



**PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH TANTRUM
PADA ANAK AUTISME DI RUMAH BELAJAR DAN
REHABILITASI AN-NAJWA TEGAL**



TAGHSYA MAULAYANISA

NIM. 30322005

2026



**PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH TANTRUM
PADA ANAK AUTISME DI RUMAH BELAJAR DAN
REHABILITASI AN-NAJWA TEGAL**



TAGHSYA MAULAYANISA

NIM. 30322005

2026

PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH TANTRUM PADA ANAK AUTISME DI RUMAH BELAJAR DAN REHABILITASI AN-NAJWA TEGAL

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh :

TAGHSYA MAULAYANISA
NIM. 30322005

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2026**

**PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH
TANTRUM PADA ANAK AUTISME DI RUMAH
BELAJAR DAN REHABILITASI AN-NAJWA
TEGAL**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh :

TAGHSYA MAULAYANISA
NIM. 30322005

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Taghsya Maulayanisa

NIM : 30322005

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Judul Skripsi : Penerapan Doa untuk Mencegah Tantrum pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya, apabila kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 2 Juni 2026

Yang Menyatakan.



Taghsya Maulayanisa
30322005

NOTA PEMBIMBING

Annisa Mutohharoh, M.Psi

Jln Sadewa, Duwet, Bojong Pekalongan

Lamp. : 4 (Empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdr. Taghsya Maulayanisa

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi

di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Taghsya Maulayanisa

NIM : 30322005

Judul : Penerapan Doa Untuk Mencegah Tantrum Pada Anak Autisme Di Rumah Belajar Dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 7 Mei 2026

Pembimbing,



Annisa Mutohharoh, M.Psi
NIPPPK. 199106022023212033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email: fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : Taghsya Maulayanisa
NIM : 30322005
Judul Skripsi : Penerapan Doa untuk Mencegah Tantrum pada Anak
Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa
Tegal

yang telah diujikan pada Hari Kamis, 11 Juni 2026 dan dinyatakan **LULUS** serta
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Ani, M.Pd.I

NIP. 198503072015032007

Penguji II

Afith Akhwanudin, M.Hum

NIP. 198511242015031005

Pekalongan, 24 Juni 2026

Disahkan Oleh

Dekan



Dr. Tri Astuti Hartini, M.Ag.

NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Penulisan transliterasi huruf-huruf Arab latin dalam skripsi ini berpedoman pada SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor: 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

A. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab di lambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian di lambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasinya dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	A	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṣa	Ṣ	Es (dengan titik di atas)
ج	Ja	J	Je
ح	Ḥa	Ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Ḍal	Ḍ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Ṣad	Ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	Ḍ	De (dengan titik di

			bawah)
ط	Ṭa	Ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	Z	Zet (dengan titik di bawah)
ع	‘Ain	‘	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia yang terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*. Vokal tunggal dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Fathah	A	A
إ	Kasrah	I	I
أ	Dammah	U	U

Vokal rangkap dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أي	Fathah dan ya	Ai	A dan I
أو	Fathah dan wau	Au	A dan U

Contoh:

كَيْف : *kaifa*

هَوْل : *hauula*

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
آ ا	Fathah dan A atau ya	Ā	a dan garis di atas
إ ي	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
أ و	Dammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

مَات : *māta*

رَمَى : *ramā*

قِيلَ : *qīla*

يَمُوت : *yamūtu*

D. Ta Marbūṭah

Transliterasi untuk *ta marbūṭah* ada dua, yaitu: *ta marbūṭah* yang hidup atau mendapat harkat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t]. Sedangkan *ta marbūṭah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta marbūṭah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbūṭah* itu ditransliterasikan dengan *ha* (h). Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : *rauḍah al-atfāl*

الْمَدِينَةُ الْفَضِيلَةُ : *al-madīnah al-fāḍilah*

E. Syaddah (Tasydīd)

Syaddah atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydīd* (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*. Contoh:

رَبَّنَا : *rabbanā*

الْحَق : *al-ḥaqq*

عَدُو : *‘aduwwun*

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال (A lam ma'rifah). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiyah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “l” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Sedangkan kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariyah* ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh *syamsiyah* maupun *qamariyah*, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contohnya:

الشَّمْسُ : *asy-syamsu*
الرَّجُلُ : *ar-rajulu*
الفَلْسَفَةُ : *al-falsafah*
الْبِلَادُ : *al-bilādu*

G. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa A.

Contohnya:

تَأْمُرُونَ : *ta'murūna*
النَّوْءُ : *al-nau'*
شَيْءٌ : *syai'un*
أُمِرْتُ : *umirtu*

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fa'il*, *isim*, maupun *huruf* ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَمُرْسَاهَا : *Bismillāhi majrehā wa mursāhā*

وَ إِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ : *Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn*
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn

I. *Lafẓ al-Jalālah* (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jarr* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *muḍāf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

دِينُ اللَّهِ : *dīnullāh*

Adapun *ta marbūṭah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafẓ al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ : *hum fī raḥmatillāh*

J. Huruf Kapital

Meskipun sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital, dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan bahasa Indonesia yang berlaku dalam EYD. Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Contoh: Abū Naṣr al-Farābī, Al-Gazālī.

Penggunaan huruf awal kapital untuk lafadz Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian sedangkan bila penulisan disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan. Contoh:

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ *Alḥamdu lillāhi rabbil ‘ālamīn/*

Alḥamdu lillāhi rabbi al-‘ālamīn

اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ *Allāḥu gafūrun raḥīm*

وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ *Wa mā Muhammadun illā rasul*

PERSEMBAHAN

1. Kedua orang tua saya, bapak Jamari dan ibu Sulismirah, terimakasih banyak atas doa-doa yang selalu dipanjatkan, selalu mendukung penulis dalam segala hal, nasehat-nasehat yang terucap, perhatian yang tulus dan segala yang bapak dan ibu berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk diri saya sendiri, Taghsya Maulayanisa yang sudah bertahan, melewati dan berjuang demi gelar dibelakang namanya, terimakasih sudah mampu melewati perjalanan yang tidaklah mudah.
3. Ibu Annisa Mutohharoh, M.Psi, terimakasih atas waktu, bimbingan, kesabaran yang diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Robby Satrio Utomo, Arista Windiyani dan Rizq Rihhadatul 'Aisy dan seluruh keluarga besar yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih selalu mendoakan, mendukung, menghibur dan siap sedia disaat penulis membutuhkan bantuan.
5. Arum Amalia Putri S.Ag, terimakasih sudah berkenan memberikan telinga untuk mendengarkan keluh kesah penulis, memberikan beribu semangat dan motivasi kepada penulis, terimakasih atas segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Inayatul Laely Syahra terimakasih sudah menemani perjalanan penulis di perantauan, terimakasih atas ratusan kilometer yang sudah ditempuh untuk selalu kuat dan semangat agar bisa menyelesaikan skripsi ini.
7. Nabila Zakia Putri, Salma Nabillah dan Rizki Fitri Noviana. Jarak mungkin memisahkan kita, tetapi dukungan yang kalian berikan selalu ada dan tidak pernah pudar. Terimakasih telah menjadi sahabat dalam keadaan apapun, terimakasih telah hadir di setiap fase kehidupan penulis.
8. Teman-teman Angkatan 22 Program Studi Tasawuf Psikoterapi khususnya Inayatul Laely Syahra, Feby Muli Mareta, Septia Rizki, Iffa Chairunnisa, Zidna Kamalia dan lainnya yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu. Terimakasih atas semangat dan dukungan empat tahun yang tidak mudah ini, terimakasih sudah menjadi bagian cerita kehidupan penulis hingga akhir.

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya : “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S. Al-Baqarah ayat 286)

Berdoalah seolah-olah engkau tidak dapat mencapainya kecuali dengan doa, dan kerjakanlah amal seolah-olah engkau tidak dapat memperolehnya kecuali dengan usahamu.

Umar bin Khattab

ABSTRAK

Maulayanisa, Taghsya 2026. Penerapan Doa untuk Mencegah Tantrum Pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal. Skripsi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing Annisa Mutohharoh, M.Psi

Kata Kunci: Penerapan Doa, Tantrum, Autisme.

Penelitian ini dilatarbelakangi banyaknya orang tua yang mempunyai anak autisme kewalahan dalam mengatasi anaknya di saat tantrum. Anak autisme mengalami keterbatasan komunikasi dan regulasi emosi yang memicu tantrum yang berulang dan sulit untuk dikendalikan karena kesulitan dalam menyampaikan keinginannya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mengendalikan perilaku tersebut adalah melalui pendekatan spiritual, yaitu penerapan doa dalam kegiatan sehari-hari anak. Rumusan masalah pada penelitian yaitu bagaimana tantrum pada anak autisme serta bagaimana penerapan doa untuk mencegah tantrum pada anak autisme.

Penelitian ini menggunakan teori dari beberapa tokoh untuk menganalisis perilaku tantrum pada anak autisme. Chaplin mendefinisikan tantrum sebagai ledakan emosi kuat yang agresif, disertai tangisan, jeritan, dan hentakan anggota tubuh, yang menjadi dasar untuk mengidentifikasi bentuk perilaku tantrum seperti yang ditunjukkan oleh subjek penelitian. Hurlock menambahkan bahwa tantrum dapat disebabkan oleh faktor fisik (seperti rasa lapar atau lelah) dan lingkungan (seperti perubahan rutinitas atau situasi baru yang menekan), yang digunakan untuk menganalisis pemicu tantrum pada anak. Frieda Mangunsong menjelaskan bahwa tantrum yang berulang dan tidak tertangani dapat membentuk pola perilaku maladaptif, sehingga penting untuk segera diintervensi agar tidak menghambat perkembangan anak. Sementara itu, M. Quraish Shihab memberikan landasan spiritual bahwa doa dan zikir dalam Al-Qur'an berfungsi sebagai sarana untuk meraih ketenangan jiwa dan menumbuhkan optimisme, yang menjadi dasar teoritis mengapa penera

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan keilmuan yang digunakan yaitu tasawuf dan psikoterapi. Sedangkan subjek penelitian terdiri dari 3 anak autisme, 1 ustazah pendamping di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal dan 3 orang tua. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tantrum dari 3 anak dengan gangguan autisme memiliki faktor penyebab dan dampak yang di timbulkan berbeda pada setiap anak. Penerapan doa yang dilakukan secara rutin setiap hari sebelum maupun sesudah kegiatan saat anak mengalami tantrum terbukti membantu regulasi emosi pada anak, serta mengurangi frekuensi dan intensitas tantrum.

ABSTRACT

Maulayanisa, Taghsya. 2026. Application of Prayers to Prevent Tantrums in Autistic Children at the An-Najwa Tegal Learning and Rehabilitation House. Undergraduate Thesis of the Sufism and Psychotherapy Study Program, Faculty of Ushuluddin, Adab and Dakwah, K.H. Abdurrahman Wahid State Islamic University, Pekalongan. Advisor: Annisa Mutohharoh, M.Psi.

Keywords: *Application of Prayer, Tantrum, Autism.*

This research was motivated by the large number of parents of autistic children who feel overwhelmed in managing their children during tantrums. Autistic children experience limitations in communication and emotional regulation, which trigger recurring tantrums that are difficult to control due to their difficulty in expressing their desires. One effort that can be made to help manage this behavior is through a spiritual approach, namely the application of prayer in the child's daily activities. The formulation of the problem in this research is how tantrums occur in autistic children and how prayer is applied to prevent tantrums in autistic children.

This research uses theories from several figures to analyze tantrum behavior in autistic children. Chaplin defines tantrum as a strong aggressive emotional outburst, accompanied by crying, screaming, and thrashing of limbs, which serves as the basis for identifying the forms of tantrum behavior exhibited by the research subjects. Hurlock adds that tantrums can be caused by physical factors (such as hunger or fatigue) and environmental factors (such as changes in routine or stressful new situations), which are used to analyze the triggers of tantrums in children. Frieda Mangunsong explains that recurring and unaddressed tantrums can form maladaptive behavioral patterns, making early intervention crucial to prevent hindrance in child development. Meanwhile, M. Quraish Shihab provides a spiritual foundation that prayer and dhikr in the Qur'an function as a means to achieve tranquility of the soul and foster optimism, which serves as the theoretical basis for why the application of prayer is believed to be effective in calming emotions and preventing tantrums in autistic children.

The type of research used is field research with a qualitative approach. The scientific approach employed is Sufism and Psychotherapy. The research subjects consisted of 3 autistic children, 1 female teacher (ustazah) at the An-Najwa Tegal Learning and

Rehabilitation House, and 3 parents. Data collection techniques included observation, interviews, and documentation. Data analysis used data reduction, data presentation, and conclusion drawing techniques.

The results of the study show that the tantrums of the 3 children with autism spectrum disorder have different causal factors and impacts on each child. The regular application of prayer every day before and after activities, as well as during tantrums, has been proven to help regulate the children's emotions and reduce the frequency and intensity of tantrums.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahillāhi rabbil 'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt., Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw., sang pembawa risalah kebenaran, teladan umat, dan cahaya kehidupan bagi seluruh manusia, beserta keluarga, sahabat, dan pengikut beliau hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini juga merupakan syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Strata 1 (S-1) serta bentuk ikhtiar penulis untuk memperdalam pemahaman mengenai penerapan doa dalam mengatasi tantrum pada anak autisme. Melalui kajian ini, penulis berharap dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan keilmuan, khususnya dalam bidang spiritual untuk mengelola emosi dan perilaku anak, serta menjadi referensi bagi orang tua, pendamping anak autisme, maupun pembimbing rohani dalam memberikan pendampingan dalam menangani emosi pada anak autisme.

Perjalanan penyusunan skripsi ini tentu tidak berjalan dengan mudah. Ada banyak hambatan, kendala, bahkan keraguan yang penulis alami. Namun berkat doa, dorongan, dan bimbingan dari berbagai pihak, penulis mampu melewati tahap demi tahap hingga akhirnya sampai pada titik ini. Oleh sebab itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini bukan semata hasil jerih payah pribadi, melainkan juga buah dari kerjasama, bantuan, dan doa banyak pihak.

Pada kesempatan yang berbahagia ini, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Zaenal Mustakim, M.Ag, selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Ibu Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

3. Bapak Afith Akhwanudin, M.Hum. selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Ibu Annisa Mutohharoh, M.Psi. selaku Sekretaris Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan sekaligus dosen pembimbing penelitian.
5. Ibu Cintami Farmawati, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik atas bimbingannya selama masa perkuliahan.
6. Lilis Fauziah Selaku Kepala Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal yang telah memberikan bantuan serta dukungan selama proses penelitian.

Serta seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Meskipun penelitian ini jauh dari kata sempurna, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat, terutama bagi peneliti dan bagi pembaca serta semua pihak.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERSEMBAHAN	x
MOTTO	xi
ABSTRAK	xii
KATA PENGANTAR	xvi
DAFTAR ISI	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Tinjauan Pustaka	7
F. Metode Penelitian	16
G. Sistematika Penulisan	20
BAB II PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH TANTRUM PADA ANAK AUTISME.....	21
A. Penerapan Doa	21
B. Perilaku Tantrum.....	26
BAB III PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH TANTRUM PADA ANAK AUTISME DI RUMAH BELAJAR DAN REHABILITASI AN-NAJWA TEGAL	37

A. Gambaran Umum di Rumah Belajar Dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.....	37
B. Perilaku Tantrum Pada Anak Autisme	41
C. Penerapan Doa untuk Mencegah Perilaku Tantrum Pada Anak Autisme.....	47

BAB IV PENERAPAN DOA UNTUK MENCEGAH PERILAKU TANTRUM PADA ANAK AUTISME DI RUMAH BELAJAR DAN REHABILITASI AN-NAJWA TEGAL..... 53

A. Analisis Tantrum Pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.....	53
B. Analisis Penerapan Doa dalam Mencegah Tantrum pada Anak Autisme.....	56

BAB V PENUTUP 62

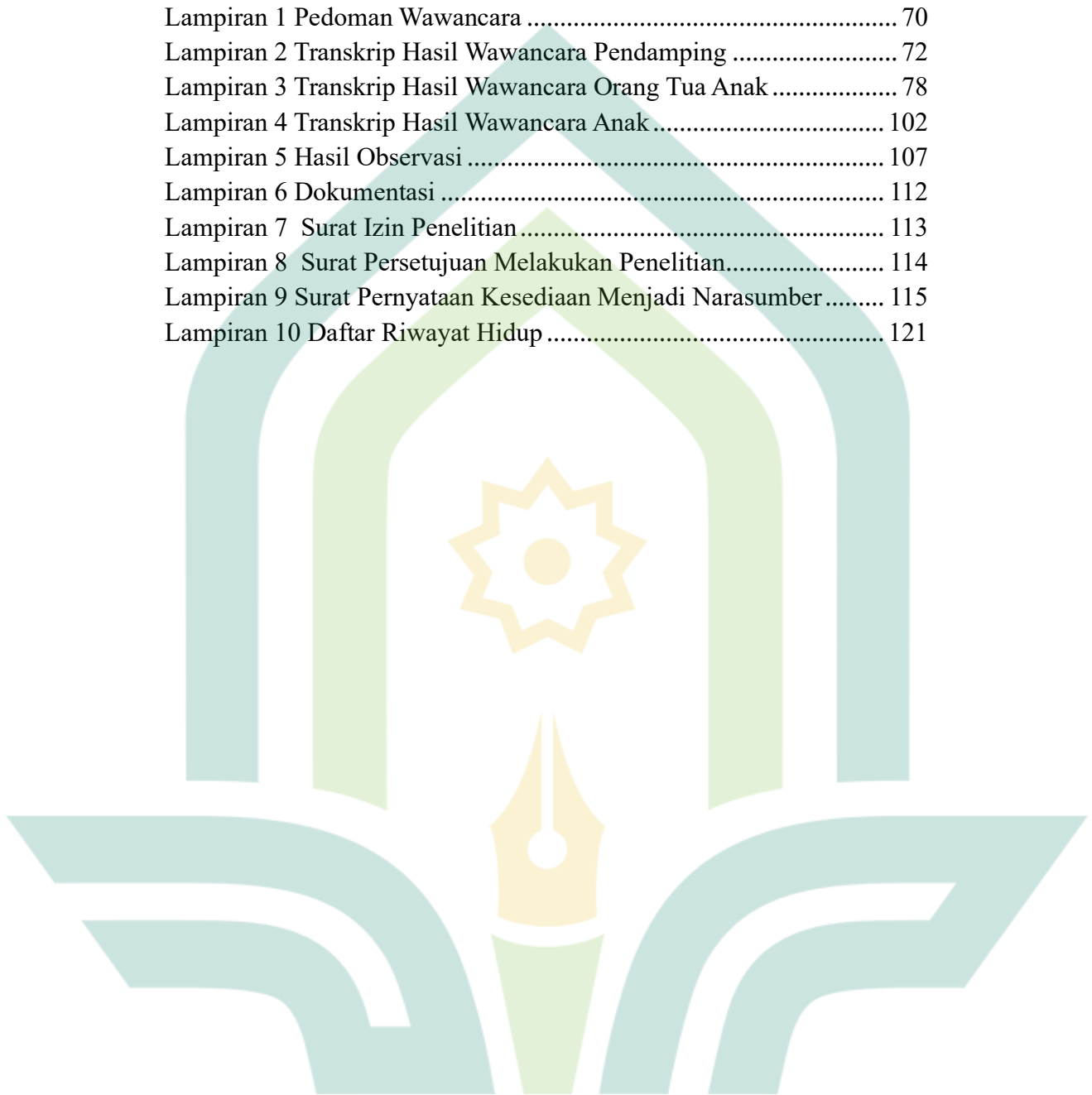
A. Kesimpulan	62
B. Saran - Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA 64

DAFTAR LAMPIRAN

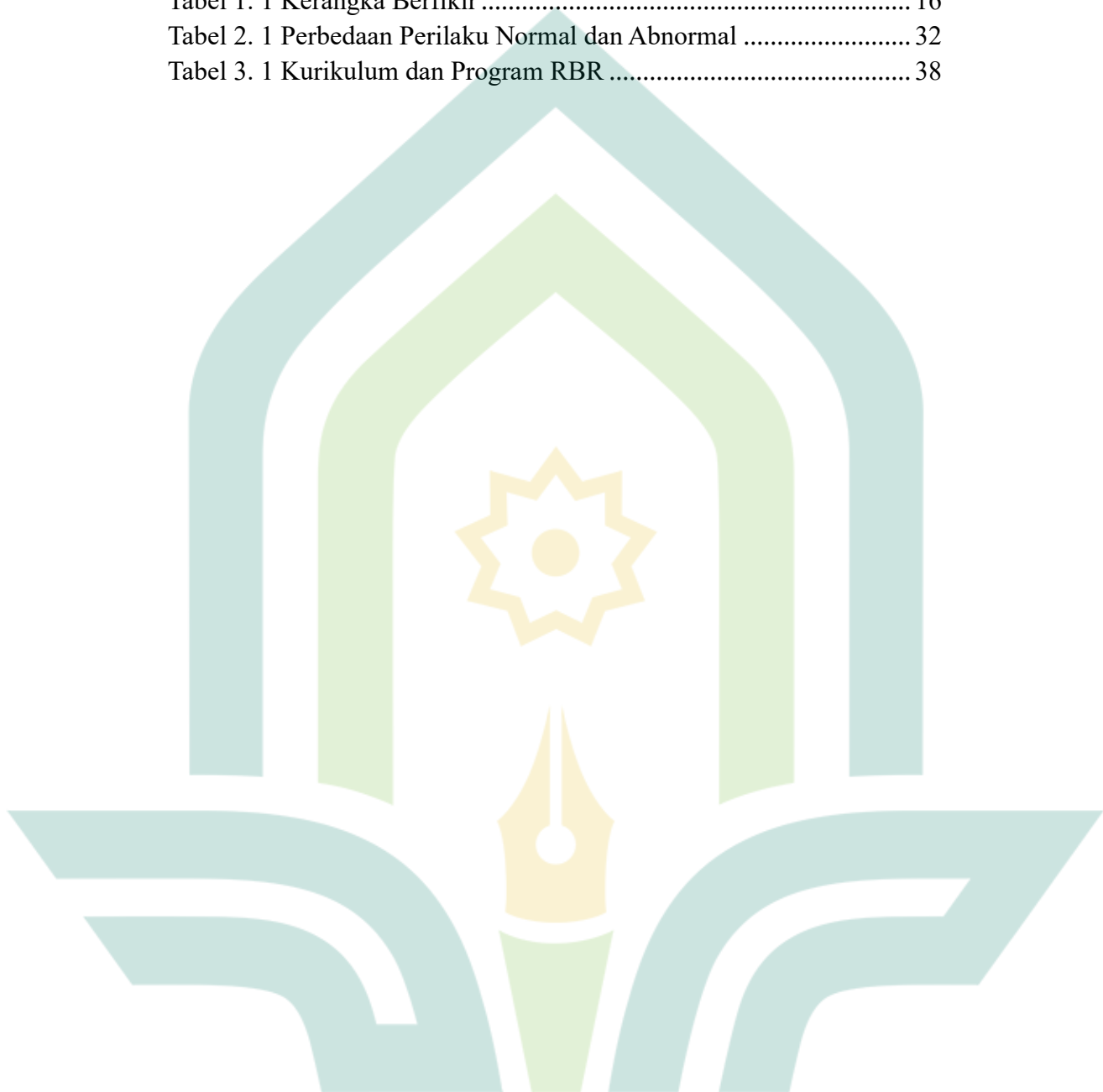
DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara	70
Lampiran 2 Transkrip Hasil Wawancara Pendamping	72
Lampiran 3 Transkrip Hasil Wawancara Orang Tua Anak	78
Lampiran 4 Transkrip Hasil Wawancara Anak	102
Lampiran 5 Hasil Observasi	107
Lampiran 6 Dokumentasi	112
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian	113
Lampiran 8 Surat Persetujuan Melakukan Penelitian.....	114
Lampiran 9 Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Narasumber	115
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup	121



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Kerangka Berfikir	16
Tabel 2. 1 Perbedaan Perilaku Normal dan Abnormal	32
Tabel 3. 1 Kurikulum dan Program RBR	38





BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Autism spectrum disorder (ASD) biasa disebut Autisme merupakan kondisi di mana perkembangan neurologis yang mempengaruhi perilaku seseorang, interaksi sosial, dan komunikasi. Anak dengan gangguan autisme biasanya sulit berkomunikasi, baik secara verbal maupun nonverbal, serta kesulitan memperhatikan dan memahami situasi yang terjadi di sekitarnya.¹ IQ pada anak autisme sangat bervariasi. Anak autisme dengan IQ tinggi sangat berbakat namun mengalami kesulitan dalam meningkatkan logikanya. Selain itu, anak autisme seringkali mengalami hambatan dalam berkreaitivitas. Menurut Peter Vermeulen adanya gangguan dalam kemampuan konteks atau gangguan dalam kemampuan memahami ataupun menafsirkan informasi dan perilaku.² Anak autisme sering kesulitan mengelola emosi, yang dapat memicu perilaku tantrum atau agresi ketika mereka merasa frustrasi atau kewalahan. Masalah regulasi emosi memengaruhi hubungan anak dengan teman sebaya maupun anggota keluarga.³

Anak dengan gangguan autisme berbeda dari anak normal. Anak dengan gangguan autisme tidak mampu mengekspresikan diri secara jelas sehingga memunculkan kemarahan atau tindakan yang merugikan dirinya dan orang lain, dikarenakan kesulitan dalam berkomunikasi untuk menyampaikan pesan atau maksudnya. Perilaku tersebut sering dikenal dengan istilah tantrum. Tantrum biasanya digambarkan dengan perilaku berteriak, menangis, guling-guling, melempar barang disekitarnya, menyakiti diri sendiri dengan menggigit

¹ Hafidz Muftisany, *Autisme Menganali Ciri-Ciri Anak Autis Sejak Dini*, (Yogyakarta: Elementa Media, 2023), 1-2

² Julia Maria Van Tiel, *Anakku ADHD, Autisme, Atau Gifted*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2018), 21

³ Patria Jati Kusuma, *Mengenal Lebih Dekat Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)*, (Lamongan: CV Detak Pustaka, 2025), 90

tangannya, membenturkan kepalanya serta tindakan menyakiti orang lain seperti memukul, mencubit dan menendang.⁴

Penyebab perilaku tantrum terdiri dari dua faktor, yaitu internal serta eksternal. Faktor internal berhubungan dengan kelainan pada otak bagian amigdala dan hippocampus. Hal tersebut mengakibatkan anak autisme tidak bisa mengendalikan emosinya. Faktor eksternal pada anak autisme dapat dipicu apabila seseorang mengubah rutinitas hariannya, mengalihkan barang-barang kesukaannya, mengubah susunan yang dibuatnya sendiri, bahkan ketika ada yang menyuruh melakukan sesuatu yang tidak disenangi. Makanan juga sangat berpengaruh dan dapat menjadi salah satu faktor penyebab tantrum di mana kandungan zat makanan yang dimaksud seperti *gluten* yang terdapat pada terigu dan olahan lainnya, serta *kasein* terdapat pada susu hewan dan segala bentuk olahan lainnya. Keduanya tidak dapat dipahami dengan baik oleh anak autis karena itu menyebabkan gangguan perilaku.⁵

Seperti yang terjadi di lapangan, tepatnya di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Kabupaten Tegal terdapat sebuah kasus di mana seorang anak dengan gangguan autisme, anak ini menunjukkan perilaku tantrum. Bentuk perilaku tantrum yang dilakukan ialah merusak fasilitas, menyakiti diri sendiri bahkan menyerang ustadzah pendampingnya. Bahkan, anak tersebut bisa menangis setengah hari tanpa henti. Di rumah belajar dan rehabilitasi An-Najwa Tegal inilah proses pencegahan perilaku tantrum dilakukan. Cara mengatasi tantrum yang diterapkan pada anak dengan cara diasingkan di suatu ruangan lalu dibacakan seperti Al-Ikhlas, Al-Falaq, An-Nash serta ayat kursi kemudian ditiupkan di ubun-ubunnya. Penanganan pertama yang dilakukan pada anak yang sedang mengalami tantrum

⁴ Puput Deswita, *6 Cara Mengatasi Tantrum Pada Anak Autis di SLB Autisma YPPA Padang*, Artikel SLB Autisma Padang, 6 April 2021, 34

⁵ Dian Farida Ismyama, *Anti Stress Hadapi Tantrum Pada Anak*, (Yogyakarta: Noktah, 2021), 50-51

dengan cara diasingkan dalam suatu tempat.⁶ Dalam psikologi, teknik ini disebut sebagai teknik *time out*. *Time out* yakni cara untuk mengontrol kemarahan serta meredakan perilaku negatif pada anak dengan membiarkannya menenangkan diri sejenak serta merenungkan kembali tindakan yang dilakukan. Jadi, anak diberikan kesempatan untuk tenang dan kembali terlibat dalam kegiatan yang mereka lakukan. Teknik ini merupakan salah satu metode untuk mengatasi perilaku negatif pada anak, membantu membimbing dan menghibur anak. Menghentikan perilaku buruk pada anak dapat dilakukan melalui penerapan nilai-nilai dasar mendidik dan mengasuh seperti kelembutan, kejujuran, ketegasan, empati, serta kasih sayang.⁷

Perilaku tantrum dapat diminimalisir dengan pendekatan psikoterapi Islam yang berfokus pada penguatan spiritual dan moralitas anak. Pendekatan lainnya yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku tantrum salah satunya dengan pembacaan doa. Pembacaan doa dari Al-Qur'an dapat dijadikan salah satu metode untuk meredakan tantrum pada anak autisme. Al-Qur'an menjadi obat baik untuk gangguan fisik maupun spiritual, seperti yang dijabarkan pada Q.S. Al-Isra : 82 :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَرْيَدُ
الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ۝

“Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian.” (Q.S. Al-Isra : 82).⁸

⁶ Lilis, Ustadzah Pembimbing Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Kabupaten Tegal, Wawancara Pribadi, 18 Maret 2025

⁷ Nurul Asqia, Novita Ashari, dkk. “Penerapan Metode Time Out Dalam Memodifikasi Perilaku Manipulative Tantrum Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Desa Mirring Kabupaten Polewali Mandar (Studi Kasus)”, *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, Vol.2, No.2, 2025, 110

⁸ Desty Angga Wulan, Musyarapah, “Studi Living Qur'an Tentang Pengaruh Pembacaan Surat Al-Fatihah Bagi Anak Yang Sering Tantrum”, *Al-Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, Vol 16, No.2, Maret-April 2022, 696

Fungsi Al-Qur'an sangatlah banyak tidak hanya sebagai petunjuk, salah satu di antaranya yang dijelaskan dalam surah al-isra' ayat 82, Al-Qur'an sebagai asy-syifa' (obat atau penyembuh). Menurut perspektif al-Qur'an termasuk sebagai pengobatan atau penyembuhan dapat dipahami bahwa Al-Qur'an diturunkan sebagai penyembuh bagi seluruh penyakit ini bisa bersifat *zahir* (materi) ataupun *batin* (immateri) dan menjadi karunia untuk orang yang beriman. Pengertian di atas Al-Qur'an dapat memberi solusi untuk perilaku tantrum.⁹

Pada Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal anak-anak dibiasakan melakukan aktivitas yang rutin dilakukan sehari-hari seperti pembacaan doa atau dzikir pagi dan sore, pembacaan *dzikir* setelah salat, dan pembacaan *dzikir* sebelum tidur. Pembacaan dilakukan dan dilafalkan langsung oleh masing-masing anak yang dituntun (*talqin*) oleh para ustadzah pendampingannya. Talqin dalam pendidikan adalah metode pembelajaran dengan cara guru mencontohkan atau mengucapkan suatu materi, lalu peserta didik menirukan secara berulang-ulang sampai hafal atau memahami. Doa menjadi salah satu bentuk pencegahan perilaku tantrum yang dapat dengan mudah dilakukan. Doa merupakan suatu harapan atau permohonan kepada Allah SWT. Islam mengajarkan kepada umat muslim agar selalu memohon kepada Tuhan mulai dari membuka mata ketika bangun hingga menutup mata untuk tidur lagi, semua dilakukan dengan mengamalkan doa.¹⁰

Perilaku tantrum pada anak harus dikurangi dan ditangani agar tidak berkelanjutan hingga anak dewasa. Saat menghadapi anak tantrum, orang tua mencari pendekatan yang efektif dan penuh kasih sayang. Rumah rehabilitasi An-Najwa menjadi salah

⁹ Nor Cahmida, Mukhid Mashuri, dkk, "Solusi Tantrum Dalam Tafsir An-Nur Karya Hasbi Ash-Shiddieqy", *Jurnal Kajian Agama dan Dakwah*, Vol. 6, No. 1, 2024, 2

¹⁰ Silma Mumtahanah dan Novia Fetri Aliza, "Terapi Doa Dalam Pelayanan Pembinaan Spiritualitas Islam Untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Pasien Persalinan Di Rumah Sakit Al-Ittizaan": *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* , Vol. 5, No. 2, 2022, 21

satu alternatif yang dapat dilakukan oleh orang tua agar anak balajar mengontrol diri. Anak-anak melakukan kegiatan doa setiap pagi dan sore hari, yang bertujuan dapat mencegah perilaku tantrum pada anak.

Dalam penelitian sebelumnya, doa dijadikan sebagai pengobatan pada pasien yang mengalami masalah kesehatan fisik ataupun masalah kesehatan mental. Dengan adanya psikologi spiritual, mengakui pentingnya aspek religius dan spiritual dalam kesehatan mental. Dalam psikologi kontemporer menjelaskan bahwa praktik keagamaan seperti doa dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental, serta menurunkan tingkat kecemasan.¹¹ pada penelitian ini doa menjadi suatu pembiasaan bahwa doa dapat mencegah perilaku tantrum pada anak autisme.

Penelitian ini dilakukan karena anak autisme sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosi sehingga lebih mudah mengalami tantrum, terutama ketika menghadapi perubahan, rasa tidak nyaman, atau stimulasi sensorik yang berlebihan. Tantrum yang berulang tidak hanya mengganggu proses belajar, tetapi juga dapat membahayakan anak maupun orang di sekitarnya. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan yang efektif, mudah diterapkan, dan sesuai dengan kondisi anak. Penerapan doa mampu memberikan ketenangan batin serta membantu menurunkan emosi.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap Penerapan Doa Untuk Mencegah Tantrum Pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal. Penerapan doa yang dilakukan dapat digunakan sebagai salah satu upaya memohon pertolongan kepada Tuhan agar perilaku tantrum pada anak dapat berkurang atau agar perilaku tantrum pada anak segera teratasi. Jadi, penelitian ini menjadi bahasan yang menarik untuk dikaji secara mendalam. Maka dari itu, penulis hendak menuangkan dalam

¹¹ Amiruddin dan Syaripah Aini, "Konsep Kesehatan Jiwa dalam Al-Qur'an: Membahas Penyembuhan Melalui Doa dan Dzikir dalam Perspektif Psikologi", *Jurnal Of Innovative and Creativity*, Vol. 5, No. 1, 2025, 131

karya tulis ilmiah dengan judul “Penerapan Doa Untuk Mencegah Tantrum Pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal”.

B. Rumusan Masalah

Merujuk latar belakang masalah sebagaimana telah diuraikan pada bagian latar belakang masalah, sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini, dijelaskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tantrum pada anak autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal?
2. Bagaimana penerapan doa untuk mencegah tantrum pada anak autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tantrum pada anak autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.
2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan doa untuk mencegah tantrum pada anak autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat tidak hanya bagi penulis, tetapi juga bagi pihak lain, baik dari segi teoritis maupun penerapannya. Dengan adanya penelitian ini, manfaat yang diharapkan ialah:

1. Kegunaan Teoritis

Secara teoritis, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian Tasawuf Psikoterapi, Dalam memahami hubungan antara aspek religius (doa) dan pengelolaan emosi pada anak autisme. Sedangkan dalam konsep psikologi, penerapan doa dapat mempengaruhi perubahan perilaku pada anak khususnya untuk mencegah perilaku tantrum.

2. Kegunaan Praktis

- a. Untuk anak autisme, diharapkan bisa meningkatkan wawasan terkait manfaat doa sebagai penerapan yang dapat dilakukan dalam mencegah perilaku tantrum.
- b. Untuk terapis, penelitian ini digunakan sebagai acuan evaluasi terhadap program pencegahan perilaku tantrum menggunakan metode doa.
- c. Untuk orang tua, Penelitian ini diharapkan menjadi solusi yang bisa diterapkan secara mandiri dirumah saat anak mengalami perilaku tantrum. Hal ini dapat dilakukan secara mandiri sebagai bentuk pencegahan perilaku tantrum pada anak autisme.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Penerapan Doa

Penerapan adalah suatu perbuatan mempraktekkan suatu teori, metode, dan hal lain untuk mencapai tujuan tertentu dan untuk suatu kepentingan yang diinginkan oleh suatu kelompok atau golongan yang telah terencana dan tersusun sebelumnya. Penerapan merupakan hal yang bermuara pada aktivitas, aksi, tindakan, atau adanya mekanisme suatu sistem. Penerapan bukan sekedar aktivitas, tetapi suatu kegiatan yang terencana dan untuk mencapai tujuan kegiatan.¹²

Pada buku karya Iin Tri Rahayu, Al-Khalidi menjelaskan terkait psikoterapi Islam mengelompokkan obat (*syifa'*) ke dalam dua macam. Obat yang pertama disebut *hissi*, yaitu pengobatan yang dapat dirasakan oleh tubuh secara langsung, seperti berobat dengan madu, air buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Qur'an. Kedua, obat *ma'nawi* antara lain doa, zikir, serta ajaran yang termuat dalam Al-Qur'an yang dipercaya dapat

¹² Hamsir, Khorij, Shafa, *Implementasi Karakter Panca Jiwa Santri dengan Menggunakan Targhib Wa Tarhib*, (Indramayu: Penerbit Adab, 2023), 6

mengatasi penyakit. Selain menyembuhkan penyakit, obat ma'nawi juga dapat untuk menyembuhkan penyakit batin serta kerusakan hati manusia.¹³

Doa dapat meningkatkan autosugesti serta meningkatkan kepercayaan diri dan sikap optimis. Keduanya menjadi faktor penting dalam perkembangan doa yang dapat meningkatkan autosugesti. Secara istilah (terminologi) Al-Thîby berpendapat dalam buku yang berjudul *Doa Ajaran ilahi Kumpulan Doa dalam Al-Qur'an Beserta Artinya*, doa adalah “melahirkan kehinaan dan kerendahan diri dalam keadaan tiada berdaya dan tiada berkekuatan dan kemudian menyatakan hajat, keperluan, ketundukan kepada Allah Swt”. Pada pengamalan spiritual, doa berperan sebagai tindakan pengabdian kepada Allah demi mengungkapkan rasa syukur serta meminta kesembuhan kepada-Nya.¹⁴

Doa bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental. Manfaat bagi kesehatan mental di antaranya doa dapat mengurangi stres, kecemasan dan depresi. Doa juga dapat meningkatkan regulasi emosi, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis secara menyeluruh, doa juga membantu meningkatkan keterhubungan antara individu dengan diri sendiri artinya doa dapat meningkatkan nilai spiritual dengan tuhan serta memberikan kedamaian batin.¹⁵

Manfaat bagi kesehatan fisik, di antaranya mengurangi dampak stres kronis dengan memberikan ketenangan dan keseimbangan emosi. Doa dapat membantu meminimalkan dampak negatif stres kronis

¹³ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi kontemporer*, (Malang: UIN Malang Press, 2009), 212

¹⁴ Anis Masykhur, Jejen Musfah, *Doa Ajaran ilahi Kumpulan Doa dalam Al-qur'an Beserta Artinya*, (Jakarta: Hikmah), 2008, 86

¹⁵ Sumiati, Ribut, Khairatunizam, “Sholat dan Kesehatan Mengungkap Manfaat Ibadah dalam Perspektif Medis dan Spiritual”, *Journal of Innovative and Creativity*, Vol. 4, No. 3, 2024, 45

terhadap kesehatan tubuh. Selain itu doa juga dapat mendukung penyembuhan, Praktik spiritual seperti doa dapat meningkatkan efektivitas penyembuhan pasien saat menjalani terapi atau pengobatan.¹⁶

b. Perilaku Tantrum Autisme

Perilaku merupakan tanggap atau reaksi yang dilakukan oleh manusia terhadap suatu rangsangan yang hadir dari luar dirinya. Perilaku yang sering muncul pada anak autisme antara lain kecenderungan bermain secara repetitif, ketertarikan yang terbatas, hambatan dalam interaksi sosial, serta berbagai karakteristik yang dapat mempengaruhi anak autisme. Perilaku yang sering muncul pada anak autisme antara lain berlari, mondar-mandir, berputar-putar, mengaum, melompat-lompat, antusias terhadap benda-benda berputar, perilaku emosional yang meledak-ledak, dan keras kepala.¹⁷

Tantrum biasanya terjadi karena anak belum memiliki kemampuan untuk mengungkapkan emosi mereka secara verbal atau mengelola perasaan mereka dengan cara yang lebih teratur. Tantrum dapat dipicu oleh berbagai faktor, termasuk rasa lapar, lelah, frustrasi, ketidakmampuan untuk melakukan sesuatu, atau kebutuhan untuk perhatian. Meskipun tantrum sering kali dianggap sebagai perilaku negatif, tantrum merupakan bagian normal dari perkembangan anak bagaimana cara anak belajar untuk mengekspresikan serta mengelola emosi.¹⁸

Tantrum pada anak autis serta anak normal memiliki perbedaan signifikan, di mana tantrum anak autis seringkali merupakan respons terhadap kesulitan

¹⁶ Abdul Rozak dan Syamsurizal, “Zikir Dan Ketenangan Jiwa: Kajian Psikologis”, *Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, Vol. 2, No. 1, 2025, 228

¹⁷ Mujahiddin, *Pekerja Sosial Untuk Anak Autisme (perspektif Metode)*, (Medan: Umsu Press, 2022), 25-26

¹⁸ Sekolah Rasa, *Mengatasi Tantrum: Panduan Untuk Orang Tua dan Pengasuh*, (Semarang: Tiram Media, 2024), 12

komunikasi, *overload* sensorik, dan perubahan rutinitas, sedangkan pada anak normal umumnya dipicu oleh frustrasi karena tidak mendapatkan keinginan atau kondisi seperti lapar dan lelah.¹⁹ Tantrum pada anak autisme cenderung lebih sering, berlangsung lebih lama, dan dapat melibatkan reaksi yang ekstrem karena adanya kesulitan dalam memproses informasi dan mengelola emosi, serta perbedaan dalam pemrosesan sensorik dan gangguan komunikasi yang mendasarinya.²⁰

c. Autisme

Autisme termasuk gangguan perkembangan yang terjadi karena kurangnya keterampilan sosial di otak yang memengaruhi interaksi sosial, komunikasi, dan perilaku. Hal tersebut disebabkan oleh kurangnya keterampilan sosial di otak yang mempengaruhi Interaksi, komunikasi, dan perilaku. Anak-anak dengan gangguan *autism spectrum disorder* menunjukkan perilaku seperti hiperaktif, impulsif, agresif, dan menyakiti diri sendiri.

Anak-anak dengan autisme juga bisa hiperreaktif ataupun hiporeaktif terhadap input sensori atau menaruh minat yang tidak biasa terhadap aspek sensorik lingkungan. Sebagai contoh, menunjukkan sikap tidak peduli terhadap rasa sakit, panas, atau dingin. Selain itu anak dengan gangguan autisme merespon secara tidak biasa terhadap bunyi atau tekstur tertentu, hipersensitif terhadap aroma, atau menyentuh benda dengan melampaui batas dan terpesona akan cahaya atau benda yang berputar.²¹

¹⁹ Eli Rahmawati, "The Relationship Between Parenting Style And The Incidence Of Temper Tantrums In Toddlers", *Jurnal Prima Wiyta Health*, Vol. 5, No. 1, 2024, 20

²⁰ Fiandra Fadiya, "Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Tantrum Pada Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme", *Jurnal Sari Pediatri*, Vol.27, No.1, 2025, 23

²¹ Dian Farida Ismyama, *Anti Stres Hadapi Tantrum Pada Anak*, (Yogyakarta: Noktah, 2021), 49

Autisme bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu sindrom (sekelompok gangguan) yang memengaruhi perkembangan dalam bidang sosial, keterampilan berbahasa, dan sikap terhadap individu lain, maka anak autisme menjalani kehidupan seolah berada dalam dunianya sendiri. Autisme bukanlah kondisi medis, melainkan kumpulan gejala gejala kelainan perilaku dan kemajuan perkembangan. Gangguan emosional, intelektual, dan kemauan (gangguan pervasif) terjadi pada anak-anak dengan gangguan autisme.²²

2. Penelitian yang Relevan

Pertama, pada tahun 2025 penelitian oleh Rifqatul Husna dan Wasilatun Najiyah yang berjudul “Teori Al-Qur’an dalam Mengatasi Anak Tantrum dan Relevansinya dengan *Love Languages*”. Pada anak tantrum kesulitan untuk mengendalikan emosinya. Pada riset ini ayat Al-Qur’an menjadi suatu pendekatan terbaru dalam mengatasi anak tantrum. Strategi pengobatan melalui ayat Al-Qur’an tersebut merupakan persamaan pada subjek yang diteliti yakni cara mengatasi tantrum menggunakan ayat Al-Qur’an. Perbedaan pada penelitian terdahulu terletak pada penelitian ini menggunakan penelitian tematik yang mengimplementasikan metode *library research*, adapun penelitian ini menerapkan metode *feed research* dengan terjun langsung ke lapangan.²³

Kedua, penelitian oleh Syamsidar pada tahun 2020 berjudul “Doa sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam”. Doa merupakan bentuk usaha yang memiliki peranan penting bagi orang yang tengah

²² Faisal Yatim, *Autisme Suatu Gangguan Jiwa Pada Anak-Anak*, (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2007), 10

²³ Rifqatul Husna & Wasilatun Najiyah, “Teori Al-Qur’an Dalam Mengatasi Anak Tantrum dan Relevansinya Dengan *Love Languages*”, *Jurnal Ilmu Al-Qur’an, Tafsir, dan Pemikiran Islam*, Vol. 6, No. 1, 2025, 371

menderita penyakit, baik penyakit secara fisik ataupun secara mental. Kesamaan pada penelitian ini yaitu metode penyembuhan yang dikerjakan disertai doa di mana dalam doa terdapat banyak manfaat. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu penerapan doa yang digunakan untuk kesembuhan suatu penyakit fisik, sedangkan penelitian ini untuk mencegah perilaku tantrum.²⁴

Ketiga, penelitian oleh Vina Oktaviana Fitri pada tahun 2023 dengan judul “Doa sebagai Terapi Psikoreligius untuk Mengatasi Kecemasan Pasca Operasi pada Pasien Hernia di Rumah sakit Aro Pekalongan”. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa doa menjadi bentuk terapi psikoreligius mampu mengurangi rasa cemas pada pasien pasca operasi. Persamaannya dalam penelitian ini menggunakan doa sebagai teori psikoreligius dalam mengatasi sebuah penyakit. Perbedaan terdapat pada objek penyembuhan di mana pada penelitian terdahulu diterapkan pada pasien hernia di sebuah rumah sakit, pada penelitian kali ini diterapkan dalam mengatasi tantrum pada anak autisme.²⁵

Keempat, penelitian oleh Tsamarah Luthfiya Ilma Irfani pada tahun 2023 dengan judul “Terapi Dzikir dalam Mengatasi Kecemasan Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa YPAC Surabaya”. Dalam penelitian ini sama-sama membantu anak dengan kebutuhan khusus dalam pengelolaan emosi. Pendekatan spiritual yang digunakan dalam penelitian terdahulu menerapkan metode dzikir adapun dalam penelitian ini menerapkan metode doa. Selain itu perbedaan pada penelitian

²⁴ Syamsidar, “Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam”, *Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan*, Vol. 6, No.2, 5

²⁵ “Skripsi”, Vina Oktaviana Fitri, *Doa Sebagai Terapi Psikoreligius Untuk Mengatasi Kecemasan Pasca Operasi Pada Pasien Hernia Di Rumah sakit Aro Pekalongan*, 7

terdahulu untuk mengatasi kecemasan sedangkan pada penelitian kali ini untuk mencegah tantrum.²⁶

Kelima, penelitian Rah Ajeng Sekaringtyas Sidhi dan Tri Rejeki Andayani pada tahun 2020 dengan judul “Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur’an terhadap Penurunan Temper Tantrum pada Anak Autis”. Ledakan emosi yang sukar dikendalikan merupakan salah satu ciri yang tampak pada anak dengan gangguan spektrum autisme. Salah satu cara guna mengendalikannya dengan cara mendengarkan murottal Al-Qur’an. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada perilaku tantrum anak autisme. Kedua penelitian ini berbeda dalam hal metode yang diterapkan. Perilaku tantrum pada autisme biasa diterapkan dengan metode mendengarkan Al-Qur’an pada penelitian kali ini dengan menggunakan doa-doa. Pada penelitian sebelumnya menggunakan *penelitian one group pretest-posttest design* yaitu salah satu jenis penelitian menggunakan pra-eksperimen untuk mengetahui efek dari perlakuan yang diberikan. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan observasi bagaimana masalah yang terjadi dilapangan atau masalah yang terjadi di tempat penelitian.²⁷

3. Kerangka Berfikir

Penerapan doa sebagai intervensi dalam mencegah perilaku tantrum pada anak autisme didasari oleh pemahaman bahwa tantrum merupakan salah satu bentuk luapan emosi yang tidak mudah dikontrol. Anak autisme cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan mengekspresikan kebutuhan,

²⁶ “*Skripsi*”, Tsamarah Luthfiya Ilma Irfani, Terapi Dzikir Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa YPAC Surabaya, 78

²⁷ Rah Ajeng Sekaringtyas Sidhi dan Tri Rejeki Andayani, “Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur’an terhadap Penurunan Temper Tantrum Pada Anak Autis”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.3, No. 2, 2020, 53

sehingga seringkali melampiaskan frustrasi melalui perilaku tantrum. Perilaku tantrum terbukti dapat diturunkan melalui mendengarkan murotal Al-Qur'an. Nada dan makna dalam doa atau ayat suci dipercaya dapat menyeimbangkan kondisi fisik dan mental, maka anak menjadi tenang dan tantrum dapat berkurang. Selain itu, dalam tradisi Islam, doa-doa tertentu telah diajarkan sebagai upaya meredakan emosi anak, yang dapat diamalkan oleh orang tua saat menghadapi anak tantrum.

Tantrum pada anak dapat terjadi ketika anak mengalami kecemasan atau kekhawatiran yang tidak mampu mereka kelola, sehingga menimbulkan ledakan emosi. Penerapan doa sebagai aktivitas spiritual dapat berpengaruh terhadap penurunan perilaku tantrum pada anak autisme karena doa berfungsi sebagai metode pembiasaan yang menenangkan dan membantu anak mencapai kondisi emosi yang lebih stabil. Berdasarkan pendapat Quraish shihab dengan doa, yang beriman akan merasa lega, puas hati, dan tenang karena merasa bersama Allah Yang Maha Kuasa sehingga, dengan demikian akan merasakan ketenangan.²⁸

Anak autisme umumnya memiliki kesulitan dalam regulasi emosi, keinginan yang tidak terpenuhi, tekanan dari orang disekitarnya sehingga mereka lebih mudah mengalami tantrum ketika menghadapi perubahan atau ketidaknyamanan. Doa yang diterapkan secara rutin dapat membantu menurunkan ketegangan psikologis dan memberikan rasa aman, sehingga meningkatkan kemampuan anak dalam mengendalikan diri. Penelitian psikologi Islam juga menunjukkan bahwa kegiatan spiritual seperti doa dan mendengarkan bacaan Al-Qur'an dapat menurunkan kecemasan. Dengan

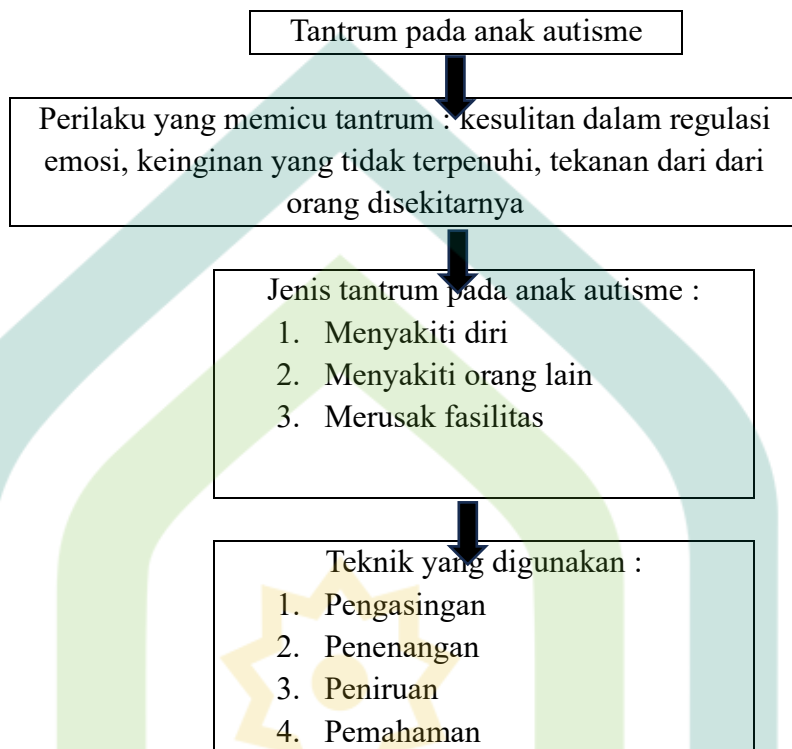
²⁸ M. Quraish Shihab *Doa Dalam Al-Qur'an dan Sunnah*, (Tanggerang: Lentera hati), 2022, 3

demikian, penerapan doa dapat memberikan pengaruh positif terhadap berkurangnya perilaku tantrum, karena doa membantu menenangkan psikologis anak, memperbaiki regulasi emosi, dan menciptakan kondisi batin yang lebih stabil.

Strategi penerapan doa di Rumah Belajar Rehabilitasi An Najwa Tegal dapat dikembangkan dengan menerapkan pembacaan doa dalam rutinitas harian anak, baik melalui bimbingan langsung orang tua maupun ustadzah. Cara ini tidak sekadar dimaksudkan untuk menenangkan anak saat tantrum terjadi, melainkan sebagai upaya agar anak lebih siap secara mental dalam menghadapi situasi yang memicu stres.

Pembiasaan doa menjadi sebuah keterampilan baru bagi anak untuk menghadapi situasi stres atau situasi yang mengganggu. Keberhasilan ini sangat bergantung pada konsistensi pelaksanaan, dukungan lingkungan, serta keterlibatan aktif orang tua dan pendidik. Studi kasus di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal menunjukkan penerapan doa sebagai metode efektif untuk mencegah perilaku tantrum pada anak-anak autisme.

Doa yang diajarkan dan dipraktikkan secara rutin membantu menenangkan anak saat muncul tanda-tanda tantrum, sekaligus sebagai bentuk kontrol diri. Doa dengan memberikan hasil positif berupa penurunan frekuensi dan intensitas tantrum, mendukung perkembangan emosional dan kestabilan anak dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, penerapan doa diharapkan mampu menjadi salah satu strategi yang efektif guna mengurangi perilaku tantrum pada anak autisme, sekaligus dapat menenangkan diri, memperkuat nilai-nilai spiritual dalam proses rehabilitasi anak serta mencegah perilaku tantrum.

Tabel 1. 1 Kerangka Berfikir

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi lapangan dengan pendekatan kualitatif, di mana peneliti terjun langsung ke lokasi untuk menggali data secara mendalam melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Tujuan metode ini guna menyusun data serta informasi yang diperoleh dari berbagai sumber, kemudian hasilnya dijadikan dasar utama pada kegiatan di lapangan.²⁹ Penelitian ini menggunakan pendekatan keilmuan tasawuf dan psikoterapi di mana penerapan doa dapat mencegah perilaku tantrum pada anak autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi Tegal. Doa

²⁹ Fitria Widiyanti Roosinda, etc, "Metode Penelitian Kualitatif", (Jakarta: Zahir Publishing, 2021), 28

dalam tasawuf tidak hanya pengucapan saja tetapi cara mendekatkan diri kepada Allah dan menenangkan hati (*tazkiyatun nafs*). Dalam psikoterpi penerapan doa berpengaruh pada psikologis dan perilaku yang dapat memberikan ketenangan pada anak.

2. Sumber Data

Data yang dipakai dalam penelitian ini berasal dari sumber primer maupun sekunder.

- a. Sumber data primer yaitu, sumber data diberikan langsung dari sumber pertama, berupa bahan penelitian berdasarkan hasil wawancara langsung yang diterapkan dengan tiga anak autisme yang mengalami tantrum dengan kondisi berat, pada tiga orang tua serta ustadzah selaku pembina di Rumah Belajar dan Rehabilitasi Tegal. Kedua, peneliti melakukan observasi terhadap perilaku anak di Rumah Belajar dan Rehabilitasi Tegal.
- b. Sumber data sekunder yaitu, data yang didapatkan tidak secara langsung atau melalui beberapa media cetak atau kutipan dari sumber lain, berupa yang ada pada buku, skripsi, artikel ataupun jurnal yang berkaitan dengan penelitian ini. Data ini dapat berasal dari studi dokumentasi dari kegiatan penerapan doa yang dilakukan di Rumah Belajar dan Rehabilitasi Tegal.

3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data dan informasi, peneliti menerapkan metode berikut:

a. Wawancara

Wawancara adalah proses komunikasi dari dua arah yang saling memberikan pesan berdasarkan perspektif masing-masing. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan informasi terhadap suatu fenomena yang dimaksud. Wawancara dapat diselenggarakan secara langsung atau melalui sarana elektronik seperti ponsel. Persiapan saat wawancara tidak hanya fisik yang sehat tetapi juga psikis antara keduanya agar wawancara dapat

berjalan dengan lancar.³⁰ Pada penelitian ini menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur atau *semistructure interview*, yaitu pelaksanaan wawancara lebih fleksibel jika dibandingkan dengan jenis wawancara terstruktur. Wawancara semi terstruktur dilakukan guna menemukan masalah dalam cakupan yang lebih besar, narasumber diharapkan menyampaikan gagasan dan pandangannya.³¹

Pada penelitian ini, wawancara ditujukan kepada Ustazah atau pembina di Rumah Belajar Rehabilitasi Tegal. Adapun wawancara yang dilakukan kepada orang tua anak juga dilakukan guna menunjang penelitian.

b. Observasi

Observasi merupakan peninjauan langsung terhadap fenomena yang akan diteliti untuk menghasilkan informasi. Observasi dipandang sebagai pendekatan yang murni sebab peninjauan yang dilakukan secara langsung sehingga tidak merubah kondisi yang ada.³² Jenis observasi penelitian ini dilakukan dengan peneliti yang terjun langsung dalam kegiatan serta mengamati sambil mencatat perilaku yang muncul saat observasi berlangsung, observasi ini biasa disebut dengan observasi partisipan.³³ Peneliti melakukan survei lapangan dengan hadir secara langsung di lokasi mengamati serta mengikuti jalannya penerapan doa yang dilakukan di Rumah Belajar Rehabilitasi Tegal, selain itu peneliti juga mengamati perilaku anak autisme saat belajar.

³⁰ Anita Kristina, *Teknik Wawancara dalam Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Penerbit Deepublish Digital, 2024), 7 dan 9.

³¹ Urip Sulisty, *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*, (Jambi: Salim Media Indonesia, 2019), 85

³² Siti Romdona, “Silvia Senja Junista dan Ahmad Gunawan, Teknik Pengumpulan Data; Observasi, Wawancara dan Kuesioner”, *JISOSEPOL: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi dan Politik*, Vol. 3, No. 1, 2025, 39-40.

³³ Ni'matuzahroh dan Susanti Prasetyaningrum, *Observasi: Teori dan Aplikasi dalam Psikologi*, (Malang: UMM Press, 2018), 34

c. Dokumentasi

Dokumentasi berkaitan dengan pengambilan data dari arsip, dokumen, maupun catatan tertulis yang relevan terhadap fenomena yang diteliti. Dokumen bisa berbentuk laporan, surat, buku, maupun dokumen resmi lainnya. Dokumentasi memberikan informasi pada histori, peristiwa dan perkembangan fenomena penelitian.³⁴ Dalam penelitian ini, peneliti memanfaatkan teknik dokumentasi yang dilakukan saat proses penerapan doa berlangsung berupa foto, video dan website.

3. Teknik analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik berdasarkan teknik kualitatif oleh Huberman serta Miles yaitu mencakup kegiatan mereduksi data, menyajikan data, serta menarik kesimpulan. Reduksi data berasal dari narasumber mulai dari pembina atau ustadzah, orang tua dan anak. Setelah memperoleh seluruh data, kemudian dilakukan pemilahan dengan menyusun data pada satuan analisis. Data diperiksa kembali dan dikelompokkan sesuai dengan data yang diteliti. Kemudian data disajikan dengan bentuk narasi mengenai penerapan doa untuk mencegah perilaku tantrum pada anak autisme. Teknik analisis yang dilakukan yaitu dengan mengamati tantrum pada anak autisme, kemudian mengamati sebelum dan sesudah diberikan doa. Tahap yang terakhir adalah penarikan kesimpulan atas persoalan maupun pertanyaan yang peneliti tujukan mengenai penerapan doa untuk mencegah perilaku tantrum pada anak autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi Tegal.³⁵

³⁴ Ardiansyah, Risnita, dan M. Syahrani Jailani, "Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif", *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1, No. 2, 2023, 4.

³⁵ Nursapia Harahap, *Penelitian Kualitatif*, (Sumatra Utara: Wal Ashri Publishing, 2020), 79.

G. Sistematika Penulisan

Struktur penulisan secara garis besar mencakup lima bab, dan tiap bab disusun dengan sistematika yang berbeda, yaitu:

Bab I berisi pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan serta manfaat penelitian, landasan teori, metode yang digunakan, serta sistematika penulisan

Bab II berisi landasan teori terdiri dari penerapan doa, perilaku tantrum pada anak autisme. Pada bagian ini menjadi dua subbab, subbab pertama berisi pengertian, fungsi, tujuan dan manfaat penerapan doa, subbab kedua berisi pengertian, faktor-faktor, gejala-gejala, model-model dan dampak perilaku tantrum pada anak autisme.

Bab III berisi hasil peneitian penerapan doa untuk mencegah perilaku tantrum pada anak autisme. Terdiri dari dua subbab, subbab pertama mengenai gambaran umum Rumah Belajar Rehabilitasi Tegal, subbab kedua berisi Penerapan Doa untuk Mencegah Tantrum pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.

Bab IV Analisis Hasil dari penerapan doa untuk mencegah perilaku tantrum. Meliputi dua subbab, subbab yang pertama analisis mengenai bagaimana perilaku tantrum yang dilakukan pada anak autisme di Rumah Belajar Rehabilitasi Tegal, subbab yang kedua berisi analisis Penerapan Doa untuk Mencegah Tantrum pada Anak Autisme di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal.

Bab V Penutup berisi kesimpulan serta saran yang bersifat membangun.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil wawancara dengan para orang tua siswa di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal, ditemukan bahwa perilaku tantrum yang dialami oleh anak autisme memiliki variasi bentuk, frekuensi, dan penyebab yang berbeda-beda. Z mengalami tantrum hingga lima atau enam kali dalam sehari dengan intensitas yang sangat parah, ditandai dengan tangisan keras, teriakan, serta perilaku melukai diri sendiri seperti menggigit tangan hingga berdarah dan membenturkan kepala, bahkan terkadang anak terlihat tidak sadarkan diri saat tantrum berlangsung. Sementara itu, A yang pendiam dan jarang berbicara dapat meledakkan amarahnya menjadi teriakan-teriakan kencang ketika dipaksa melakukan aktivitas yang tidak disukai, seperti disuruh mandi atau makan, dengan frekuensi dua sampai empat kali dalam sehari. Adapun F sangat hiperaktif dan sulit diam akibat rasa takut ditinggal orang tua, terutama setiap pagi sebelum ibunya berangkat mengajar, ditunjukkan dengan tantrum hingga tiga kali dalam sehari. Dengan keterbatasan dan permasalahan yang dimiliki masing-masing anak, melalui penerapan doa secara konsisten serta tahapan-tahapan yang dilalui saat anak mengalami tantrum, anak menjadi lebih tenang dan jarang menunjukkan perilaku tantrum dalam kesehariannya.
2. Penerapan doa di Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal dalam mengatasi tantrum pada anak autisme meliputi empat tahapan, yaitu tahap pengasingan atau dalam psikologi dikenal sebagai teknik *time out*, tahap penenangan dengan menggunakan teknik olah napas, tahap peniruan atau modeling, dan tahap pemahaman. Pada tahap pengasingan, anak diajak menjauh sejenak dari keramaian agar emosinya mulai stabil. Selanjutnya pada tahap penenangan anak di berikan stimulus berupa pelukan atau mengusap kepala dan

punggung anak sambil melatih pernapasan. Tahap peniruan atau *modeling*, anak melakukan pembacaan doa dengan bantuan pendamping. Terakhir, tahap pemahaman bertujuan menjelaskan secara sederhana bahwa yang dilakukan anak merupakan tindakan yang tidak baik serta mengajak anak kembali beraktivitas.

B. Saran - Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengkaji lebih mendalam tentang efektivitas penerapan doa sebagai metode pencegahan perilaku tantrum pada anak, misalnya dengan membandingkan jenis doa tertentu, melibatkan subjek yang lebih beragam, atau dengan menggunakan tambahan teknik atau metode yang lainnya.
2. Bagi pihak Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Tegal diharapkan selalu konsisten dan rutin menjalankan kegiatan berdoa untuk anak-anak berkebutuhan khusus. Karena dengan kegiatan ini sangat berpengaruh terhadap ketenangan anak. Bagi ustadzah pendamping diharapkan ditingkatkan kesabarannya untuk menghadapi berbagai macam perilaku anak yang berbeda-beda. Selalu *berikhtiar* untuk terus menolong sesama, dan meminta pertolongan kepada Allah SWT agar dilembutkan hati anak-anak sehingga dapat mengikuti pembelajaran dengan mudah.
3. Bagi orang tua yang mempunyai anak dengan keterbatasan seperti autisme, dan berkebutuhan khusus lainnya diharapkan dapat dijadikan wawasan agar bisa diterapkan kepada anak saat anak mengalami tantrum. Diharapkan para orang tua selalu konsisten dan selalu bersabar dalam membimbing dan mendidik anak-anak mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Zuhrotul. 2023. "Implementasi Doa Untuk Mereduksi Kecemasan Pasien Di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Kota Banda Aceh". *Skripsi*.
- Amiruddin, dan Syaripah Aini. 2025. "Konsep Kesehatan Jiwa dalam Al-Qur'an: Membahas Penyembuhan Melalui Doa dan Dzikir dalam Perspektif Psikologi". *Journal of Innovative and Creativity*, Vol. 5, No. 1.
- Ardiansyah, Risnita, dan M. Syahrani Jailani. 2023. "Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif". *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1, No. 2.
- Asqia, Nurul, Novita Ashari, dkk. 2025. "Penerapan Metode Time Out Dalam Memodifikasi Perilaku Manipulative Tantrum Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Desa Mirring Kabupaten Polewali Mandar (Studi Kasus)". *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, Vol. 2, No. 2.
- Al-Sijistani, Abu Daud Sulaiman bin al-Asy'ats. n.d. *Sunan Abi Daud*. Diadopsi oleh Muhammad Muhyi al-Din 'Abd al-Hamid. Beirut: al-Maktabah al-'Ashriyyah. Jilid 4, no. hadis 4782.
- Bunawan, Lani, dan Cecilia Susanti. 2014. *Autisme: Panduan Lengkap Memahami Anak Autis*. Jakarta: Noura Books.
- Cahmida, Nor, Mukhid Mashuri, dkk. 2024. "Solusi Tantrum Dalam Tafsir An-Nur Karya Hasbi Ash-Shiddieqy". *Jurnal Kajian Agama dan Dakwah*, Vol. 6, No. 1.
- Carrel, Alexis. 1935. *Prayer: A Study of Its Practice and Effect*. New York: Harper & Brothers.

Chaplin, J.P. 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*. Diterjemahkan oleh Kartini Kartono. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Data Dokumentasi Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Kabupaten Tegal.

Desiningrum, Dinie Ratri. 2016. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain.

Deswita, Puput. 2021. "6 Cara Mengatasi Tantrum Pada Anak Autis di SLB Autisma YPPA Padang". *Artikel SLB Autisma Padang*.

Fadiya, Fiandra. 2025. "Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Tantrum Pada Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme". *Jurnal Sari Pediatri*, Vol. 27, No. 1.

Fithriyah, Izzatul, dkk. 2019. *Buku Mengatasi Temper Tantrum*. Surabaya: Pusat Penerbitan dan Percetakan UNAIR.

Fitri, Vina Oktavia. 2023. "Doa Sebagai Terapi Psikoreligius Untuk Mengatasi Kecemasan Pasca Operasi Pada Pasien Hernia Di Rumah Sakit Aro Pekalongan". *Skripsi*.

Fauziyah, Lilis (Ustadzah Pembimbing Rumah Belajar dan Rehabilitasi An-Najwa Kabupaten Tegal). *Wawancara Pribadi*.

Ghozy, Fachuddin. 2018. *Rahasia Agar Doa Selalu Dikabulkan Allah*. Yogyakarta: Kakus.

Harahap, Nursapia. 2020. *Penelitian Kualitatif*. Sumatra Utara: Wal Ashri Publishing.

Hurlock, Elizabeth B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

- Husna, Rifqatul, & Wasilatun Najiyah. 2025. "Teori Al-Qur'an Dalam Mengatasi Anak Tantrum dan Relevansinya Dengan Love Languages". *Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir, dan Pemikiran Islam*, Vol. 6, No. 1.
- Irfani, Tsamarah Luthfiya Ilma. n.d. "Terapi Dzikir Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa YPAC Surabaya". *Skripsi*.
- Ismyama, Dian Farida. 2021. *Anti Stress Hadapi Tantrum Pada Anak*. Yogyakarta: Noktah.
- Jawas, Yazid bin Abdul Qadir. 2011. *Doa & Wirid: Mengobati guna-guna dan sihir menurut al-qur'an dan as-sunnah*. Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Khairanti, Siti, dan Rustam. 2024. "Upaya Guru Dalam Menangani Perilaku Tantrum Anak Usia 4-5 Tahun di TK IT Nurul Ilmi". *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 8, No. 3.
- Kristina, Anita. 2024. *Teknik Wawancara dalam Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish Digital.
- Kusuma, Patria Jati. 2025. *Mengenal Lebih Dekat Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)*. Lamongan: CV Detak Pustaka.
- Lieneman, Corey C., dan Cheryl B. McNeil. 2023. *Time-Out in Child Behavior Management*. Göttingen: Hogrefe Publishing.
- Mafa, Mujjidul Islam. 2009. *Menyibak Kedasyatan Dzikir*. Jakarta: Lumbung Insani.
- Mangunsong, Frieda. 2016. *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: LPSP3 UI.

- Martin, Garry, dan Joseph Pear. 2019. *Behavior Modification: What It Is and How to Do It*. Ed ke-11. New York: Routledge.
- Masykhur, Anis, dan Jejen Musfah. 2008. *Doa Ajaran Ilahi: Kumpulan Doa dalam Al-qur'an Beserta Artinya*. Jakarta: Hikmah.
- Muftisany, Hafidz. 2023. *Autisme: Mengenali Ciri-Ciri Anak Autis Sejak Dini*. Yogyakarta: Elementa Media.
- Mujahiddin. 2022. *Pekerja Sosial Untuk Anak Autisme (Perspektif Metode)*. Medan: Umsu Press.
- Mumtahanah, Silma, dan Novia Fetri Aliza. 2022. "Terapi Doa Dalam Pelayanan Pembinaan Spiritualitas Islam Untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Pasien Persalinan Di Rumah Sakit Al-Ittizaan". *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 5, No. 2.
- Ni'matuzahroh, dan Susanti Prasetyaningrum. 2018. *Observasi: Teori dan Aplikasi dalam Psikologi*. Malang: UMM Press.
- Nuratika. 2020. *Jadikan Allah Sebagai Sandaran: Motivasi Hidup dalam Perspektif Islam Berdasarkan Filosofi Kehidupan*. Riau: DOTPLUS Publisher.
- Rahayu, Iin Tri. 2009. *Psikotherapy Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*. Malang: UIN Malang Press.
- Rahayu, Sri, dkk. 2024. *Tumbuh Kembang Anak dan "GEMATI" Gerakan Memantau Anak dari Hati*. Semarang: Cipta Prima Nusantara.
- Rahmawati, Eli. 2024. "The Relationship Between Parenting Style And The Incidence Of Temper Tantrums In Toddlers". *Jurnal Prima Wiyta Health*, Vol. 5, No. 1.

- Romdona, Siti, Silvia Senja Junista, dan Ahmad Gunawan. 2025. "Teknik Pengumpulan Data; Observasi, Wawancara dan Kuesioner". *JISOSEPOL: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi dan Politik*, Vol. 3, No. 1.
- Roosinda, Fitria Widiyani, dkk. 2021. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Zahir Publishing.
- Rozak, Abdul, dan Syamsurizal. 2025. "Zikir Dan Ketenangan Jiwa: Kajian Psikologis". *Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, Vol. 2, No. 1.
- Rukin. 2021. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia.
- Sekolah Rasa. 2024. *Mengatasi Tantrum: Panduan Untuk Orang Tua dan Pengasuh*. Semarang: Tiram Media.
- Shihab, M. Quraish. 2005. *Tafsir al-Misbah*. Vol. 1. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2018. *Wawasan Al-Qur'an Tentang Doa dan Zikir*. Tangerang: PT Lentera Hati.
- Shidiqy, Hasbi Ash. 2009. *Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*. Semarang: Pustaka Rizki Putra.
- Sidhi, Rah Ajeng Sekaringtyas, dan Tri Rejeki Andayani. 2020. "Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an terhadap Penurunan Temper Tantrum Pada Anak Autis". *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 3, No. 2.
- Sulistyo, Urip. 2019. *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Jambi: Salim Media Indonesia.

- Sumiati, Ribut, dan Khairatunizam. 2024. "Sholat dan Kesehatan Mengungkap Manfaat Ibadah dalam Perspektif Medis dan Spiritual". *Journal of Innovative and Creativity*, Vol. 4, No. 3.
- Syamsidar. n.d. "Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam". *Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan*, Vol. 6, No. 2.
- Van Tiel, Julia Maria. 2018. *Anakku ADHD, Autisme, Atau Gifted*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Wulan, Desty Angga, dan Musyarapah. 2022. "Studi Living Qur'an Tentang Pengaruh Pembacaan Surat Al-Fatihah Bagi Anak Yang Sering Tantrum". *Al-Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, Vol. 16, No. 2.
- Yatim, Faisal. 2007. *Autisme Suatu Gangguan Jiwa Pada Anak-Anak*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Zaini, Ahmad. 2025. *Pendidikan Karakter Religius Berbasis Spiritualitas Islam*. Semarang: Pustaka Pelajar