

ABSTRAK

Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Pada Anak Yang Mengalami Gender Dysphoria di Kelurahan Kebon Waru Kecamatan Batununggal Kota Bandung.

Uga Pratama Gunawan
(Uga.pratama111194@gmail.com)

Meiti Subardhini
(Meiti.subardhini@gmail.com)

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada anak yang mengalami Gender Dysphoria atau Gender Identity Disorder. Perilaku subject dalam gaya berpakaian, gaya bicara, dan identifikasi diri yang mengarah kepada opposite gender yang dimilikinya menjadi fokus intervensi dalam penelitian ini. Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan *Single Subject Desain* (SSD). Model penelitian yang digunakan yaitu A-B-A yang terjadi dari tiga fase anatara lain. Fase A1 (baseline), Fase b (Intervensi), dan fase A2 (hasil). Instrumen yang digunakan adalah lembaran pencatatan observasi prilaku. Teknik pengumpulan data yang digunakan antara lain observasi, wawancara, angket, studi dokumentasi dan pencatatan produk permanen. Data yang di peroleh dianalisis dengan cara pembuatan grafik, pembuatan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) efektif untuk menekan perilaku Gender Dysphorianya yang sebelumnya membuat dia tidak adaptif dengan lingkungan. Perubahan yang terjadi setelah dilakukan terapi ini subject menjadi lebih adaptif dengan lingkungannya dan perilaku-perilaku yang mengarah kepada opposite gendernya dapat ditekan. Rekomendasi penilitian ini dapat dilanjutkan untuk melihat pengaruh terapi CBT dalam penanganan permasalahan Gender Dysphoria pada masa yang akan datang dan dapat memberikan sumbangsih pemikiran dalam perkembangan ilmu pekerjaan sosial.

Kata kunci : *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), anak, *Gender Dysphoria*

Abstract

Uga Pratama Gunawan. The Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy (CBT) in Children Experiencing Gender Dysphoria in Kebon Waru Village, Batununggal District, Bandung City.

Uga Pratama Gunawan
(Uga.pratama111194@gmail.com)

Meiti Subardhini
(Meiti.subardhini@gmail.com)

This study aims to examine the effect of Cognitive Behavior Therapy (CBT) on children who experience Gender Dysphoria or Gender Identity Disorder. Subject behavior in dress style, speech style, and self-identification that leads to the opposite gender that they have become the focus of the intervention in this study. The research approach used is quantitative research using the Single Subject Design (SSD). The research model used is A-B-A which occurs from three phases, among others. Phase A1 (baseline), Phase b (Intervention), and phase A2 (result). The instrument used is a recording sheet of behavior observation. Data collection techniques used include observation, interviews, questionnaires, documentation studies and recording permanent products. The data obtained was analyzed by charting, making descriptive statistics. The results showed that the application of Cognitive Behavior Therapy (CBT) was effective in suppressing the behavior of Gender Dysphoria which previously made him not adaptive to the environment. Changes that occur after this therapy subject becomes more adaptive to the environment and the behaviors that lead to the opposite gender can be suppressed. This research recommendation can be continued to look at the effects of CBT therapy in handling Gender Dysphoria problems in the future and can contribute ideas in the development of the science of social work.

Keywords: Cognitive Behavior Therapy (CBT), child, Gender Dysphoria

I. Pendahuluan

Anak merupakan individu yang rentan dan sangat membutuhkan perlindungan. Konvensi Hak Anak (KHA) 1989 telah disepakati secara internasional sebagai sebuah upaya untuk melindungi anak – anak dari berbagai kondisi yang akan menghambat tumbuh kembangnya. Secara lebih jelas, konvensi hak anak menggaris bawahi hak – hak yang harus dimiliki oleh setiap anak di dunia ini, diantaranya. Hak untuk hidup dan mempertahankan kehidupan; hak atas sipil dan kewarganegaraan; hak atas pengasuhan keluarga atau alternatifnya; hak atas didengarkan pendapatnya; dan hak atas perlindungan khusus.

Fenomena LGBT ini sudah dianggap meresahkan masyarakat, sebuah studi yang dikutip dari Merdeka.com menunjukkan khususnya di Kota Bandung diperkirakan terdapat 6000 orang yang merupakan bagian dari kelompok LGBT yang

berasal dari berbagai golongan usia. Fenomena ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa, namun bisa terjadi juga pada anak-anak sebagaimana kasus yang ditemukan oleh peneliti pada proses praktikum sebelumnya. Peneliti menemukan satu anak yang menunjukkan ciri-ciri dan berperilaku berlawanan dengan gender yang dimilikinya, sebagai contoh anak perempuan yang berperilaku dan menunjukkan ciri-ciri sebagai laki-laki. Dalam istilahnya, kondisi ini disebut sebagai Gender Dysphoria dimana seseorang berperilaku tidak sesuai dengan perlakuan gendernya yang seharusnya. Kondisi ini dapat menyerang siapa saja termasuk anak-anak.

Gender Dysphoria dalam DSM-V atau yang sebelumnya disebut Gender Identity Disorder dalam DSM-IV adalah sebuah gangguan yang terjadi pada seseorang baik wanita maupun laki-laki untuk memiliki kecenderungan berperilaku dan mengidentifikasi dirinya

sebagai lawan jenis dari kelaminnya. Gangguan ini mengacu pada keadaan dimana individu merasa adanya ketidaksesuaian antara jenis kelamin yang telah ditetapkan sejak lahir dengan jenis kelamin yang dia identifikasikan. Gender dysphoria juga mengacu pada ketidakpuasan afektif atau kognitif individu terhadap jenis kelamin yang telah ditetapkan. Karena adanya ketidakpuasan terhadap jenis kelaminnya tersebut, banyak individu yang merasa tertekan. Contoh: Seseorang yang berjenis kelamin laki laki pada saat lahir dan dibesarkan sebagai laki laki, namun ia mengidentifikasikan dirinya sebagai seorang perempuan.

Pada proses praktikum spesialis anak di Kelurahan Kebon Waru Kota Bandung peneliti mengambil fokus dalam menangani masalah kenakalan remaja. Pada proses praktikum ini peneliti menemu kenali seorang remaja yang memiliki masalah kenakalan remaja dan juga Gender Dysphoria yakni “D”,

anak berusia 16 tahun yang telah putus sekolah yang kerap membuat resah dan dianggap menyimpang oleh masyarakat. “D” dianggap menyimpang lantaran penampilan yang ia tunjukan tidak sesuai dengan kodratnya sebagai perempuan. “D” kerap berpenampilan layaknya seorang laki-laki, hingga pada puncaknya ia mendeklarasikan nama laki-lakinya dan meminta semua orang memanggilnya dengan nama itu. Ia akan marah jika orang tidak memanggilnya dengan nama tersebut. “D” mendapatkan stigma negatif dari masyarakat sekitar karena perilakunya tersebut, dan kerap dikaitkan dengan gerakan LGBT yang sedang marak.

Dalam mengatasi permasalahan ini beberapa pandangan dikembangkan, terdapat dua pandangan yang dikemukakan dalam melihat bagaimana Gender Dyaphoria pada seseorang dapat terjadi, salah satunya faktor biologis dan sosiokultural yang menyebabkan

proses kognitif seseorang. Dianalisis bahwa selain dikarenakan faktor biologi, hal ini dapat terjadi dikarenakan proses berfikir (Kognitif) seseorang sehingga membuat klien memiliki pemikiran baru. Peneliti mencoba membedah permasalahan dari struktur kognitif klien dengan menggunakan Cognitive Behavior Therapy (CBT).

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) merupakan salah satu bentuk intervensi yang dinilai dapat mengubah perilaku manusia melalui perubahan keyakinan klien dengan cara merestrukturisasi kognitif klien dan menghadapkan klien kepada bukti-bukti yang otentik tentang masalah yang dialaminya. Beberapa prosedur intervensi dapat dipilih sesuai dengan permasalahan pola pikir yang dialami klien. Kombinasi antara beberapa teknik yang berasal dari pendekatan perubahan perilaku dikombinasikan dengan prosedur-prosedur model yang berasal dari pendekatan kognitif.

II. Rumusan Masalah

Berdasarkan pendahuluan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana efektivitas Cognitive Behavior Therapy dalam mengatasi masalah Gender Dysphoria pada anak remaja”

III. Tinjauan Konseptual

1. Anak

1.1. Definisi Anak

John Locke dalam Gunarsa (1982) mendefinisikan anak adalah pribadi yang masih bersih dan peka terhadap rangsangan-rangsangan yang berasal dari lingkungan. Hurlock (1982) menyatakan bahwa dalam masa anak ada satu fase yang disebut masa remaja yang dimulai pada usia 12 – 18 tahun. Pada masa ini seorang anak mulai mengalami perubahan pada tubuhnya dan mencapai kematangan seksual usia 13 tahun untuk wanita dan 14 tahun untuk pria. Kasiram (1994) mengatakan bahwa anak adalah makhluk yang sedang dalam taraf

perkembangan yang mempunyai perasaan, pikiran, kehendak sendiri, yang kesemuanya itu merupakan totalitas psikis dan sifat-sifat serta struktur yang berlainan pada tiap-tiap fase perkembangannya.

1.2. Kebutuhan Anak

Anak memiliki kebutuhan yang harus terpenuhi karena apabila tidak dipenuhi akan menimbulkan permasalahan ataupun hambatan dalam menjalani kehidupannya. Menurut Nurdin Widodo, dkk (2011:11) bahwa pada dasarnya anak masih rentan memerlukan terpenuhinya jaminan kebutuhan dasar (basic need) yang berimplikasi terhadap perkembangan anak, baik fisik, intelektual dan perkembangan social-emosional. Tidak terpenuhinya kebutuhan dasar diatas, pertanda sense of security anak terancam dalam arti potensi untuk menjadi 'anak rawan' menjadi lebih

besar dan isu sentral lost generation menghadang di depan. Gunarsa (1982) menjelaskan Kebutuhan anak menurut tahapan perkembangannya.

2. Gender Dysphoria

2.1. Definisi

Gender Dysphoria dalam DSM-V atau yang sebelumnya disebut Gangguan identitas gender dalam DSM-IV adalah bagaimana seseorang merasa bahwa ia adalah seorang pria atau wanita, dimana terjadi konflik antara anatomi gender seseorang dengan identitas gendernya (Nevid, 2002). Identitas jenis kelamin adalah keadaan psikologis yang mencerminkan perasaan dalam diri seseorang sebagai laki-laki atau wanita. Identitas gender adalah keadaan psikologis yang merefleksikan perasaan dalam diri seseorang yang berkaitan dengan keberadaan diri sebagai laki-laki dan perempuan. Kondisi ini secara

umum termasuk kedalam permasalahan penyimpangan perilaku seksual, dimana adanya distorsi yang terjadi mengenai orientasi seksual seseorang.

Identitas jenis kelamin (gender identity) adalah sebuah keadaan psikologis yang mencerminkan perasaan didalam diri (inner sense) yang didasarkan pada sikap, perilaku, atribut lainnya yang ditentukan secara kultural dan berhubungan dengan maskulinitas atau femininitas. Peran jenis kelamin (gender role) adalah pola perilaku eksternal yang mencerminkan perasaan didalam diri (inner sense) dari identitas kelamin. Peran gender berkaitan dengan pernyataan masyarakat tentang citra maskulin atau feminim.

Konsep tentang normal dan abnormal dipengaruhi oleh faktor sosial budaya. Perilaku seksual dianggap normal apabila sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat

dan dianggap abnormal apabila menyimpang dari kebiasaan yang ada di masyarakat. Gangguan identitas gender dapat bermula di masa kanak-kanak hal itu dihubungkan dengan banyaknya perilaku lintas-gender, seperti berpakaian seperti lawan jenisnya, lebih suka bermain dengan teman-teman dari lawan jenis, dan melakukan permainan yang secara umum dianggap sebagai permainan lawan jenisnya. Gangguan identitas gender pada anak-anak biasanya teramati oleh orang tua ketika si anak berusia antara 2-4 tahun (Green & Blanchard, 1995).

2.2.Ciri Gender Dysphoria

Dalam mengidentifikasi orang yang memiliki *Gender Dysphoria*, beberapa ciri dapat ditemukan dalam mengidentifikasi mereka yang memiliki gangguan ini. Beberapa ciri itu adalah antara lain :

- 2.2.1 Berkeinginan kuat menjadi anggota gender lawan jenisnya (berkeyakinan bahwa ia memiliki identitas gender lawan jenisnya)
- 2.2.2 Memilih memakai baju sesuai dengan stereotip gender lawan jenisnya
- 2.2.3 Berfantasi menjadi gender lawan jenisnya atau melakukan permainan yang dianggap sebagai permainan gender lawan jenisnya.
- 2.2.4 Mempunyai keinginan berpartisipasi dalam aktivitas permainan yang sesuai dengan stereotip lawan jenisnya
- 2.2.5 Keinginan kuat mempunyai teman bermain dari gender lawan jenis (dimana biasanya pada usia anak – anak lebih tertarik untuk mempunyai teman bermain dari gender yang sama). Pada remaja dan orang dewasa dapat diidentifikasi bahwa mereka berharap menjadi sosok lawan jenisnya, berharap untuk bisa hidup sebagai anggota dari gender lawan jenisnya.
- 2.2.6 Perasaan yang kuat dan menetap ketidaknyamanan pada gender anatominya sendiri atau tingkah lakunya yang sesuai stereotip gendernya.
- 2.2.7 Pada remaja dan orang dewasa, simtom-simton seperti keinginan untuk menjadi lawan jenis, berpindah ke kelompok lawan jenis, ingin diperlakukan sebagai lawan jenis, keyakinan bahwa emosinya adalah tipikal lawan jenis.
- 2.2.8 Menyebabkan kecemasan yang serius atau mempengaruhi pekerjaan atau sosialisasi atau yang lainnya.
- Gangguan identitas gender dapat berakhir pada remaja ketika anak – anak mulai dapat menerima identitas

gender. Tetapi juga dapat terus berlangsung sampai remaja bahkan hingga dewasa sehingga mungkin menjadi gay atau lesbian.

3. Cognitive Behavior Therapy

3.1. Definisi

CBT adalah pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Pendekatan CBT didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari CBT yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik.

cognitive-behavior therapy yaitu pendekatan dengan sejumlah prosedur yang secara spesifik menggunakan kognisi sebagai bagian utama konseling. Fokus konseling yaitu persepsi, kepercayaan dan pikiran. Para ahli yang tergabung dalam *National Association of Cognitive-Behavioral Therapists* (NACBT), mengungkapkan bahwa definisi dari cognitive-behavior therapy yaitu suatu pendekatan psikoterapi yang menekankan peran yang penting berpikir bagaimana kita merasakan dan apa yang kita lakukan.

Teori Cognitive-Behavior (Oemarjoedi, 2003: 6) pada dasarnya meyakini pola pemikiran manusia terbentuk melalui proses Stimulus-Kognisi-Respon (SKR), yang saling berkaitan dan membentuk semacam jaringan SKR dalam otak manusia, di mana proses kognitif menjadi faktor penentu dalam menjelaskan

bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak. Sementara dengan adanya keyakinan bahwa manusia memiliki potensi untuk menyerap pemikiran yang rasional dan irasional, di mana pemikiran yang irasional dapat menimbulkan gangguan emosi dan tingkah laku yang menyimpang, maka CBT diarahkan pada modifikasi fungsi berfikir, merasa, dan bertindak dengan menekankan peran otak dalam menganalisa, memutuskan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali. Dengan mengubah status pikiran dan perasaannya, konseli diharapkan dapat mengubah tingkah lakunya, dari negatif menjadi positif. Berdasarkan paparan definisi mengenai CBT, maka CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik

secara fisik maupun psikis. CBT merupakan konseling yang dilakukan untuk meningkatkan dan merawat kesehatan mental. Konseling ini akan diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali. Sedangkan, pendekatan pada aspek behavior diarahkan untuk membangun hubungan yang baik antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan. Tujuan dari 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 CBT diharapkan dapat membantu konseli dalam

menyelaraskan berpikir, merasa dan bertindak.

3.2. Tujuan

Tujuan dari konseling Cognitive-Behavior (Oemarjoedi, 2003) yaitu mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri konseli dan secara kuat mencoba mengurangnya.

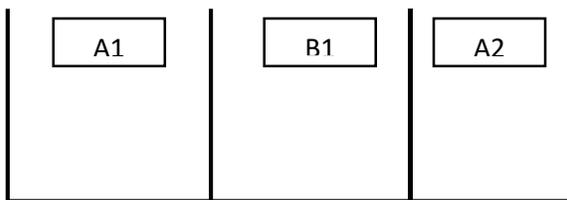
Dalam proses konseling, (Oemarjoedi, 2003) berasumsi bahwa masa lalu tidak perlu menjadi fokus penting dalam konseling. Oleh sebab itu CBT dalam pelaksanaan konseling lebih menekankan kepada masa kini dari pada masa lalu, akan tetapi bukan berarti mengabaikan masa lalu. CBT tetap menghargai masa lalu sebagai bagian dari

hidup konseli dan mencoba membuat konseli menerima masa lalunya, untuk tetap melakukan perubahan pada pola pikir masa kini untuk mencapai perubahan di waktu yang akan datang. Oleh sebab itu, CBT lebih banyak bekerja pada status kognitif saat ini untuk dirubah dari status kognitif negatif menjadi status kognitif positif.

IV. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen, desain penelitian yang digunakan adalah Single Subject Design (SSD) dengan model ABA. Penelitian menggunakan model A-B-A dilakukan untuk mengukur adanya hubungan antara variable terikat dan variabel bebas. Mula-mula *target behavior* diukur secara kontinyu pada kondisi *baseline* (A1) dengan periode waktu tertentu kemudian pada kondisi intervensi (B). Berbeda dengan disain A-B, pada disain A-B-A setelah pengukuran pada kondisi intervensi (B) pengukuran pada

kondisi *baseline* kedua (A2) diberikan. Penambahan kondisi *baseline* yang kedua (A2) ini dimaksudkan sebagai kontrol untuk fase intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dan variabel terikat.



Gambar 3.1

**Grafik Prosedur Dasar Desain ABA
Juang Sunanto (2005)**

Subjek pada penelitian ini adalah D seorang anak remaja perempuan yang diidentifikasi mengidap Gender Dysphoria dimana adanya kondisi seseorang merasa bahwa ia adalah seorang pria atau wanita, dimana terjadi konflik antara anatomi gender seseorang dengan identitas gendernya. teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah obervasi, wawancara, studi

dokumentasi, pencatatan kejadian dengan sheet catatan khusus.

V. Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian yang dilakukan pada subject D, sebelumnya dilakukan asesmen untuk melihat apakah ada kecenderungan subject memiliki gangguan tersebut. Asesmen dilakukan dengan berpedoman dari ciri-ciri gender dysphoria yang muncul dari DSM-V, dimana disebutkan bahwa kondisi gender dysphoria pada anak remaja dapat dikonfirmasi ketika muncul setidaknya dua dari enam ciri perilaku Gender Dysphoria yang muncul. Asesmen dilakukan dengan observasi serta pemberian instrument untuk melihat kecenderungan gender yang muncul pada diri anak. Setelah dilakukan pengamatan dari lima ciri muncul empat perilaku yang merupakan ciri dari gender dysphoria, maka berdasarkan DSM-V hal dapat mengindikasikan bahwa anak memiliki sebuah kondisi Gender Dysphoria. dalam DSM-V disebutkan bahwa seseorang

remaja dapat dikatakan memiliki gender dysphoria jika menunjukkan setidaknya dua dari enam perilaku, yang ditunjukkannya dalam kurun waktu seminimal mungkin enam bulan.

Keenam perilaku tersebut yakni :

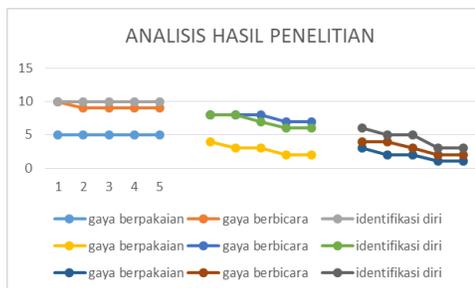
- 1) inkongruensi antara gender yang diinginkan dan diekspresikan
- 2) keinginan untuk menghilangkan salah satu identitas gender
- 3) keinginan yang kuat terhadap karakteristik gender yang berlawanan
- 4) keinginan untuk menjadi gender yang berlawanan
- 5) keinginan yang kuat untuk diperlakukan selayaknya gender yang berlawanan
- 6) keyakinan yang kuat bahwa dirinya memiliki perilaku atau perasaan seperti gender yang berlawanan

berdasarkan pengamatan yang selama ini dilakukan, subjek telah secara positif menunjukkan beberapa perilaku seperti ciri-ciri demikian, yang dapat secara jelas terlihat seperti keinginannya

untuk diperlakukan sebagaimana gender yang berlawanan yang ditunjukkannya dengan ingin dipanggil dengan nama laki-laki bukannya. Lalu perilaku yang dapat terlihat lainnya adalah bagaimana ia memiliki keinginan untuk menghilangkan identitasnya sebagai perempuan dan keinginannya terhadap gender laki-laki yang dia tunjukan dengan penampilan fisik yang ditunjukkannya. Serta adanya keinginan dari dirinya untuk menjadi gender yang berlawanan, sebagaimana yang telah ia tunjukan dari perilaku selama ini. Berdasarkan analisis terhadap beberapa perilaku tersebut dan kaitannya dengan teori yang ada, dapat disimpulkan bahwa subjek secara jelas dan terbukti mengalami gender dysphoria.

Penelitian menggunakan CBT ini didukung dengan metode Single Subject Design (SSD) dengan model A-B-A untuk melihat apakah ada pengaruh dari terapi yang digunakan dalam menekan atau merubah perilaku sasaran pada diri subject. Proses terapi

yang dilakukan dibagi kedalam 15 sesi dengan alokasi masing-masing lima sesi pada tiap baselinenya untuk melihat bagaimana kondisi sebelum pada baseline A1 dan hasil setelah dilakukan intervensi pada baseline B1 di baseline A2. Kemudian hasil penelitian adalah sebagai berikut :



Grafik 5.1
Grafik Intervensi CBT D

Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat bahwa terjadi kecenderungan menurun dari tiap tahapannya mulai dari baseline A1 menuju B1 dan A2. Perbandingan dapat dilihat dari baseline A1 dengan baseline A2 yakni kondisi awal dan setelah dilakukan intervensi pada B1. Terjadi kecenderungan

penurunan kondisi pada target perilaku sasaran yang ingin dirubah. Ini menunjukkan bahwa H1 adalah benar, bahwa CBT dapat menekan perilaku Gender Dysphoria pada anak.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan isu masalah yang ditemukan pada saat proses praktikum sebelumnya yang berhasil menemukan masalah gender dysphoria yang terjadi pada anak. Gender dysphoria adalah sebuah kondisi dimana seorang anak berperilaku cenderung kepada opposite gender yang dimilikinya. Penelitian ini diadakan di Kel. Kebon Waru Kecamatan Batununggal Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan metode SSD (single subjek Desain) menggunakan satu sample yaitu subyek D dengan pola A-B-A, dalam penelitian ini untuk membahas hipotesis H1 yaitu apakah CBT berpengaruh untuk menekan perilaku gender dysphoria, sedangkan H0 CBT tidak berpengaruh untuk menekan perilaku gender dysphoria.

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana grafik 5.1 yang telah ditunjukkan untuk melihat bagaimana pembuktian terhadap hipotesa H0 dan H1 yang telah dibangun, maka dapat terlihat bahwa adanya kecenderungan penurunan pada perilaku sasaran target. Maka dengan itu dapat dianalisis bahwa hipotesis H1 yang menyatakan bahwa Penerapan CBT dapat merubah kognisi dan perilaku D yang mengalami Gender Dysphoria adalah benar dan dapat diterima.

Pelaksanaan CBT yang dilakukan telah menemukan bahwa perilaku maladaptive gender dysphoria yang ditunjukkan oleh subjek dapat ditekan sehingga ia dapat menjadi lebih adaptif dan dapat kembali kelingkungan.masyarakat.

beberapa fakta ditemukan bahwa untuk mendorong perubahan menuju kearah yang lebih baik diperlukan beberapa cara pendekatan khusus dalam menghadapi anak yang mengalami gender dysphoria.

Salah satu aspek yang berpengaruh dalam mendorong

CBT agar semakin efektif adanya attachment antara anak selaku subjek dan peneliti sebagai terapis. Attachment ini kemudian menjadi perekat antara kedua belah pihak sehingga anak dapat membangun pola interaksi yang positif sehingga mendorong ia untuk melakukan perubahan lebih baik. Hal ini berkait dengan bagaimana pola interaksi yang dibangun oleh seseorang dapat mempengaruhi perilaku yang dimiliki oleh seseorang tersebut. Pengaruh dari interaksi dapat mendorong terjadinya perubahan pada diri seseorang. Jika pengaruh tersebut baik maka perubahan yang akan dicapai juga akan cenderung kearah positif, sebagaimana teori interaksi menjelaskan bahwa hubungan antara seseorang akan mempengaruhi satu sama lain, dan sebagaimana hubungan positif yang dibangun bersama subjek dan peneliti, maka hal tersebut dapat mendorong perubahan subjek kearah positif. Selain adanya interaksi yang baik ini, CBT yang diterapkan juga

ditunjang dengan penggunaan tools dan media-media lainnya serta dukungan terapi lainnya seperti terapi realitas. Terapi realitas yang digunakan dapat membantu anak dalam menyusun kembali rencana masa depannya sehingga ia menjadi lebih percaya diri dalam menyongsong masa depan. Selain itu, dukungan dari penggunaan terapi nourishment dapat membantu anak dalam meluapkan emosinya sehingga ia dapat mengungkapkan perasaan-perasaan terdalamnya. Dukungan pada praktek CBT dengan menggunakan terapi ini dapat mendorong perubahan yang ingin dicapai.

Berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa penelitian ini dapat dikembangkan lagi kedepannya oleh peneliti lainnya guna melihat bagaimana penerapan CBT dalam menangani permasalahan serupa. Sangat direkomendasikan penelitian ini untuk diteruskan atau dikembangkan lebih jauh lagi karena penelitian semacam ini belum banyak dilakukan di

Indonesia, sehingga membuka peluang untuk munculnya ide-ide baru atau temuan-temuan lainnya yang akan semakin memperkaya bidang keilmuan yang sudah ada.

VI. Kesimpulan

Penerapan CBT bertujuan untuk memperbaiki self-talk negative dari diri subject sehingga ia dapat lebih adaptif dengan lingkungannya. penelitian ini di arahkan untuk menguji penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) dalam mengatasi permasalahan gender dysphoria yang dialami oleh anak. Penelitian ini juga berguna untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang menjadi penyebab penghambat dan pendukung dalam Cognitive Behavior Therapy (CBT). Penelitian ini dilakukan pada anak yang mengalami gender dysphoria, sebuah gangguan identitas gender yang mengakibatkan seseorang berperilaku sebagai opposite gender.

Cognitive Behavior Therapy (CBT) digunakan untuk

membantu seseorang untuk merubah pola pikir negative menjadi pola pikir positif baru. Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang diterapkan pada subyek D dikarenakan adanya gangguan identitas gender (Gender Dysphoria) yang dimilikinya, dimana ia adalah seorang anak perempuan yang berdandan, berperilaku, dan mengidentifikasi dirinya sebagai laki-laki. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) dalam mengatasi anak yang memiliki gender dysphoria memiliki pengaruh dalam proses menekan perilaku negative tersebut sesuai dengan target sasaran.

pemberian intervensi dilakukan sebanyak 15 sesi berdasarkan tahap-tapap dalam intervensi CBT. tujuan dalam pelaksanaan terapi agar anak memiliki pola pikir baru dan kesadaran akan masalah yang terjadi pada dirinya, sehingga ia dapat mengembangkan pola perubahan yang dia inginkan. kegiatan ini

memberikan pemahaman kepada anak mengenai hal-hal yang rasional dan tidak rasional pada dirinya sehingga hal tersebut mempengaruhi hubungannya dengan lingkungan. terjadi penurunan perlakuan dari fase A-B-A, dengan terjadinya penurunan maka dapat disimpulkan bahwa CBT berpengaruh dalam menekan perilaku gender dysphoria yang ditunjukkan subject.

VII. Daftar Pustaka

- Green, R & Blanchard, R. 1995. Gender Identity Disorder, in H.I Kaplan & B.J Sadock. *Comprehensive Text Book of Psychiatry*. Baltimore : MD
- Gunarsa, Singgih D. 1982. *Dasar dan Teori Perkembangan Anak*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hurlock, Elizabeth B. 1982. *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. New York: McGraw-Hill Companies.
- Krumboltz, John D. and Thoresen, Carl F. (Eds.). (1969). *Behavioral Counseling: Cases and Techniques*. New York : Library

Juang Sunanto, dkk. 2006. *Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. Bandung : UPI Press

Mohammad Kasiram. 1994. *Ilmu Jiwa Perkembangan: Bagian Ilmu Jiwa Anak*. Surabaya: Usaha Nasional.

Nevid, Jeffrey S. 2002. *Abnormal Psychology Changing Blackboard*. USA : Pearson

Nurdin Widodo, dkk. *Evaluasi Program Perlindungan Anak Melalui Rumah Perlindungan Sosial Anak (RPSA) 2011*. Jakarta : Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial

Oemarjoedi, A.K. 2003. *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta : Creativ Media