

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Berbicara adalah salah satu metode berkomunikasi yang sering digunakan sehari-hari. Berbicara dianggap lebih efektif dalam menyampaikan pesan. Tarigan (2008) mengungkapkan bahwa berbicara adalah kemampuan mengucapkan bunyi-bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan serta menyampaikan pikiran, gagasan dan perasaan.

Berbicara merupakan satu dari operasi kognitif yang paling kompleks dilakukan oleh manusia. Salah satu cara manusia menyampaikan pesan agar dipahami oleh penerima pesan adalah melalui berbicara. Hal ini berkaitan dengan proses pemroduksian kalimat atau ujaran yang melibatkan otak si pembicara dimana impuls di sepanjang motor saraf dikirim ke otot-otot organ vokal. Selain keterlibatan organ berbicara dan mekanismenya, ada juga pengetahuan linguistik yang menjadi bagian dari proses berbicara. Dalam pengertian lain, manusia akan berbicara dengan lancar jika tidak ada masalah dalam mekanisme berbicara dan memahami pengetahuan linguistik dengan baik. Namun, masalah akan terjadi jika seseorang mengalami gangguan dalam berbicara dan berkomunikasi, seperti *stuttering*, yang dalam istilah bahasa Indonesia disebut dengan gangguan gagap.

*Stuttering* adalah salah satu gangguan berkomunikasi, yaitu gangguan kefasihan verbal yang ditandai dengan seringnya pengulangan atau

pemanjangan pengucapan konsonan atau vokal; jeda yang lama antara pengucapan satu kata dengan kata berikutnya; mengganti kata-kata yang sulit diucapkan dengan kata-kata yang mudah diucapkan (antara lain, kata-kata yang diawali dengan konsonan tertentu); dan mengulang kata (Davison, 2006). Hal ini tidak mudah dikontrol dan disertai dengan gerakan lain dan diiringi oleh emosi negatif seperti rasa takut, dan malu (Wingate, dalam Büchel & Martin, 2004).

*Stuttering* juga dialami oleh remaja dan dewasa. Penelitian yang dilakukan oleh Darmadie (2012) menunjukkan bahwa *stuttering* juga dialami pada laki-laki dewasa Indonesia, berupa pengulangan kata, pemanjangan kata atau suku kata, dan terdiam beberapa saat yang sebagian besar terjadi di awal kata dengan huruf konsonan. Yairi dan Ambrose (2013) juga menyatakan bahwa walaupun sebagian kasus *stuttering* terjadi pada anak-anak, namun pada beberapa kasus juga terjadi pada remaja.

Salah satu penyebab *stuttering* adalah ketegangan yang berasal dari reaksi seseorang terhadap lingkungannya, stres karena sesuatu yang dirasakan tidak dapat dilakukannya. *Stuttering* juga sering kali menjadi lebih buruk bila individu merasa gugup dan sering kali membaik atau bahkan hilang bila individu tersebut bernyanyi (Davison, 2006). Hal ini sesuai dengan yang dialami oleh salah satu individu dengan *stuttering*, bahwa *stuttering* muncul disaat individu merasa gugup, dalam kondisi tegang, dan terlebih lagi jika bertemu dengan orang-orang baru. Biasanya individu dengan *stuttering* akan menghindari percakapan yang tidak perlu, dan cenderung menjadi lebih

pendiam. Jika lingkungan tidak cukup membantu, misalnya mengejek, memarahi, atau memaksanya berbicara lancar, maka lama-kelamaan individu akan menarik diri dari pergaulan. Sikap seperti ini akan menimbulkan rasa kurang percaya diri, tertekan, murung, dan menghambat perkembangan kepribadian serta kemampuannya secara umum.

Hasil wawancara pada bulan Juli 2014 terhadap beberapa orang mahasiswa UIN Suska Riau berusia 21 tahun yang terdeteksi *stuttering*, mengungkapkan bahwa remaja dengan *stuttering* mengalami kesulitan dalam pelafalan beberapa kosa kata, huruf, serta seringnya terdapat pengulangan dalam beberapa kata. Kesulitan dalam berbicara sering disebabkan oleh tekanan dan gangguan psikologis yang dialaminya pada suatu waktu. Disaat suatu kondisi menyebabkan dirinya tertekan atau mengalami rasa gugup yang begitu kuat, disaat itulah *stuttering* muncul. Hal ini tentunya akan mempengaruhi performansi remaja di kehidupannya. *Stuttering* akan sangat menghambat individu dalam proses akademik dan sosial.

*Stuttering* dapat mempengaruhi penampilan atau peluang profesional seseorang di masa depan (Miltenberg, 2008). *Stuttering* dapat menghambat fungsi akademik, sosial, dan pekerjaan serta aktualisasi potensi orang-orang yang pada dasarnya memiliki kemampuan. *Stuttering* menjadi sebuah masalah yang begitu berat bagi individu yang mengalaminya, karena menjadi ketakutan untuk berkomunikasi dengan orang lain. Akibatnya orang dengan *stuttering* menjadi minder ketika bergaul bersama orang banyak. Ketika mulut menjadi berat untuk bicara, maka terjadi keengganan untuk mengeluarkan

pendapat saat berada di sebuah forum diskusi, maka potensi tidak dapat menonjol.

Misalnya seseorang yang memiliki kemampuan kognitif yang baik untuk menjadi seorang pembaca berita, namun individu tersebut mengalami hambatan dalam berbicara, dalam hal ini *stuttering*. Hal ini tentunya akan menghambat terwujudnya impian individu tersebut, karena kemampuan berkomunikasi yang baik merupakan salah satu kemampuan yang diperlukan oleh seorang pembaca berita. Begitu juga seorang ilmuwan dengan berbagai penelitiannya. Ia membutuhkan kemampuan untuk dapat berkomunikasi dengan lancar untuk mempresentasikan temuan atau penelitiannya. *Stuttering* tentunya akan sangat menghambat seseorang dalam mengaktualisasikan dirinya.

*Stuttering* dapat mengakibatkan konsekuensi sosial yang negatif seperti digoda atau ejekan dari teman sebaya dan diskriminasi dalam proses pengurusan aplikasi perguruan tinggi (Leung & Robson, dalam Miltenberg, 1998). Hal ini tentu akan sangat mengganggu kehidupan individu dengan *stuttering*. Hasil wawancara dengan beberapa orang dengan *stuttering* mengungkapkan bahwa individu dengan *stuttering* menerima penolakan dari lingkungan sosial, seperti olok-olokan, cacian, serta diskriminasi dalam proses seleksi suatu program yang ingin mereka ikuti. Hal ini membuat individu dengan *stuttering* menjadi malu, minder, serta keengganan untuk turut bergabung dalam bersosialisasi.

Lingkungan keluarga menunjukkan respon yang serupa. Dari lingkungan keluarga, individu dengan *stuttering* juga menerima penolakan seperti olok-olokan dari saudara kandung dan orangtua. Hal ini sesuai dengan yang dialami oleh salah satu individu dengan *stuttering*, bahwa individu menerima olok-olokan dari saudara kandungnya saat ia mengalami *stuttering*. Pengabaian kadang diterima. Disaat individu dengan *stuttering* ingin mengutarakan sesuatu, individu diminta untuk tidak berbicara karena komunikasi yang tidak jelas tersebut. Hal ini menyebabkan individu tersebut menjadi pribadi yang pendiam, tertutup serta enggan untuk ikut serta dalam proses komunikasi keluarga.

Hal-hal negatif yang diterima individu dengan *stuttering* ini menyebabkan dibutuhkan sebuah tritmen untuk mengurangi *stuttering* agar individu dapat berbicara dengan lancar. *Habit Reversal Procedure* merupakan teknik modifikasi perilaku yang cocok untuk mengurangi *stuttering*.

*Habit reversal procedure* adalah sebuah modifikasi perilaku dengan mengeluarkan respon tandingan saat suatu perilaku muncul, sehingga dapat mengurangi perilaku tersebut (Miltenberg, 2008). Dalam kasus *stuttering*, respon tandingan yang dimunculkan adalah pengaturan nafas (*regulated breathing*). Modifikasi perilaku ini digunakan untuk menurunkan perilaku berulang yang tidak diinginkan, dalam hal ini *stuttering*. *Regulated breathing* adalah intervensi yang mencoba untuk mengubah pola pernapasan dari individu dengan *stuttering* (Woods dkk., 2000). Tritmen ini dapat melancarkan ritme dan detak jantung individu, sehingga individu dapat

berbicara dengan lancar. Selain itu, tritmen ini juga dapat mengurangi tingkat kecemasan individu dengan *stuttering* saat berbicara. Sehingga ketika tingkat kecemasannya berkurang, tingkat *stuttering* pun berkurang. Woods, dkk (2000) menjelaskan bahwa teknik ini menghasilkan penurunan *stuttering* yang signifikan dan meningkatkan kemampuan berbicara. Williamson, dkk (1981) juga menekankan bahwa teknik ini cukup efektif untuk mengurangi *stuttering*.

*Habit reversal procedure* memiliki empat komponen utama yaitu, pelatihan kesadaran, respon tandingan, dukungan sosial, dan motivasi. Pada kasus *stuttering*, individu akan diminta untuk menyadari kondisi seperti apa yang menyebabkannya *stuttering*. Lalu individu akan diminta memunculkan respon tandingan untuk mereduksi *stuttering*. Selain itu, ada dukungan sosial dalam bentuk dukungan penghargaan, yaitu ungkapan penghargaan yang positif dan dorongan untuk maju dari orang-orang terdekat individu. Dukungan sosial ini bertugas mendukung dan mengingatkan individu untuk terus menggunakan respon tandingan. Terakhir, adanya metode motivasi, dimana individu dengan *stuttering* mengingat apa yang menyebabkannya menginginkan terapi ini, misalnya karena kondisi *stuttering* yang cukup ekstrim yang menyebabkannya mengalami kesulitan dalam berkomunikasi.

*Habit reversal procedure* telah terbukti efektif dalam upaya mengurangi *stuttering*. Pada tahun 1974, Azrin dan Nunn menggunakan tritmen ini untuk mengurangi *stuttering*. Prosedur yang pada awalnya terdiri dari empat komponen, disederhanakan menjadi tiga komponen, yaitu pelatihan kesadaran, respon tandingan dan dukungan sosial. Sejumlah penelitian telah

menunjukkan *habit reversal procedure* yang sederhana efektif untuk mengurangi *stuttering* (Miltenberger dkk, 1998).

Beberapa penelitian terdahulu juga telah menggunakan *habit reversal procedure* dalam upaya mengurangi perilaku berulang lainnya seperti *tic* dan sindrom *tourette* (Azrin & Nunn, 1973). Hasilnya menunjukkan bahwa *habit reversal procedure* efektif untuk mengurangi perilaku berulang.

*Habit reversal procedure* akan berdampak pada aspek kognitif dan konatif orang dengan *stuttering*. Pada tritmen ini individu mempelajari dua keterampilan dasar sekaligus, yaitu pelatihan kesadaran yang berdampak pada aspek kognitif dan keterampilan melakukan respon tandingan yang berdampak pada aspek konatif individu. Dua keterampilan ini akan sangat bermanfaat oleh individu dengan *stuttering*, karena individu akan menyadari kapan situasi yang menyebabkan *stuttering* muncul sehingga akan segera mengeluarkan respon tandingan untuk menanggulangi *stuttering*.

Dengan menggunakan tritmen ini, diharapkan individu dengan *stuttering* dapat berbicara dengan lancar tanpa mengalami hambatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah *habit reversal procedure* efektif untuk mengurangi *stuttering*?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Sejalan dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *habit reversal procedure* untuk mengurangi *stuttering*.

### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian terkait *stuttering* telah banyak dilakukan di luar negeri, namun sangat sedikit penelitian terkait *stuttering* yang dilakukan di Indonesia. Penelitian terkait *stuttering* yang telah dilakukan di Indonesia dilakukan oleh Darmadie (2012) yaitu dengan judul *The Characteristics of Stuttering in the Utterances of an Indonesian Male Adult with Developmental Stuttering*. Hasilnya menunjukkan bahwa ada tiga karakteristik *stuttering* pada pria dewasa di Indonesia, yaitu pengulangan kata, pemanjangan kata atau suku kata, dan terdiam beberapa saat yang sebagian besar terjadi di awal kata dengan huruf konsonan.

Penelitian di luar negeri oleh Kinkelder dan Boelens (1998) dengan judul "*Habit-Reversal Treatment for Children's Stuttering: Assessment in Three Settings*". Penelitian ini hanya melibatkan 2 subjek yaitu anak laki-laki berusia 9 dan 14 tahun. Penelitian ini menggunakan tritmen *habit reversal procedure* yaitu dengan teknik pelatihan kesadaran, *regulated breathing*, dan dukungan sosial. Hasilnya menunjukkan bahwa *habit reversal procedure* efektif untuk menurunkan *stuttering* dan meningkatkan kemampuan berbicara subjek.



Penelitian lainnya dilakukan oleh Azrin dan Nunn (1974) dengan judul “*A Rapid Method of Eliminating Stuttering by a Regulated Breathing Approach*”. Penelitian ini melibatkan 14 individu dengan *stuttering* dengan rentang usia 4 sampai 67 tahun. Penelitian ini menggunakan tiga tahapan tritmen *habit reversal procedure* yaitu teknik pelatihan kesadaran, *regulated breathing*, dan dukungan sosial. Hasilnya menunjukkan bahwa *habit reversal procedure* mampu menurunkan tingkat *stuttering* subjek hingga 90 persen.

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Darmadie (2012) dengan penelitian yang akan dilakukan penulis terletak pada variabel penelitiannya, yaitu *stuttering*. Perbedaannya terletak pada metode penelitian yang dilakukan. Penelitian Darmadie (2012) menggunakan metode penelitian kualitatif, yaitu mendeskripsikan karakteristik *stuttering* pada pria dewasa, sedangkan penelitian yang akan dilakukan penulis menggunakan metode penelitian eksperimen dengan memberikan sebuah tritmen modifikasi perilaku yaitu *habit reversal procedure* pada subjek remaja laki-laki dan perempuan.

Penelitian yang akan dilakukan penulis memiliki kesamaan variabel terikat dan variabel bebas dengan penelitian yang dilakukan oleh Kinkelder dan Boelens (1998). Variabel bebas yang digunakan adalah *habit reversal procedure* dan variabel terikat yang digunakan adalah *stuttering*. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian. Penelitian yang akan dilakukan oleh penulis melibatkan subjek remaja laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 12 sampai 23 tahun, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh

Kinkelder dan Boelens (1998), melibatkan subjek hanya dua orang anak usia 9 dan 14 tahun.

Persamaan penelitian yang akan dilakukan penulis dengan penelitian yang dilakukan Azrin dan Nunn (1974) terletak pada variabel terikat dan variabel bebas. Variabel bebas yang digunakan adalah *habit reversal procedure* dan variabel terikat yang digunakan adalah *stuttering*. Perbedaannya terletak pada rentang usia subjek, Azrin dan Nunn melibatkan subjek dengan kategori anak-anak sampai lansia (4 sampai 67 tahun), sedangkan penulis melibatkan subjek dengan kategori remaja (12 sampai 23 tahun).

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat ilmiah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah dalam bidang ilmu psikologi klinis, psikologi pendidikan, dan psikologi eksperimen, khususnya terkait pemberian tritmen *Habit Reversal Procedure* untuk mengurangi *stuttering* pada remaja.

### **2. Manfaat praktis**

- a. Sebagai salah satu tritmen modifikasi perilaku untuk individu dengan *stuttering*.
- b. Sebagai bahan rujukan bagi instansi atau dinas untuk memberikan tritmen *Habit Reversal Procedure* pada mahasiswa atau individu dengan *stuttering* agar dapat berbicara dengan lancar.