

Meningkatkan konsentrasi anak *attention deficit hyperactivity disorder* melalui permainan tradisional engklek

Iswinarti¹, Astrie Cahyasar²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Univeritas Muhammadiyah Malang
iswinarti@umm.ac.id, cahyasariastrie@gmail.com
No Hp: 08123396427

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah permainan tradisional engklek dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi anak (ADHD). Subjek dalam penelitian ini adalah tiga anak yang didiagnosis mengalami ADHD, berusia 6-8 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen dengan desain variasi objek tunggal (*single case experimental subject*). Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mengetahui konsentrasi anak sebelum dan sesudah perlakuan adalah observasi terstruktur. Observasi terstruktur dilakukan pada anak yang diberi stimulasi permainan (memindahkan kelereng, memasukkan paku dalam botol, dan melempar holahop) dan diukur konsentrasinya. Permainan yang digunakan dalam penelitian ini adalah engklek Pa'a yang diberikan dalam delapan sesi. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan grafik untuk melihat perubahan tingkat konsentrasi anak dan uji analisa non parametrik *Wilcoxon* untuk mengetahui signifikansi perubahan konsentrasi anak sebelum dan sesudah memperoleh treatment permainan tradisional *Engklek*. Berdasarkan analisis data yang dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa permainan tradisional *engklek* memiliki pengaruh terhadap peningkatan konsentrasi anak ADHD dengan tingkat kepercayaan 95%.

Kata Kunci: Konsentrasi, *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), Permainan Tradisional *Engklek*.

Pendahuluan

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius yang mempengaruhi sejumlah besar anak-anak yang sering bertahan sampai dewasa, dan ditandai dengan ketekunan kurangnya perhatian, hiperaktif dan impulsif yang mengganggu fungsi atau perkembangan (El-Nagger, Abo-Elmagd, & Ahmed, 2017). Permasalahan yang berkaitan dengan gangguan konsentrasi seperti ADHD akan berpengaruh terhadap performansi di sekolah (Barry, Lyman, & Klinger, 2002). Gangguan konsentrasi sebenarnya merupakan permasalahan biologis, namun demikian mempunyai faktor risikonya juga terletak pada faktor lingkungan (Biederman et al., 2008).

Kesalahan penanganan pada anak ADHD akan membuat perkembangan anak semakin terganggu. Berdasarkan penelitian Farrelly (2001) diketahui bahwa anak dengan ADHD dapat memiliki dampak dari berbagai segi. Beberapa orang tua yang memiliki anak ADHD mengungkapkan ketika seseorang anaknya tidak dapat dikendalikan dalam bidang akademis maupun prestasi, terdapat permasalahan perilaku di rumah maupun di sekolah, misalnya mengganggu teman, terkadang pula di tempat umum melakukan hal-hal diluar kendali dan mengalami kesulitan sosial bahkan hingga frustrasi serta kurangnya toleransi pada lingkungan sekitarnya.

Tidak hanya itu saat ini beberapa orang tua terkadang merasa sedih akibat anak kurang bisa dikendalikan, dan tak jarang mengalami konflik diri mereka beranggapan telah gagal menjadi orang tua, merasa tidak bisa mendidik anaknya karena anak berbeda dengan teman sebayanya. Selain itu apabila anak dengan ADHD apabila tidak dikendalikan maka ia

akan membahayakan orang disekitarnya seperti merusak atau mengobrak-abrik barang di mall, tak jarang biasanya orang tua yang memiliki anak ADHD memilih untuk tidak membawa anaknya jalan-jalan karena takut ia berbuat onar di tempat umum. Padahal seharusnya anak dengan ADHD perlu juga melakukan interaksi di tempat umum demi perkembangannya. Selain itu kaitannya dengan gangguan konsentrasi hal yang dibutuhkan oleh anak ADHD ialah konsentrasinya, akibat gerak berlebih anak menjadi susah untuk berkonsentrasi ia cenderung melakukan aktifitas fisik dan berlarian maupun bergerak kesana kemari. Dengan demikian, perlu adanya penanganan untuk meningkatkan konsentrasi pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) tersebut.

Saat ini beberapa metode terapi banyak digunakan dalam penanganan pemusatan perhatian anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), baik farmakologi maupun terapi *behaviour*. Penggunaan obat-obatan dalam penanganan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) rupanya tujuan utama bukanlah menyembuhkan hiperaktifnya menjadi tidak ada sama sekali. Melainkan mereduksi gangguannya tersebut. Untuk meningkatkan konsentrasi digunakan *methylphenidate* namun penggunaan apabila digunakan terus menerus kurang efektif dalam penyembuhan atau terapi untuk *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Penggunaan obat-obatan tersebut disertai diet ketat dan memiliki efek samping antara lain insomnia dan berkurangnya nafsu makan sehingga ketika anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) mengalami insomnia maka dilakukan pemberian obat tidur agar bisa tidur (Setyawan, 2010). Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi dengan menggunakan obat-obatan nampaknya kurang efektif dan justru memiliki efek kurang baik apabila digunakan jangka panjang dalam penyembuhan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) secara alami.

Menurut komisi kesehatan mengungkapkan bahwa sekitar 80 persen anak yang menggunakan *methylphenidate* (ritalin) mempunyai perbaikan yang nyata. 50-60 persen anak yang menggunakan ritalin terlihat memiliki perubahan normalisasi dari perilakunya. Bukan berarti perilakunya tidak dapat dibedakan dengan anak normal hanya saja anak tersebut membutuhkan perhatian (Paternotte & Buitelaar, 2010). Pengobatan merupakan hal yang penting dalam *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), namun pemberiannya harus berdasarkan waktu dan pemberian yang tepat ketika anak yang didiagnosa tidak membutuhkan obat namun tetap diberikan obat untuk penanganannya maka dikhawatirkan akan membahayakan pada anak tersebut. Beberapa masyarakat memang banyak membutuhkan obat-obatan untuk penanganan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) hal tersebut dikhawatirkan akan membawa efek ketergantungan pada anak.

Saat ini memang banyak beberapa metode terapi untuk melatih konsentrasi anak ADHD. Bermain pun juga membawa efek terapeutik untuk anak-anak. Berdasarkan penelitian mengenai *play therapy* untuk *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) (Jafari, dkk 2014) populasi anak yang menderita *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) ialah mayoritas berjenis kelamin laki-laki, diantaranya mayoritas penderita *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) mengalami gangguan pemusatan belajar, maupun kegiatan sekolah lainnya. Berdasar hasil yang dilakukan dengan menggunakan *axlin play therapy* mengungkapkan bahwa anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) lebih senang bermain dan cepat menangkap hal maupun instruksi yang didapat karena dalam proses terapi ini subjek tidak merasa bahwa sedang diterapi melainkan ia merasa sedang bermain. Dalam kegiatan ini bermain memang dapat meningkatkan kegembiraan dan berhubungan dengan emosi anak. Sehingga mampu membuat anak lebih mudah fokus dalam hal yang kaitannya membutuhkan konsentrasi.

Terapi bermain terbukti mempunyai hasil yang signifikan terhadap individu dan kehidupan anak-anak yang telah terdiagnosa dengan ADD, anak yang telah melakukan terapi bermain menunjukkan bahwa tingkat stress yang dimiliki berkurang, khususnya

mengenai kecemasan, tekanan emosi dan menarik diri. Terapi bermain memiliki dampak positif terhadap gangguan perilaku yang menyeluruh, permasalahan internalisasi, perilaku bermasalah, konsep diri, *self-efficacy*, depresi, kecemasan dan *treatment* mengenai kepatuhan (Ray, Schottelkorb, & Amp; Tsai, 2007)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Niknasab, RasoulHemayattalab, Sheikh, Houmanian (2016) menguji keefektifan play therapy terhadap gejala anak ADHD ditemukan bahwa terapi bermain dapat digunakan sebagai cara efektif untuk mengurangi gejala anak-anak ADHD di sekolah. Hasil penelitian oleh Barzegary, L. & Zamini, S. (2011) yang menguji pengaruh play therapy dengan *watch ring* yang dilakukan pada 14 anak laki-laki ADHD juga menemukan bahwa terapi bermain *watch ring* merupakan metode yang efektif untuk merawat anak-anak dengan ADHD. Penelitian ElDaou & El-Shamieh (2014) juga menemukan bahwa bermain catur dapat meningkatkan konsentrasi dan kemampuan mendengarkan pada anak ADHD yang berusia 11-13 tahun.

Ada beagam jenis permainan anak. Bermain memiliki fungsi dalam mempengaruhi aspek fisik motorik kasar maupun halus, serta perkembangan sosioemosi dan kepribadian anak. Jadi media permainan dapat digunakan bagi pendidik maupun orang tua untuk mengarahkan anaknya maupun memberikan pembelajaran dengan perantara melalui media permainan tersebut. Saat ini pada era globalisasi terdapat banyak jenis permainan baik modern maupun tradisional, permainan elektronik, permainan anak-anak, maupun dewasa. Permainan tersebut mempunyai fungsi yang bermacam-macam sesuai dengan jenisnya. Permainan tradisional merupakan permainan yang mempunyai nilai terapeutik. Penelitian Iswinarti (2010) menemukan nilai-nilai terapeutik pada permainan engklek yaitu nilai deteksi dini, perkembangan fisik, kesehatan mental, problem solving, dan, nilai sosial.

Di Hindia permainan tradisional sangat diminati baik untuk kalangan menengah atas atau menengah bawah, terdapat 17 permainan di kota Bihar (Sahay, 2013). Permainan tradisional di berikan secara turun temurun dari orang tua kepada anaknya. Orang tua memahami bahwa disaat anak keluar malam untuk bermain dapat dimaklumi karena mereka sadar bahwa bermain tradisional bermanfaat untuk fisik maupun mental mereka. Di Hindia permainan menjadi hal yang bermanfaat untuk fisik maupun mental, disisi lain bermain permainan tradisional merupakan sumber untuk mengembangkan silaturahmi maupun interaksi sosial, strata sosial pun tidak menghalangi anak-anak di Bihar untuk bermain.

Di Afrika Selatan permainan tradisional masuk dalam kurikulum nasional, berdasarkan identifikasi permainan tradisional terbukti memiliki empat bidang antara lain bahasa (Africa), Sejarah dan sosial, budaya, serta orientasi kehidupan. Hal tersebut bertujuan demi mengembangkan potensi peserta didik (Snel, 2009)

Di Indonesia kaya akan budaya yang sangat menarik, ber aneka macam jenis permainan tradisional dan dari tiap daerah telah memiliki permainan yang khas dengan nama-nama yang beragam. Permainan tradisional mampu melatih motorik gerak, dan membuat anak menjadi aktif srta mampu membangun kepekaan sosial. Permainan tradisional di desa banyak ditemui salah satunya adalah *Engklek*. Pada permainan *Engklek* melatih gerak motorik misal seperti jalan menggunakan satu kaki, melompat dan lain-lain selain itu terdapat interaksi sosial karena perlu melakukan interaksi antara pemain satu dengan pemain yang lainnya. Tak jarang memang jaman dahulu emosi maupun motorik anak lebih sehat daripada anak pada zaman sekarang, karena zaman dahulu pun juga lebih banyak anak-anak yang memainkan permainan tradisional.

Kaitannya pada konsentrasi anak *ADHD* dari jenis dan unsur terapeutik didalam permainan tradisional diantaranya menurut Hughes dalam (Iswinarti, 2010) mengungkapkan bahwa bermain merupakan media komunikasi yang efektif dan alami karena dalam bermain terdapat interaksi didalamnya, bermain membuat orang dewasa diperbolehkan untuk masuk

dalam dunia anak dan menunjukkan bahwa mereka diterima di lingkungan permainannya, bermain sebagai media observasi antara orang tua kepada anak, bermain mengurangi kecemasan, dan memberikan kesempatan untuk melepas kepenatannya. Maka dapat digunakan dalam melatih konsentrasi pada anak *ADHD*. karena terdapat nilai-nilai yang bermanfaat terhadap permainan tradisional. Dalam (Iswinarti, 2010) menjelaskan bahwa permainan tradisional merupakan permainan yang telah diturunkan dari beberapa generasi dan memiliki makna baik dan dampak bagi seseorang yang melakukannya.

Terkait dengan beberapa fenomena di atas permainan tradisional yang dipilih sesuai dengan kebutuhan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* ialah permainan *Engklek*. Permainan *Engklek* merupakan salah satu permainan tradisional dengan prosedur permainan menggunakan beberapa kotak yang tersusun sedemikian rupa, peserta *Engklek* diminta untuk melewati kotak-kotak tersebut dan tidak boleh menginjak garis dengan melompat menggunakan satu kaki kemudian membawa *gacu* untuk dilempar. Dalam pelaksanaannya pemain melakukan interaksi satu dengan yang lain.

Penggunaan permainan tradisional *Engklek* tersebut karena dalam permainan *Engklek* mampu menimbulkan gerak motorik, konsentrasi dan aktifitas interaksi sosial. Oleh karena itu sesuai dengan penderita *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dimana dalam konsentrasi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* mengalami ketidaksesuaian, sehingga diharapkan dengan dilakukannya *Engklek* maka dapat mengalihkan hiperaktifitasnya sehingga mampu berkonsentrasi pada kegiatan belajar maupun kegiatan lainnya karena dalam beberapa kegiatan seperti strategi maupun konsentrasi dalam melempar atau menaruh *gacu* mampu melatih konsentrasi didalamnya.

Dari serangkaian uraian di atas dilakukan permainan *Engklek* dengan subjek anak normal, dari sini peneliti tertarik melihat apakah penerapannya dalam anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* memiliki manfaat atau efek yang sama. Kemudian banyak beberapa terapi untuk meningkatkan konsentrasi permainan anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*, apabila dilakukan dengan permainan *Engklek* apakah mampu untuk meningkatkan konsentrasi pada anak *ADHD*, maka dilakukan penelitian tentang pengaruh permainan tradisional *Engklek* terhadap konsentrasi anak *ADHD*.

Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif yakni eksperimental, yakni eksperimen merupakan situasi penelitian yang minimal terdapat satu variabel bebas, yang disebut dengan variabel eksperimental dan dengan sengaja dimanipulasi oleh peneliti (Sugiyono, 2014). Dalam hal ini variasi yang dilakukan pada eksperimen kali ini ialah variasi objek tunggal (*single case experimental subject*), yang merupakan desain penelitian dengan menggunakan efek suatu perlakuan dengan kasus yang spesifik dan subjeknya terbatas dan tidak mungkin untuk dilakukan komparasi antar kelompok. Pada desain ini dilakukan penelitian dengan melakukan observasi mengenai keadaan subjek sebelum diberi perlakuan/keadaan subjek sesungguhnya, kemudian setelah diberikan perlakuan, dilakukan kembali pengukuran dengan menggunakan instrumen yang sama saat pretest (Seniati dkk, 2014)

Pengukuran (O1) → Manipulasi (X) → Pengukuran (O2)

Gambar 2. Desain Penelitian Eksperimen

Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang digunakan ialah anak yang memiliki gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* berjumlah 3 orang subjek. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan metode *purpose sampling* yakni kriteria subjek telah ditentukan dan sesuai dengan yang diinginkan oleh peneliti (Winarsunu, 2006) Subjek yang akan diambil terbukti terindikasi ADHD dengan kriteria antara lain :

- Memiliki surat keterangan pemeriksaan dari pihak terapis bahwa subjek merupakan anak dengan gangguan ADHD.
- Telah dilakukan diagnosa bahwa anak tersebut ADHD dari dokter maupun psikolog.
- Anak ADHD usia 6-8 tahun.
- Tidak memiliki gangguan selain ADHD.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah permainan tradisional *Engklek*, yakni permainan tradisional *Engklek* adalah permainan yang merupakan tradisi turun temurun berupa rangkaian pola kotak-kotak yang disusun sedemikian rupa yang memiliki aturan tertentu, dimana pemain diminta untuk melewati beberapa kotak dengan cara mengangkat satu kaki dan melompat melewati kotak-kotak tersebut dengan membawa *gacu* ditangan, dari *start* kotak pertama hingga kotak terakhir dan peserta diminta untuk berbalik arah dan kembali ke kota start dengan melakukan hal yang sama yakni mengangkat satu kaki dan melompat dengan membawa *gacu* ditangannya.

Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini yakni konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* definisi konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* ialah kemampuan dalam hal memusatkan perhatian pada satu subjek dan mengesampingkan subjek lain yang tidak dibutuhkan dengan tujuan agar pemikiran tertuju pada satu subjek terkait hal belajar tersebut yang dilakukan oleh anak dengan gangguan atensi dan hiperaktifitas.

Mengamati konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dapat dilihat melalui bagaimana anak mematuhi peraturan dan instruksi yang diberikan dapat dilihat melalui kegiatan menggigit kelereng, memasukkan paku kedalam botol, dan melempar hulahop tanpa melakukan kesalahan saat permainan. Hal tersebut dilakukan dalam 3 sesi, setiap sesi akan dinilai dan mendapatkan total nilai dari tiap-tiap sesinya.

Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah observasi langsung dengan cara mencatat beberapa skor yang didapat selama subjek pada *pre-test* yakni memindahkan kelereng, Memasukkan paku kedalam botol, dan lempar hulahop, dan mencatat tingkah laku yang dilakukan saat *pre-test*, kemudian mencatat pula hasil *post test*. Observasi dilakukan disaat *pre-test*, berjalannya *treatment*, serta *post test*. Bertujuan untuk mengamati perilaku subjek dan mencatat hal-hal penting tersebut. Pelaksanaan *pre-test* dilakukan dengan *setting* halaman depan rumah yang akan dilakukan selama satu hari dengan 3 sesi, dan tiap sesinya akan dicatat sesuai dengan lembar observasi dan lembar skoring pada table *pre-test* dan dilihat berapakah total skor konsentrasi yang dimiliki masing-masing subjek. Pada *post test* dilakukan observasi dengan tujuan untuk melihat apakah terdapat perubahan yang meningkat setelah dilakukan treatment permainan *Engklek* tersebut.

Prosedur dan Analisa Data

1. Tahap Awal

Langkah penelitian pada tahap awal mulanya peneliti melakukan tahapan persiapan yakni pembuatan rancangan penelitian berupa latar belakang penelitian serta pemilihan subjek yang akan dijadikan penelitian. Kemudian melakukan persiapan mengenai peralatan yang akan dipakai dalam *pre-test*, *post-test* serta treatment *Engklek* tersebut. Menyiapkan

lembar observasi serta melakukan koordinasi kepada pihak terapi maupun orang tua. Kemudian mengalih informasi tentang subjek kepada terapis yang menangani anak tersebut. Setelah informasi telah diperoleh kemudian melakukan pertimbangan apakah anak tersebut sesuai menurut kriteria penelitian atau tidak. Apabila sesuai maka dilakukan tindak lanjut dengan melakukan koordinasi serta orang tua diminta untuk mengisi *inform concent*.

2. Tahap Pelaksanaan

Subjek yang sesuai dengan kriteria diminta untuk melakukan *pre-test* terlebih dahulu dengan tujuan untuk mengukur seberapa tingkat konsentrasi yang dimiliki subjek, waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan *pre-test* adalah 1 hari yang terdiri dari 3 sesi, diantaranya adalah memindahkan kelereng dengan sendok, memasukkan paku kedalam botol, dan lempar holahop. Kemudian dilakukan skoring pada *pre-test* dan menjumlah total nilai keseluruhan, selanjutnya melakukan *treatment* yakni permainan *Engklek* Pelaksanaan *treatment* dilakukan selama 10 hari dengan 1 sesi tiap harinya dengan diminta untuk bermain *Engklek*. Sebelum melakukan *treatment* subjek diberikan penjelasan mengenai prosedur yang ada dalam permainan *Engklek*.

3. Tahap Akhir

Dalam tahap akhir subjek diberikan *post-test* pasca pemberian *treatment*. Dalam hal ini peneliti melihat kembali bagaimana tingkat konsentrasi yang ada pada diri subjek, apakah ada peningkatan atau stagnan bahkan mengalami penurunan.

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian, dalam pemberian *treatment* permainan tradisional *engklek* terdapat 3 anak ADHD yang dijadikan subjek penelitian. Subjek pertama adalah MZP, subjek tersebut mulanya mengalami hiperaktifitas melompat, salto dan sering berlari didalam kelas. Menurut *shadow*, daya tangkap dalam belajar subjek MZP kurang dan suka berlarian didalam kelas saat guru menerangkan. Subjek yang kedua yakni subjek MAYN, subjek tersebut mulanya hampir setiap kali akan memulai *treatment* selalu menangis, bahkan tidak jarang ketika proses terapi pun menangis kemudian tidak sabar menunggu gilirannya. Pada subjek FEB, mulanya emosi cenderung tidak stabil, tiap kali melakukan kegiatan selalu mengomentari apapun hal yang terjadi disekitarnya, selain itu kurang sabar dalam melakukan kegiatan.

Setelah *treatment* permainan tradisional *engklek* dilakukan, diperoleh beberapa hasil yang akan dipaparkan melalui beberapa tabel dan grafik. Pada tabel 1 memaparkan mengenai karakteristik subjek penelitian permainan tradisional *engklek* yang berisi tentang nama subjek, Jenis kelamin, tanggal dimulainya penelitian, usia subjek penelitian, kelas, dan lokasi penelitian yang dilakukan.

Tabel 1.
Karakteristik Subjek Penelitian

Nama	Jenis Kelamin	Usia	Kelas	Lokasi Penelitian
MZP	L	7	1	Pusat Terapi ABK A Plus
MAYN	L	6	1	
FEB	L	7	2	

Pada tabel 1 menunjukkan subjek penelitian sebanyak tiga orang dimana seluruh subjek berjenis kelamin laki-laki dengan usia subjek MZP dan FEB 7 tahun sedangkan

MAYN usia 6 tahun, Ketiga subjek tersebut melakukan kegiatan di pusat terapi ABK A plus dengan waktu 60 menit tiap satu sesi pertemuan. Waktu yang dilakukan pada kegiatan *treatment* pada subjek MZP dan FEB pukul 14.00-15.00 sedangkan subjek FEB pukul 15.00-16.00.

Peneliti melakukan analisis data, dimulai dari memaparkan secara deskriptif menggunakan grafik kemudian dilakukan analisa dengan menggunakan SPSS dengan analisa uji *Wilcoxon* untuk melihat pengaruh pre-test dan post test pada konsentrasi anak ADHD.

Tabel 2.
Deskriptif uji wilcoxon data pre-test dan post-test

Total Pre-Test – Post Test	
Asymp (2-tailed)	0.109

Berdasarkan hasil uji analisis *Wilcoxon* pada tabel 2 diperoleh hasil $p = 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan penilaian signifikansi yang terjadi yakni sebesar 0,054 dapat dikatakan peningkatan konsentrasi dengan taraf kepercayaan yang diperoleh sebesar 95 %.

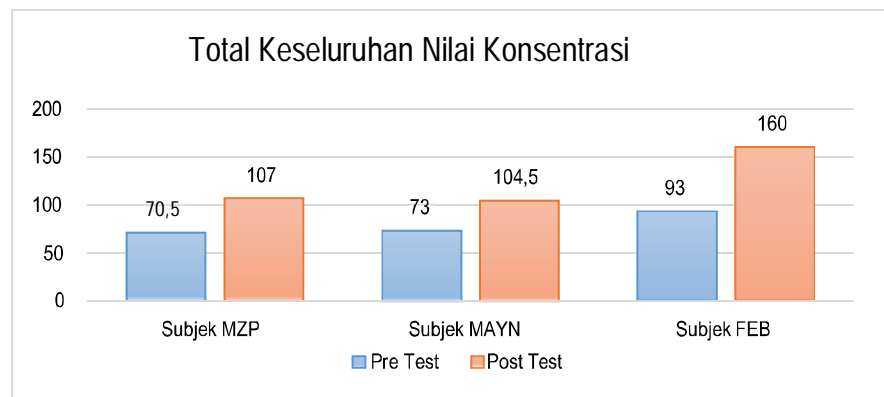
Tabel 3.
Nilai *Pre test* & *Post test*

Nama Subjek	<i>Pre test</i>					<i>Post test</i>				
	1	2	3	4	Nilai Total	1	2	3	4	Nilai Total
MZP	17,5	18,5	17,5	17	70,5	27	31	22,5	26,5	107
MAYN	18,5	20	16	18,5	73	25,5	24	26	29	104,5
FEB	23	22	24	23	93	37,5	40	41	41,5	160

Keterangan
1 = Penyelesaian Tugas
2 = Ketekunan
3 = Pertahanan Fokus
4 = Keteraturan

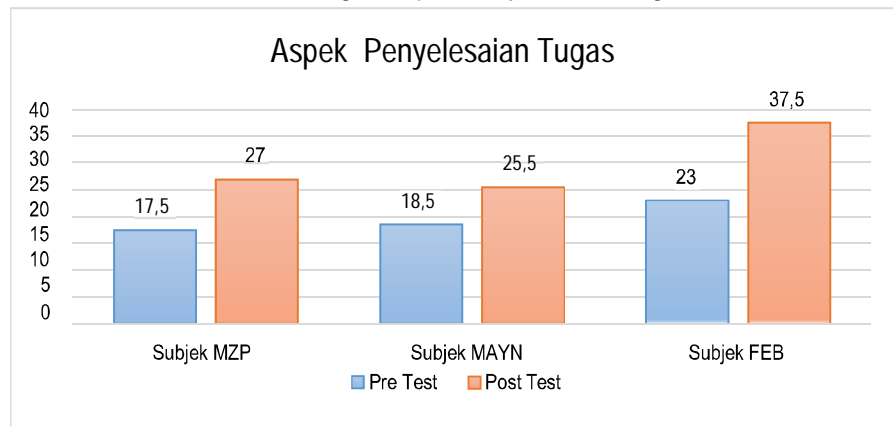
Pada tabel diatas menjelaskan mengenai nilai *pre-test* dan *post-test* pada tiap aspeknya. Ketiga subjek secara keseluruhan mengalami peningkatan dari *pre-test* ke *post-test*, namun memiliki nilai yang bervariasi pada tiap subjeknya. Penilaian tersebut berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh kedua observer selama masa *pre-test*, *treatment* hingga *post-test* berakhir.

Gambar 1.
Total Nilai Konsentrasi Ketiga Subjek



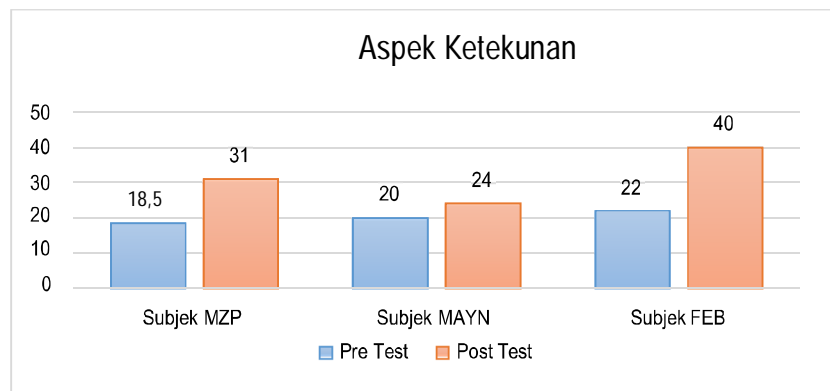
Hasil total perhitungan konsentrasi yang dilakukan oleh ketiga subjek, diperoleh nilai total *pre test* subjek MZP sebesar 70,5 poin dan setelah dilakukan *post test* nilai konsentrasi meningkat menjadi 107 poin. Kemudian pada subjek MAYN nilai total konsentrasi *pre test* yang dimiliki sebesar 73 poin, kemudian setelah dilakukan *post test* nilai konsentrasi naik menjadi 104,5 poin. Berbeda halnya dengan subjek FEB pada subjek FEB nilai total konsentrasi pada *pre test* sebesar 93 poin, kemudian setelah dilakukan *post test* nilai konsentrasi naik menjadi 160 poin.

Gambar 2.
Perbandingan Aspek Penyelesaian Tugas



Pada aspek penyelesaian tugas dari ketiga subjek mendapatkan hasil yang bervariasi, pada subjek MZP nilai *Post test* sebesar 17,5 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 27 poin. Peningkatan pada aspek penyelesaian tugas juga terjadi dengan subjek MAYN, pada subjek MAYN nilai *pretest* yang didapat sebesar 18,5 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 25,5 poin. Pada subjek FEB nilai *pre test* aspek penyelesaian tugas yang didapat sebesar 23 poin kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 37,5 poin.

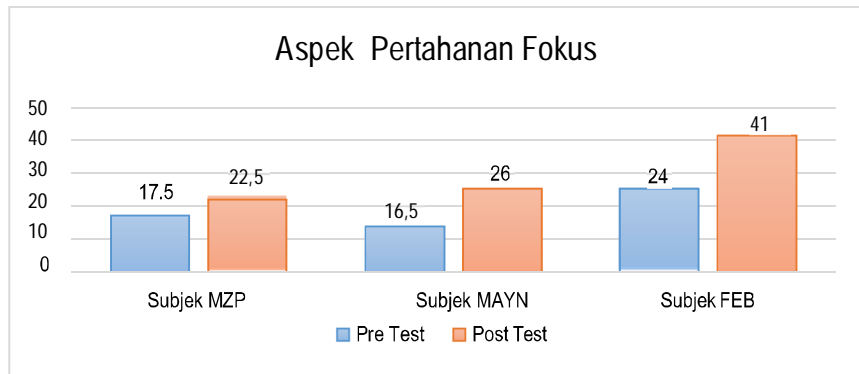
Gambar 3.
Perbandingan aspek Ketekunan



Pada aspek ketekunan dari ketiga subjek mendapatkan hasil yang bervariasi, pada

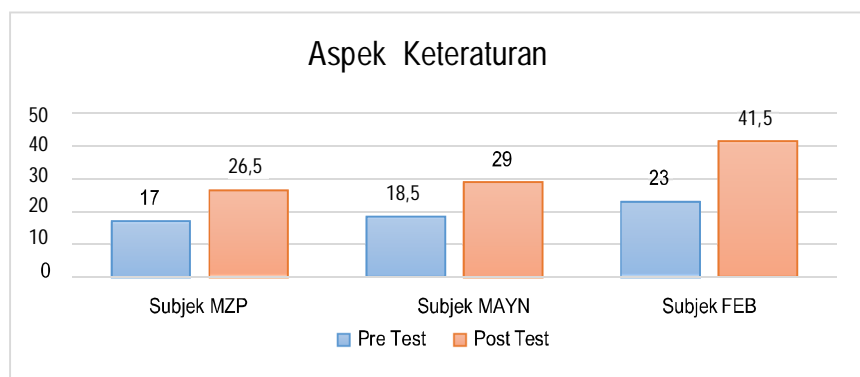
subjek MZP nilai *Post test* sebesar 18,5 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 31 poin. Peningkatan pada aspek ketekunan pun terjadi dengan subjek MAYN, pada subjek MAYN nilai pretest yang didapat sebesar 20 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 24 poin. Pada subjek FEB nilai *pre test* aspek ketekunan yang didapat sebesar 22 poin kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 40 poin.

Gambar 4.
Perbandingan Aspek Pertahanan Fokus



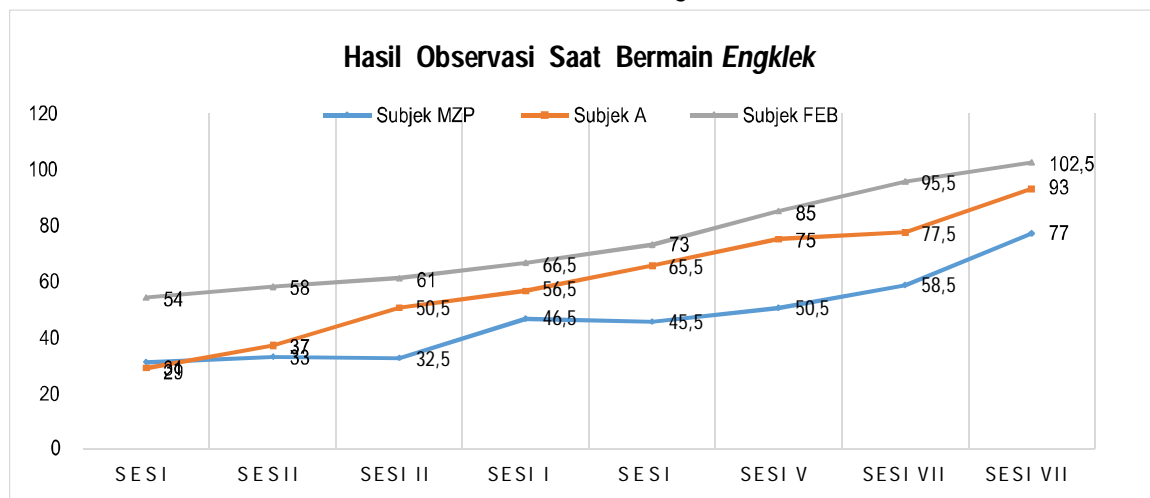
Pada aspek pertahanan fokus dari ketiga subjek mendapatkan hasil yang bervariasi, pada subjek MZP nilai *Post test* sebesar 17,5 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 22,5 poin. Peningkatan pada aspek pertahanan fokus pun terjadi dengan Subjek MAYN, pada subjek MAYN nilai pretest yang didapat sebesar 16 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 26 poin. Pada subjek FEB nilai *pre test* aspek pertahanan fokus yang didapat sebesar 24 poin kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 41 poin.

Gambar 5.
Perbandingan Aspek Keteraturan



Pada aspek keteraturan dari ketiga subjek mendapatkan hasil yang bervariasi, pada subjek MZP nilai *Post test* sebesar 17 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 26,5 poin. Peningkatan pada aspek keteraturan pun terjadi dengan subjek MAYN, pada subjek MAYN nilai pretest yang didapat sebesar 18,5 kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 29 poin. Pada subjek FEB nilai *pre test* aspek keteraturan yang didapat sebesar 23 poin kemudian setelah dilakukan *post test* meningkat menjadi 41,5 poin.

Gambar 6.
Hasil Observasi Permainan *Engklek*



Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan kegiatan yang dilakukan selama $\pm 1,5$ bulan terdapat perubahan peningkatan dalam hal konsentrasi pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) melalui permainan tradisional *engklek*. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai dari pre-test ke post test pada grafik, dengan taraf kepercayaan berdasarkan uji analisis *Wilcoxon* sebesar 95%.

Anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) DSM V-TR (2013) memiliki kecenderungan kurangnya daya konsentrasi, hiperaktivitas, dan impulsif. Hal tersebut berdampak pada penangkapan konsentrasi dalam pembelajaran di sekolah DSM V-TR (2013). Kekurangan konsentrasi menjadikan hambatan dalam menangkap pelajaran maupun informasi yang ada di sekitar, anak menjadi kurang fokus, tidak mampu menyelesaikan tugas, kurang teratur, dan ketekunan yang dimiliki tergolong rendah. Sama halnya dengan ketiga subjek penelitian, pada subjek MZP menurut *shadow* subjek mengalami lambat belajar, sehingga informasi yang diperoleh oleh subjek di sekolah sulit dipahami olehnya. Tidak jarang tingkat hiperaktivitas muncul ketika di sekolah, misalnya melompat, berlari, dan salto. Kemudian pada subjek MAYN mulanya keteraturan dan ketekunan pun sulit diterapkan pada dirinya, sesekali mudah menangis dan kurang tekun dalam melakukan sebuah kegiatan. Biasanya tidak menyelesaikan kegiatan hingga selesai. Pada subjek FEB subjek kurang tekun dan bersabar. Terkadang pula apabila terdapat stimulus lain subjek langsung mencari sumber suara. Pada ketiga subjek ini pertahanan fokus yang dimiliki pun rendah, terbukti ketika diluar ruangan terapis lainnya berbicara

ketiganya selalu menoleh keluar ruangan.

Konsentrasi penting untuk di asah, khususnya anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), ketika anak semakin mampu melakukan konsentrasi, maka secara otomatis akan mampu menangkap pelajaran di sekolah maupun informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitar. Salah satu melatih konsentrasi dengan menggunakan permainan tradisional *engklek*. Pada permainan *engklek* terdapat manfaat yang ada didalamnya, diantaranya permainan *engklek* mampu melatih keseimbangan tubuh; meningkatkan kemampuan kognitif; mengembangkan interaksi sosial; melatih kontrol emosi (Iswinarti.dkk, 2008). Kegiatan *engklek* tersebut secara otomatis mengharuskan subjek untuk fokus dan berhati-hati agar dirinya mampu memenangkan permainan *engklek* itu sendiri.

Mulanya ketiga subjek diukur seberapa nilai konsentrasi dengan melakukan kegiatan *pre-test*. Pada kegiatan *pre-test* dilakukan sebanyak 3 sesi, mulanya subjek diminta untuk menggigit kelereng dan menaruhnya ke gelas yang tercantum angka dan diminta mengurutkan, kemudian melompat *engklek* dan memasukkan paku kedalam botol, setelah itu melempar holahop. Tidak jarang ekspresi yang dimunculkan subjek berbeda-beda, ada yang merasa geram karena tidak tepat sasaran, ada pula yang hampir menyerah karena terlalu lelah. Kedua observer menilai tingkat konsentrasi subjek sebelum melakukan permainan *engklek*. Setelah *pre-test* selesai maka dilakukan kegiatan bermain *engklek*.

Pada kegiatan permainan *engklek* ketiga subjek melakukan kegiatan yang membutuhkan konsentrasi, diantaranya cara melempar *gacu* agar tidak melewati ataupun menginjak garis, subjek melompat *engklek* dan berusaha bertahan agar seimbang, kemudian membuat strategi dalam melawan musuh. Peningkatan konsentrasi pun muncul hal tersebut dilihat dari hasil observasi tiap sesi ketika bermain *engklek*. Hal tersebut sesuai dengan indikator permainan *engklek* pada penelitian Iswinarti.dkk (2008) apabila dilakukan secara berulang maka akan mampu meningkatkan perhatian.

Permainan *engklek Pa'a* terdapat aturan berlaku didalamnya antara lain ketika melompat tidak boleh menginjak garis; menjaga keseimbangan dengan satu kaki; *gacu* yang dilempar harus masuk kedalam kotak dan tidak boleh keluar kotak; melompat harus sesuai dengan urutan; *gacu* yang diletakkan di punggung tangan; bahu, maupun kepala tidak boleh terjatuh; dan apabila terjatuh dikatakan mati dan akan digantikan oleh pemain yang lain. Hal tersebut sesuai dengan kebutuhan anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) dalam DSM V-TR (2013), dikatakan terdapat diagnosis khusus pada penderita *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) dari segi atensi diantaranya kekurangan keteraturan dalam penyelesaian tugas, kurangnya ketekunan, memiliki kesulitan dalam pertahanan fokus, dan kurangnya keteraturan pada diri subjek. Ketika dilakukan kegiatan *engklek* dengan beberapa peraturan yang terkandung didalamnya maka yang terjadi anak tersebut akan memiliki keteraturan yang lebih baik dari sebelumnya, kemudian anak ADHD dapat menyelesaikan tugasnya. Pada ketekunan biasanya terjadi karena kurangnya fokus pada anak tersebut, sehingga ketika melakukan permainan *engklek* anak mampu memusatkan perhatian hal tersebut dikarenakan saat melakukan lompat *engklek* terdapat peraturan bahwa tidak boleh menginjak garis sehingga membuat anak tersebut lebih fokus dan berusaha agar melompat di petak secara tepat, dalam keteraturanpun demikian, ketika melompat anak harus melewati petak secara urut dan tidak boleh acak.

Setelah dilakukan permainan *engklek*, kemudian dilakukan *post-test*. pada penilaian *post-test* terbukti konsentrasi yang dialami oleh ketiga subjek meningkat dari beberapa aspek, diantaranya pertahanan fokus yang mulanya kurang mampu mempertahankan fokus selalu memandang keluar tiap mendengar suara-suara, kemudian mampu menyelesaikan tugas tanpa mengeluh dan menggerutu, ketiga subjek mampu melakukan kegiatan secara teratur serta tekun. Dalam penelitian ini terbukti memiliki pengaruh peningkatan konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) ketika diberikan permainan tradisional

engklek.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Hinduan (2015) mengungkapkan bahwa permainan tradisional *engklek* mampu meningkatkan konsentrasi pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Penelitian ini juga meneliti tentang permainan *engklek* dengan subjek anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*, hal yang diteliti kaitannya juga dengan konsentrasi anak ADHD. Penelitian eksperimen ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan konsentrasi pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* ketika diberikan permainan *engklek* terutama pada perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan gambaran berdasarkan uji analisis grafik bahwa terdapat perbedaan peningkatan konsentrasi dari *pre-test* ke *post-test*.

Terdapat juga variable lain yang mempengaruhi konsentrasi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Berdasar hasil yang dilakukan dengan menggunakan *axlin play therapy* mengungkapkan bahwa anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* lebih senang bermain dan cepat menangkap hal maupun instruksi yang didapat karena dalam proses terapi ini subjek tidak merasa bahwa sedang diterapi melainkan ia merasa sedang bermain. Dalam kegiatan ini bermain memang dapat meningkatkan kegembiraan dan berhubungan dengan emosi anak (Jafari,dkk 2014). Pada penelitian tersebut terbukti menggunakan metode *axlin play therapy* mampu memberikan pengaruh sebesar 36% peningkatan konsentrasi pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*.

Simpulan Dan Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional *engklek* memiliki pengaruh dalam meningkatkan konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Ketiga subjek yang cenderung aktif dan kurang stabil dalam pengendalian emosi mampu mengontrol dirinya dan lebih mampu berkonsentrasi. Hal tersebut dikarenakan seringnya diberikan permainan *engklek* yang terdiri dari beberapa aturan yang harus dipatuhi membuat subjek lebih berkonsentrasi didalamnya demi memenangkan sebuah permainan.

Implikasi dari penelitian ini yaitu diharapkan bagi orang tua maupun terapis menjadikan alternatif permainan tradisional *engklek* sebagai terapi bagi anak dalam meningkatkan konsentrasi khususnya anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan permainan *engklek* dengan jenis yang berbeda pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* karena memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda dan aturan yang berbeda pula. Selain itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan permainan tradisional *engklek* sebagai terapi bagi gangguan perkembangan dengan lainnya selain *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*.

Kepustakaan

- American Psychological Association. (2013). Highlights of changes from DSM-IV TR to DSM-V.
- Barry, T. D., Lyman, R. D., & Klinger, L. G. (2002). Academic underachievement and attention- deficit/ hyperactivity disorder: The negative impact of symptom severity on school performance. *Journal of School Psychology*, 40, 259–283. DOI:10.1016/S0022-4405(02)00100-0
- Barzegary, L., & Zamini, S. (2011). The effect of play therapy on children with ADHD. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2216-2218.

- Biederman, J., Petty, C. R., Wilens, T. E., Fraire, M. G., Purcell, C. A., Mick, E. Faraone, S. V. (2008). Familial risk analyses of attention deficit hyperactivity disorder and substance use disorders. *The American Journal of Psychiatry*, 165, 107–115. doi:10.1176/appi.ajp.2007.07030419
- EIDaou, B. M. N. & El-Shamieh, S. I. (2014). The effect of playing chess on the concentration of ADHD students in the 2nd cycle. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 192, 638-643. OI: 10.1016/j.sbspro.2015.06.111.
- El-Nagger, N. S., Abo-Elmagd, M. H., & Ahmed, H. I. (2017). Effect of applying play therapy on children with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Nursing Education and Practice*, 7(5), 104.
- Farrelly, G . (2001). *The canadian of journal : ADHD*. Canada.
- Iswinarti, Fasicahah, S. S., & Sulismadi. (2008). Permainan anak tradisional sebagai model peningkatan kompetensi sosial anak usia sekolah. *Laporan Penelitian Hibah Bersaing Tahun II*. Malang: Lembaga Penelitian UMM.
- Iswinarti, (2010). *Nilai-Nilai Terapiutik Permainan Tradisional:Engklek Pada Anak Usia Sekolah Dasar*.Malang.
- Jafari.M, Nasirian.M, Bafrooe.K.B, (2014). Effectiveness of the training, play therapy Axlin approach on improving children's coping with attention deficit hyperactivity disorder, attention deficit. *Technical Journal of Engineering and Applied Sciences*4 (3): 170-175, 2014.
- Niknasab, F. RasoulHemayattalab. Syeikh, M. Houmanian, D. (2016). The effectiveness of play therapy on symtopms of children with attention deficit-hyperactivy disorder. *International journal of sport studies*. 6 (6) 350-358. ISSN: 2251-7502
- Paternotte.A, Buitelaar. J, (2010). *Attention Defici Hyperactivity Disorder (ADHD)*,Jakarta,Prenada.
- Ray, D., Schottelkorb, A., & Tsai, M-H. (2007). Play therapy with children exhibiting symptoms of Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *International Journal of Play Therapy*, 16, 95-111.
- Sahay, Sarita. (2013). Traditional Games Of Bihar. *Folklore Eel Journal Folklore*, 54.
- Seniati, L. Yulianto, A. & Setiadi, B. N. (2005). Psikologi eksperimen. Jakarta: Indeks.
- Snel, Chaterin. (2009). African Museums Using Culture for the Development of Children and Youth. *The Creative Museum*.4.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung :Alfabeta Suliha
- Siti., Fitriasari P.K., Kurnia, Iqlima Dwi, (2014). Flip Flop Game Meningkatkan Konsentrasi Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Jurnal: *Psychiatry Nursing Journal*, 3 (2).
- Setyawan,A. B. , (2010) Aspect Neurogical Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).
- Winarsunu, T. (2002). Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan. Malang : UMM Press.