

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai implementasi teknik *time-out* sebagai intervensi guru dalam aspek perilaku anak ADHD di TK Negeri Pembina Kota Banjarbaru, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Strategi Perencanaan Guru.

Perencanaan penerapan teknik *time-out* dilakukan guru dengan mengidentifikasi karakteristik dan kebutuhan anak ADHD, menentukan perilaku sasaran yang akan dikurangi, menyusun aturan kelas, serta menyesuaikan RPPH dengan kondisi anak. Guru juga menyiapkan prosedur pelaksanaan *time-out* agar intervensi dapat dilakukan secara konsisten dan sesuai dengan tujuan pembelajaran.

2. Pelaksanaan Teknik *Time-Out*.

Implementasi teknik *time-out* dilakukan melalui tahapan yang sistematis, meliputi pemberian peringatan (*warning*) verbal, pemindahan anak ke area tenang selama kurang lebih 5 menit, dan diakhiri dengan diskusi reflektif pasca-intervensi. Selama 10 hari observasi, terlihat adanya penurunan frekuensi perilaku mengganggu secara bertahap. Anak mulai menunjukkan kemampuan regulasi diri dan kepatuhan terhadap aturan kelas setelah terbiasa dengan prosedur jeda sementara tersebut.

3. Evaluasi penerapan Teknik *time-out*

Evaluasi penerapan teknik *time-out* di TK Negeri Pembina Kota Banjarbaru dilakukan melalui observasi langsung dengan mengamati perubahan perilaku anak setelah intervensi diberikan. Guru menilai efektivitas teknik *time-out* berdasarkan perubahan yang tampak secara langsung, seperti kemampuan anak untuk lebih

tenang, mengikuti instruksi, mengurangi perilaku yang mengganggu, serta kembali berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Hasil observasi tersebut menjadi dasar bagi guru untuk menentukan keberhasilan penerapan teknik *time-out* sekaligus melakukan penyesuaian apabila masih ditemukan kendala dalam pelaksanaannya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru dan GPK.

Diharapkan untuk terus mempertahankan konsistensi dalam penerapan teknik *time-out* dan selalu mengombinasikannya dengan penguatan positif agar motivasi intrinsik anak untuk berperilaku baik tetap terjaga. Selain itu, guru disarankan untuk membuat catatan harian perkembangan perilaku anak secara lebih terstruktur untuk memudahkan evaluasi berkala.

2. Bagi Pihak Sekolah.

Disarankan untuk menyusun panduan atau Standar Operasional Prosedur (SOP) tertulis mengenai penanganan perilaku anak berkebutuhan khusus (termasuk teknik *time-out*). Hal ini penting guna menjamin keseragaman dan keberlanjutan metode penanganan meskipun terjadi pergantian tenaga pendidik.

3. Bagi Orang Tua.

Diharapkan dapat bekerja sama lebih erat dengan pihak sekolah dalam menerapkan pola disiplin yang serupa di rumah. Konsistensi antara lingkungan sekolah dan rumah akan sangat mempercepat keberhasilan modifikasi perilaku pada anak ADHD.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Penelitian ini terbatas pada aspek perilaku motorik dan kepatuhan. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggali lebih dalam mengenai efektivitas teknik *time-out* terhadap aspek interaksi sosial yang lebih kompleks atau pada rentang waktu penelitian yang lebih panjang (longitudinal) untuk melihat kemandirian perilaku anak secara permanen.