dengan perkembangan anak, oleh karena itu sebagai orang tua harus memahami pertumbuhan dan perkembangan anak, dan mengerti akan kebutuhan anak sesuai dengan umurnya, tanpa harus memaksa anak dengan kekerasan. Tetapi mendidik anak dengan menyenangkan serta penuh dengan cinta dan kasih sayang. Salah satu strategi yang bisa digunakan untuk mengurangi perilaku anak yang dalam tingkah laku dan berbahasa yang kurang baik, yaitu melalui teori konseling <i>Cognitif Behavior Therapy</i> (CBT) dengan teknik <i>Self Control</i> .
Diterima: 2022-07-31		
Kata Kunci		<b>Pembelajaran, Konseling CBT</b>

---

Disetujui: 2022-08-08	Abstrak	<i>This study discusses learning strategies for children who are not good at language through CBT counseling. Early childhood language development is language development that children must have as one of the basic abilities, in accordance with the stages of age and developmental characteristics, oral language skills. This research generally aims to improve good spoken language according to the stage of development, specifically to find out how much language ability is through the application / use of the storytelling method. Teachers and parents are obliged to see the development of children, because efforts to stimulate children from an early age are very important, And the loss is the family, or parents who don't care about the child's development, therefore, as parents, we must understand the growth and development of children, and understand the needs of children according to their age, without having to force the child with violence. But educating children with fun and full of love and affection. One of the strategies that can be used to reduce the behavior of children who are in poor behavior and language, namely through Cognitive Behavior Therapy (CBT) counseling theory with techniques.</i>
Keywords		<b>Pembelajaran, Konseling CBT</b>

---

## PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan, sebagai bentuk bantuan bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan.

Perkembangan bahasa sangatlah penting kita pelajari. Karena bahasa juga wajib kita latih dari sejak dini supaya pencapaian perkembangannya anak dapat berjalan dengan baik. Agar tertanam sejak dini, yang paling utama pendidikan dari keluarganya.

Pendidikan anak usia dini salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik beratkan pada peletakan dasar kearah pertumbuhan sesuai dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan anak usia dini. Pengetahuan tentang perkembangan bahasa anak usia dini sangat membantu tercapainya pembelajaran keterampilan dasar bahasa yang baik. Bagi orang tua dan guru, pemahaman tentang perkembangan bahasa anak usia dini sangat membantu dalam meningkatkan perkembangan kemampuan bahasa anak.

Dengan mengenalkan teori-teori pengembangan bahasa, anak mampu meningkatkan perkembangan bahasa secara optimal. Hal ini dapat dilakukan dengan memberi contoh yang baik, memberikan motivasi pada anak dan menerapkan kebiasaan-kebiasaan yang sesuai dengan anak usia dini.

## KAJIAN PUSTAKA

### Tahapan Bahasa Anak Usia Dini

Bahasa merupakan alat bantu manusia yang luar biasa, karena dengan melalui bahasa setiap manusia dapat menyimpan ide dan segala halnya dengan mempelajari di masa lampau, sehingga dalam bahasa pun dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan terhadap orang lain. Kemampuan berbahasa pun dapat menjadikan alat ukur kecerdasannya, yang mana di masa usia dini dapat menjadikan masa keemasan untuk setiap aspek perkembangannya yang termasuk aspek bahasa pada anak usia 4-6 tahun (Hildayani, Rini, dkk. 2015:7.1).

Perkembangan bahasa dan kegiatan pembelajaran yang sesuai untuk anak, yaitu dapat dikembangkan melalui kegiatan berbahasa dan berpikir. Kemampuan berkomunikasi dengan bahasa merupakan hal yang mendasar dan sangat penting dalam perkembangan seorang anak, seperti melalui bahasanya anak dapat mengungkapkan keinginan dan pemikirannya mengenai suatu hal terhadap orang lain. Selain itu, perkembangan bahasa adalah dasar bagi seorang anak yang mengembangkan kemampuannya melalui menulis dan membaca, untuk kemudian mencapai keberhasilan dalam pendidikannya (Hildayani, Rini, dkk. 2015:7.1-7.2).

Salah satu pusat perhatiannya, yaitu perkembangan bahasa anak yang akan memberikan pengaruh besar terhadap strategi komunikasi terhadap anak usia dini, karena dengan itu anak dapat berkembang melalui bahasa dengan meliputi kemampuan yang diantaranya, mendengarkan yang berbicara, menulis dan membaca, sedangkan melalui kegiatan pembelajarannya yang sesuai untuk anak usia dini bisa dikatakan mempelajari strategi dalam komunikasi yang efektif, karena dengan adanya komunikasi efektif anak pun bisa saling memahami apa yang dimaksud oleh pemberi pesan dan yang menerima pesan. Berikut ini dapat di jelaskan tahapan-tahapan bahasa sebagai berikut :

1. Tahap *pralinguistik*

Pada usia 0-3 bulan, bunyinya di dalam dan berasal dari tenggorok dan pada usia 3-12 bulan, banyak memakai bibir dan langit-langit, misalnya ma, da, ba.

2. Tahap *protolinguistik*

Pada usia 12 bulan-2 tahun, anak sudah mengerti dan menunjukkan alat-alat tubuh, anak mulai berbicara beberapa patah kata (kosa katanya dapat mencapai 200-300).

3. Tahap *linguistic*

Pada usia 2-6 tahun atau lebih, pada tahap ini ia mulai belajar tata bahasa dan perkembangan kosa katanya mencapai 3000 buah.

- a. Ciri-ciri anak bahasa yang kurang baik/kasar

Bagi anak berbahasa sangatlah penting, tapi disini saya mau menjelaskan mengenai anak yang kurang baik dalam berbahasa, tapi faktor utama yang mempengaruhi perkembangan bahasa anak adalah faktor keluarga dan faktor lingkungan, yang mana akan dijelaskan ciri-cirinya sebagai berikut :

- 1). Anak yang dalam kesehariannya berbicara kasar
  - 2). Anak yang meniru gaya bicara orang dewasa
  - 3). Anak yang kurang dalam pelatihan bahasa dari orang tuanya, jadi kurang efektif dalam bicarannya.
  - 4). Anak berkata kasar mungkin karena stres atau frustrasi.
- b. Penyebab anak berbahasa kurang baik
- Penyebab berbicara kasar karena anak ingin mendapatkan perhatian lebih dari orang tuanya atau dari orang di sekitarnya. Sebenarnya meniru adalah bagian dari proses perkembangan anak. Namun jika meniru hal-hal yang buruk tentu saja tidak baik, kita perlu segera mengatasi dan menghentikan hal ini agar tidak menjadi kebiasaan, disini ada beberapa penyebab anak berbahasa kurang baik/kasar sebagai berikut :
- 1). Anak ketika melihat hp/televisi, ada hal yang negatif.
  - 2). Lingkungan sekitar, anak akan meniru gaya berbahasa dari lingkungannya.
  - 3). Mengungkapkan perasaan negatif.
  - 4). Penyesuaian diri, anak berkata kasar bisa saja sedang menyesuaikan dirinya.

### **Teori Konseling CBT**

Pembelajaran dalam berbahasa yang dilakukan oleh peserta didik di sekolah pada umumnya disebabkan adanya nurani yang kurang berkembang pada anak, kurangnya kontrol terhadap impuls dan kurangnya sensitivitas terhadap nilai moral dan bahasa. Salah satu faktor utama adalah pengaruh lingkungan yang tidak menunjang terbentuknya nilai bahasa yang positif. Sumber-sumber nilai moral dan bahasa yang diperoleh anak dari lingkungan adalah televisi, film, surat kabar, sekolah, teman sebaya dan institusi kemasyarakatan lainnya. Transmisi moral dan bahasa dimulai dari keluarga khususnya orang tua sebelum anak beranjak dewasa yang memiliki kewenangan besar untuk dapat mengontrol bahasa anak.

Berdasarkan pemaparan di atas salah satu strategi yang bisa digunakan untuk mengurangi perilaku anak yang dalam tingkah laku dan berbahasa yang kurang baik, yaitu melalui teori konseling Kognitif Behavior Therapy (CBT) dengan teknik Self Control.

Menurut Aaron T. Beck "Kognitif Behavior Therapy (CBT) sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat dan perilaku yang menyimpang. Konseling Kognitif Behavior Therapy (CBT) adalah model teoritis yang menghubungkan pikiran dengan emosi dan perilaku. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli.

Harapan dari Kognitif Behavior Therapy (CBT) ke luar rumah, yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik". Konseling Kognitif Behavior Therapy (CBT) memfasilitasi individu belajar mengenali dan mengubah kesalahan. Konseling Kognitif Behavior Therapy (CBT) tidak hanya berkaitan dengan positive thinking, tetapi berkaitan pula dengan happy thinking. Sedangkan Terapi tingkah laku membantu membangun hubungan antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan.

Individu belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Kognitif Behavior Therapy (CBT) didasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif. Melalui Kognitif Behavior Therapy (CBT), konseli terlibat aktivitas dan berpartisipasi dalam training untuk diri dengan cara membuat keputusan, penguatan diri dan strategi lain yang mengacu pada self-regulation.

Berdasarkan paparan definisi mengenai Kognitif Behavior Therapy (CBT), maka Kognitif Behavior Therapy (CBT) adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Konseling ini akan diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa

dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali dalam (Oemarjoedi A. K, 2003:34).

Tujuan dari *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) yaitu mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Hingga pada akhirnya dengan *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) diharapkan dapat membantu konseli dalam menyelaraskan berpikir, merasa dan bertindak (Beck, judith S, 2011:35).

#### 1. Tokoh

Aaron Beck, sebagai bapak *cognitif behavioral therapy*. Sejarah terapi kognitif pada awalnya dikembangkan pada awal 1960 oleh Dr. Aaron Beck dari University of Pennsylvania. *Cognitive Behavioral Therapy* berawal dari temuan klinis dan observasi pada kliennya yang menunjukkan bahwa klien yang mengalami depresi memiliki karakteristik distorsi kognitif dalam pemikiran mereka (Chand dkk, 2021:26).

Temuan awal ini juga menunjukkan bahwa depresi tidak hanya gangguan pada suasana hati, tetapi juga gangguan pada fungsi kognitif individu. Kemunculan jenis perawatan ini telah menarik perhatian banyak pihak dan menjadikan terapi perilaku kognitif sebagai salah satu teknik yang paling banyak diterapkan dan juga diteliti. Hal ini membuat perkembangan CBT tidak berhenti begitu saja dan terus berkembang.

Penggunaannya yang semakin tinggi menjadikan semakin banyak pengembangan protokol langkah-langkah terapi CBT untuk memenuhi kebutuhan terapi yang bervariasi. Misalnya saja penerapan CBT baik sebagai terapi tunggal maupun kombinasi dengan metode lain seperti hipnoterapi untuk menangani gangguan kecemasan, depresi berat, gangguan emosi, gangguan makan, insomnia, permasalahan relasional, dan sebagainya.

#### 2. Tahapan Koseling CBT Pada Anak Usia Dini

Tahapan yang biasa dilakukan dalam CBT adalah menemukan pikiran negatif pada diri anak, menyadari adanya perangkat negatif, konstruksi pikiran otomatis, relaksasi, keterampilan memecahkan masalah, menetapkan tujuan, latihan kognitif dan latihan untuk mengubah perilaku terhadap objek.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kognitif behavior therapy (CBT) dengan self control berpengaruh dalam mengurangi perilaku salah satu anak yang berbahasa kasar. ada empat tahapan dalam melakukan penelitian cbt ini, yaitu:

- a. Perencanaan (*plan*)  
Perencanaan ini dilakukan setelah memperhatikan kondisi riil, dengan menggunakan analisis SWOT. Perencanaan ini meliputi strategi dan metode dalam memecahkan problematika.
- b. Tindakan (*action*)  
Implementasi rencana yang telah dibuat tersebut dengan dibantu dan difasilitasi oleh peneliti.
- c. Pengamatan (*observe*)  
Pengamatan dilakukan untuk memperhatikan dan menganalisis keberhasilan, kelemahan, dan kekurangan strategi dan metode yang digunakan dalam menyelesaikan problematika anak.
- d. Refleksi (*reflect*)  
Usaha-usaha yang telah dilakukan dalam memecahkan problematika anak.

#### Strategi Pembelajaran Pada Anak Yang Mengalami Gangguan Berbahasa Yang Kurang Baik/Kasar Melalui Konseling CBT

*Cognitive behaviour therapy* (CBT) merupakan pendekatan terapi yang berpusat pada proses berfikir dan kaitannya dengan keadaan emosi, perilaku, dan psikologi. CBT berpusat pada ide bahwa orang tertentu mampu mengubah kognisi mereka, dan karenanya mengubah dampak pemikiran pada kesejahteraan emosi mereka. *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) merupakan psikoterapi yang menggabungkan antara terapi perilaku dan terapi kognitif yang didasarkan

pada asumsi bahwa perilaku manusia secara bersama dipengaruhi oleh pemikiran, perasaan, proses fisiologis serta konsekuensinya pada perilaku dalam (Bush, John Winston, 2007:80)

Strategi yang dilakukan sebagai penelitian action research ini antara lain:

1. Menciptakan hubungan yang sangat dekat dengan aliansi kerja antara konselor dan konseli. Menjelaskan dasar pemikiran dari penanganan yang akan diberikan.
2. Menilai masalah, mengidentifikasi, mengukur frekuensi, intensitas dan kelayakan masalah perilaku, dan kognisi.
3. Menetapkan target perubahan.
4. Penerapan teknik kognitif dan behavioural (perilaku)
5. Memonitor perkembangan, dengan menggunakan penilaian berjalan terhadap perilaku sasaran.
6. Mengakhiri dan merancang program lanjutan untuk menguatkan dari apa yang didapat dalam (Christine Wilding dan Aileen Milne, 2013:18).

### Penelitian Terdahulu

Berdasarkan jurnal hasil penelitian Yahya AD, Megalia Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Raden Intan Lampung dengan judul “Pengaruh Konseling *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) Dengan Teknik *Self Control* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017”. Dalam penelitian ini peneliti menguji secara empiris pengaruh *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) dalam mengurangi perilaku agresif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain eksperimen *Pretest-Posttest one Group Design*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 14 peserta didik yang memiliki perilaku agresif. Dari hasil uji  $-t$  dengan  $df= 13$  dengan taraf signifikan 0,05 sebesar -2,160. Nilai  $-thitung > -ttabel$  ( $15,982 > -2,160$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini berarti ada pengaruh dalam pelaksanaan konseling *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) dengan teknik *Self Control* dalam mengurangi perilaku agresif kelas VIII di SMPN 9 Bandar Lampung.

Berdasarkan jurnal hasil penelitian Elna Yulsaini Siregar dan Rodiatul Hasanah Siregar, Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, dengan judul “Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction”. Dalam penelitian ini, Hasil penerapan CBT pada individu yang mengalami games addiction menunjukkan perubahan yang cukup signifikan pada kognisi, emosi dan perilaku kedua partisipan.

Berdasarkan kedua penelitian terdahulu yang peneliti paparkan terdapat persamaan diantara kajian dengan peneliti yaitu pada penggunaan Konseling Cognitive Behavior Therapy sebagai acuan dalam melaksanakan penelitian, sedangkan perbedaan diantara peneliti dengan kajian terdahulu terletak pada peneliti yang meneliti Penerapan Konseling Cognitive *Behavior Therapy* pada Pecandu Narkoba di BNK Kampar Riau dalam (McLeod John, 2008:16).

### KESIMPULAN

Tahapan bahasa anak usia dini Secara umum, perkembangan bahasa anak dibagi menjadi 3 tahap, yaitu: tahap pralinguistic, tahap protolingistic dan tahap linguistic. Perkembangan bahasa anak dimulai sejak saat ia dilahirkan.

Teori konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Konseling ini akan diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali.

Strategi pembelajaran pada anak yang mengalami gangguan berbahasa yang kurang baik/kasar melalui konseling CBT merupakan suatu hal yang tepat karena strategi pendekatan terapi yang berpusat pada proses berfikir dan kaitannya dengan keadaan emosi, perilaku, dan psikologi. CBT berpusat pada ide bahwa orang tertentu mampu mengubah kognisi mereka, dan karenanya mengubah dampak pemikiran pada kesejahteraan emosi mereka. Teori CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis.

### DAFTAR PUSTAKA

*Beck, Judith S. Cognitive-Behavior Therap. New York: The Guilford Pres, 2011.*

*Bush, John Winston. (2007) Cognitive Behavioral Therapy (On-line).*

*Chand, SP, Kuckel, DP, & Huecker, MR (2021). Terapi Perilaku Kognitif. Dalam StatPearls .*

*Penerbitan StatPearls. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470241/>.*

*Christine Wilding dan Aileen Milne, Cognitive Behavior Therapy, (Jakarta: Indeks, 2013).*

*Hildayani, Rini, dkk. (2015). Psikologi Perkembangan Anak. Tangerang Selatan : Universitas*

*Terbuka.*

*McLeod, John, Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus. Jakarta: Kencana, 2008.*

*Oemarjoedi, A. K. (2003). Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi.*