

**MENINGKATKAN KETAHANAN DUDUK MELALUI BERMAIN
PADA ANAK GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN
DAN HIPERAKTIVITAS (GPPH) X KELAS III**
(Single Subject Research di SLB Wacana Asih Padang)

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan luar Biasa
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

LILIANA SARI
NIM. 63660.2005

**JURUSAN PENDIDIKAN LUAR BIASA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2009**

PERSETUJUAN SKRIPSI

**MENINGKATKAN KETAHANAN DUDUK MELALUI BERMAIN
PADA ANAK GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN
DAN HIPERAKTIVITAS (GPPH) X KELAS III
(Single Subject Research di SLB Wacana Asih Padang)**

Nama : Liliana Sari
NIM : 63660
Jurusan : Pendidikan Luar Biasa
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Juli 2009

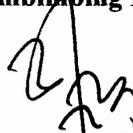
Disetujui oleh

Pembimbing I



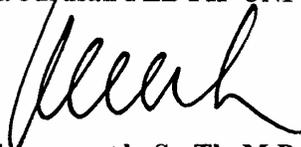
Drs. Ardisal, M.Pd
NIP. 131754863

Pembimbing II



Marlina, S.Pd, M.Si
NIP. 132206170

Mengetahui
Ketua Jurusan PLB FIP UNP



Drs. Tarmansyah, Sp.Th, M.Pd
NIP. 130522189

PENGESAHAN

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul : Meningkatkan Ketahanan Duduk Melalui Bermain Pada Anak
Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) X
Kelas III (*Single Subject Research di SLB Wacana Asih Padang*)

Nama : Liliana Sari

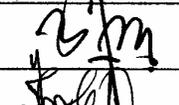
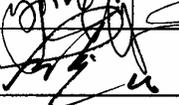
NIM : 63660

Jurusan : Pendidikan Luar Biasa

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 11 Agustus 2009

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Drs. Ardisal, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Marlina, S.Pd, M.Si	2. 
3. Anggota : Drs. Jon Efendi, M.Pd	3. 
4. Anggota : Drs. Markis Yunus, M.Pd	4. 
5. Anggota : Drs. Amsyaruddin, M.Ed	5. 

ABSTRAK

Liliana Sari. 2009. *Meningkatkan Ketahanan Duduk Melalui Bermain pada Anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) X Kelas III (Single Subject Research di SLB Wacana Asih Padang)* Skripsi: PLB FIP Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilakukan pada seorang anak GPPH X kelas Dasar III. Dalam belajar di kelas anak sering meninggalkan tempat duduk dan keluar masuk kelas. Guru kelas sering memberikan hukuman kepada anak ini, seperti tidak boleh ikut belajar, memarahi dan lain sebagainya. Namun tetap saja perilaku anak belum menunjukkan perubahan. Maka dari itu peneliti ingin meningkatkan ketahanan duduk anak GPPH X melalui kegiatan bermain memilah biji-bijian. Anak GPPH X diminta memilah empat jenis biji-bijian tadi berdasarkan jenis dan warnanya ke dalam wadah tersendiri.

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Single Subject Research* dengan desain A-B. Data dikumpulkan dengan pengamatan langsung. Data direkam menggunakan durasi waktu yaitu menstar *stopwatch* saat perilaku dimulai dan menstop *stopwatch* saat perilaku berakhir. Data dianalisis dengan menggunakan analisis visual grafik yang terdiri dari analisis dalam kondisi dan antar kondisi.

Setelah data dianalisis, diperoleh hasil: panjangnya kondisi *Baseline* adalah enam kali pengamatan, selama enam hari. Sedangkan panjang kondisi *treatment* sepuluh kali pengamatan selama sepuluh hari. Arah kecenderungan data *baseline* yang menunjukkan ketahanan duduk anak sedikit naik (+), sedangkan pada kondisi *treatment* menunjukkan lamanya ketahanan duduk anak lebih meningkat lagi (+). Pada kondisi *baseline* tingkat perubahan ketahanan duduk anak adalah (+6,3) menit, untuk *treatment* tingkat perubahannya adalah (+21,8) menit. Hasil analisis antar kondisi menunjukkan: Jumlah variabel yang dirubah adalah satu yaitu ketahanan duduk anak dalam belajar di kelas, dengan persentase overlap adalah 0,1%, artinya terdapat peningkatan ketahanan duduk anak GPPH X melalui bermain memilah biji-bijian di SLB Wacana Asih Padang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan petunjuk dan karunia-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Ketahanan Duduk Melalui Bermain Pada Anak GPPH X Kelas III (*Single Subject Research* di SLB Wacana Asih Padang)”.

Tujuan penulisan ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Luar Biasa fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Materi skripsi ini terdiri dari lima Bab, yaitu pada Bab I berisi pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian. Bab II membahas kajian teori yang terdiri dari hakikat ketahanan duduk, definisi Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH), hakikat bermain, kerangka konseptual dan hipotesis penelitian. Bab III membahas tentang metode penelitian, yaitu terdiri dari jenis penelitian, variabel penelitian, definisi operasional variable, subjek penelitian, tempat dan waktu pelaksanaan penelitian, langkah- langkah intervensi, prosedur perekaman data dan teknik analisis data. Bab IV membahas deskripsi pelaksanaan dan pembahasan hasil penelitian serta pada Bab V berisikan penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran.

Penulis berupaya semaksimal mungkin dalam menyelesaikan skripsi ini, namun penulis mengharapkan saran dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan dalam mencari solusi

terhadap permasalahan perilaku yang dialami anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH).

Padang, Juli 2009

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GRAFIK	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Ketahanan Duduk	9
B. GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktifitas).....	13
C. Bermain.....	24
D. Kerangka Konseptual.....	33
E. Hipotesis	34

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	36
B. Variabel Penelitian.....	37
C. Definisi Operasional Variabel.....	38
D. Subjek Penelitian	39
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
F. Langkah-langkah Intervensi.....	40
G. Prosedur Perekaman Data.....	42
H. Teknik Analisis Data	44

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian	51
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	78
C. Pembahasan.....	79
D. Keterbatasan Penelitian.....	81

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	82
B. Saran	83

DAFTAR PUSTAKA.....	84
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	86
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Level Perubahan Data	47
2. Format Analisis Visual Dalam Kondisi	48
3. Variabel Yang Berubah	48
4. Format Analisis Visual Antar Kondisi	50
5. Informasi Penentuan Baseline.....	53
6. Perkembangan Perilaku Subjek	58
7. Panjang Kondisi	62
8. Estimasi Kecenderungan Arah Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar.....	64
9. Menentukan Rentang Stabilitas Kondisi Baseline (A)	65
10. Menentukan Persentase Stabilitas Pada Kondisi <i>Baseline</i> (A).....	66
11. Menentukan Rentang Stabilitas Pada Kondisi <i>Treatment</i> (B)	67
12. Persentase Stabilitas Pada Kondisi <i>Treatment</i> (B)	68
13. Kecenderungan Stabilitas Kondisi (A) dan (B)	68
14. Jejak Data Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar.....	70
15. Menentukan Level Stabilitas dan Rentang Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar	71
16. Selisih Data Kondisi (A).....	71
17. Selisih Data Kondisi (B).....	72
18. Level Perubahan Ketahanan Duduk Anak	72
19. Rangkuman Hasil Analisis Visual dalam Kondisi.....	72
20. Jumlah Variabel yang dirubah pada Kondisi (A) dan (B)	73
21. Perubahan Kecenderungan Arah Ketahanan Duduk Anak.....	74
22. Perubahahan Stabilitas Kecenderungan Ketahanan Duduk Anak Dalam Belajar	75
23. Level Perubahan Ketahanan Duduk Anak dalam Belajar.....	75
24. Persentase Overlap Ketahanan Duduk Anak dalam Belajar.....	76
25. Rangkuman Hasil Analisis Visual Antar Kondisi	77

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Prosedur Dasar Desain A- B	37
2. Data Tentang Ketahanan Duduk Anak dalam Kondisi Awal (Baseline).....	54
3. Data Tentang Ketahanan Duduk anak dalam Kondisi Teratment	59
4. Data Tentang Ketahanan Duduk Anak Dalam Kondisi Baseline dan Treatment	60
5. Kecenderungan Arah Ketahanan Duduk Anak dalam Kondisi Baseline dan Treatment	64
6. Stabilitas Kecenderungan Ketahanan Duduk Anak dalam Kondisi Baseline dan Treatment	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Peralatan Memilah Biji-bijian.....	31
2. Empat Jenis Biji-bijian.....	31
3. Biji-bijian yang Dicampur	31
4. Peneliti Menjelaskan Kepada Anak Tentang Kegiatan yang Akan Dilakukan.....	32
5. Posisi duduk Anak Saat Bermain Memilah Biji-bijian.....	32
6. Anak Sedang Bermain Memilah Biji-Bijian.....	32
7. Kerangka Konseptual Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi- Kisi Penelitian.....	86
2. Asesmen.....	87
3. Program Kegiatan Bermain Memilah Biji-Bijian Pada Anak GPPH X ...	90
4. Rencana Pelaksanaan Program I.....	92
5. Rencana Pelaksanaan Program II.....	95
6. Rencana Pelaksanaan Program III	98
7. Rencana Pelaksanaan Program IV	101
8. Jadwal Pelaksanaan Penelitian Dalam Kondisi Baseline.....	104
9. Jadwal Pelaksaaan Penelitian dalam Kondisi Treatment.....	105
10. Format Pengumpulan Data Tentang Lamanya Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar di Kelas Pada Kondisi <i>Baseline</i>	108
11. Pedoman Pengamatan Ketercapaian Indikator Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar di Kelas Pada Kondisi <i>Baseline</i>	109
12. Format Pengumpulan Data Tentang Lamanya Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar di Kelas Pada Kondisi <i>Treatment</i>	110
13. Pedoman Pengamatan Ketercapaian Indikator Ketahanan Duduk Anak Saat Belajar di Kelas Pada Kondisi <i>Treatment</i>	111
14. Surat Izin Melaksanakan Penelitian.....	112
15. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	113

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Duduk merupakan aktivitas fisik yang rutin dilakukan baik dengan di sengaja maupun secara refleks. Dalam kesehariannya, bagi setiap orang yang normal duduk sudah merupakan suatu kebiasaan. Tidak bisa dipungkiri setiap harinya banyak aktivitas manusia yang menuntutnya untuk duduk lama, seperti ketika makan dan minum, belajar di dalam kelas bagi seorang siswa, mengerjakan tugas kantor bagi seorang karyawan di kantor, menyetir bagi supir, melayani pelanggan bagi karyawan dan lain sebagainya. Tanpa duduk semua aktivitas tersebut tidak akan terselesaikan dengan baik. Dengan demikian duduk merupakan aktivitas yang tidak bisa dilepaskan dari setiap kegiatan yang dilakukan manusia.

Lamanya seseorang untuk mampu bertahan duduk dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu posisi duduk serta kenyamanan, kemenarikan aktivitas yang dilakukan, kemampuan dalam mengontrol perilaku, serta ketenangan. Secara umum posisi duduk ada dua bentuk yaitu duduk bersila di lantai dan duduk di atas kursi. Keduanya ini akan berpengaruh terhadap kenyamanan seseorang saat ia duduk. Ada orang yang lebih senang duduk diatas kursi dan memandang duduk bersila akan membuat kakinya pegal, begitu juga sebaliknya ada yang berpandangan kalau duduk bersila dirasa lebih santai dan nyaman. Semuanya ini tergantung kembali kepada pribadi orangnya dan aktivitas apa yang ia lakukan.

Ada aktivitas yang menuntut untuk duduk di kursi dan ada pula duduk bersila di lantai. Namun apabila aktivitas yang dilakukan tersebut menarik, posisi duduk pun sudah tidak akan jadi masalah, yang awalnya tidak terbiasa akan menjadi terbiasa dan tidak sanggup menjadi sanggup. Untuk melakukan semuanya ini diperlukan kemampuan dalam mengontrol perilaku seperti menahan hasrat diri, pengelolaan emosi, membatasi stimulus dan kemampuan dalam mempertahankan perhatian.

Bagi setiap anak ketahanan duduk merupakan salah satu prasyarat untuk bisa diterima di sekolah biasa. Ketahanan duduk adalah suatu hal yang penting dimiliki oleh seorang siswa untuk bisa belajar dengan baik di sekolah. Sebagaimana diketahui, bahwasanya dalam belajar di kelas siswa dituntut untuk bisa duduk tenang, menyimak dan memperhatikan guru menerangkan pelajaran, mampu berpartisipasi secara aktif dalam belajar serta dapat menyelesaikan pekerjaan sekolah dengan baik dan sesuai dengan apa yang diharapkan.

Namun pada kenyataannya tidak semua anak di sekolah mampu melakukan hal tersebut. Saat ini banyak ditemukan anak-anak yang mengalami permasalahan dalam perkembangan perilaku, salah satunya adalah anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) atau *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) atau sering juga disebut dengan anak hiperaktif.

Anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas atau disingkat (GPPH) ditandai oleh tiga gejala utama yaitu: *Inattention* (gejala kurang perhatian) adalah berupa perilaku anak yang mudah beralih perhatian atau rentang perhatiannya pendek, (*hyperactivity*) hiperaktivitas yaitu ditunjukkan oleh

perilaku anak yang berlebihan baik verbal maupun motoris atau tidak bisa tenang, serta Impulsif yaitu berupa perilaku tidak sabaran.

Menurut Tin Suharmini (2005:2) menyatakan bahwa dalam belajar di kelas anak yang mengalami GPPH pada umumnya ditunjukkan oleh perilaku anak yang selalu mondar mandir di kelas, mengganggu teman, sering keluar masuk kelas, gelisah, tidak dapat duduk tenang, tidak selesai dalam mengerjakan tugas dan bicara berlebihan. Guru sebagai pengajar tentu akan merasa kewalahan dengan perilaku anak (siswa) yang seperti ini, akibatnya pembelajaran tidak dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Bagi anak itu sendiri akan mengalami hambatan dalam prestasi belajarnya. Anak yang mengalami gangguan seperti ini membutuhkan bantuan, bimbingan dari guru sebagai tenaga pendidik untuk bisa keluar dari permasalahan perilaku yang dialaminya terutama dalam hal ketahanan duduk saat belajar di kelas. Sehingga anak bisa mengikuti pelajaran dengan baik dan pembelajaran di kelas dapat berjalan dengan tertib aman dan lancar.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 10 Februari sampai dengan 23 Maret 2009, bertempat di SLB Wacana Asih Padang, tepatnya di kelas III C. Peneliti mengamati seorang anak yang mengalami GPPH. Anak ini merupakan siswa pindahan dari sekolah biasa (reguler). Berdasarkan informasi yang didapatkan dari guru kelas serta asesmen identifikasi anak GPPH, maka anak ini tergolong ke dalam anak yang mengalami permasalahan perilaku yaitu GPPH. Hal ini dibuktikan bahwa selama proses belajar mengajar di kelas anak sering meninggalkan tempat duduk, keluar masuk kelas, walaupun duduk sering terlihat gelisah, mudah beralih perhatian oleh stimulus lain dari luar, sering

menyela pembicaraan guru, menjawab sebelum pertanyaan selesai disebutkan, sering mengucapkan kata-kata secara spontan bahkan terkadang hanya “asal bunyi”, mengganggu kelas lain yang sedang belajar, tidak mau menunggu giliran, ceroboh dalam mengerjakan tugas sekolah, inginnya cepat selesai dan guru kelas sudah merasa kewalahan menghadapi perilaku anak ini. dalam hal ketahanan duduk, terlihat ketahanan duduk anak tidak konsisten. Dalam pembelajaran selama 30 menit, anak hanya mampu duduk tenang selama lima sampai sepuluh menit, selebihnya anak terlihat gelisah dan keluar masuk kelas.

Selama ini guru kelas telah memberikan hukuman kepada anak ini, seperti tidak boleh ikut belajar, kembali, memarahi dan lain sebagainya. Namun tetap saja perilaku anak masih belum menunjukkan perubahan dan pembelajaran di kelas tersebut masih belum bisa berjalan dengan lancar.

Menyikapi hal tersebut, peneliti ingin mencari solusi atas permasalahan yang dialami anak yaitu dengan memberikan kegiatan yang mampu membuat anak duduk lama serta mampu mempertahankan perhatian. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk bermain. Permainannya yaitu memasukkan benda ke dalam wadah (mangkok). Dalam kegiatan yang sederhana ini anak diminta memilah (mensortir) empat jenis biji-bijian yang sudah dicampur, seperti biji kacang merah, kacang kedele, biji jagung dan biji kacang hijau. Kemudian bijian yang sudah di campur tersebut dipilah dan dimasukkan ke dalam mangkok tersendiri berdasarkan warna ukuran dan bentuk. Untuk mengatasi agar anak tidak jenuh, maka pemberiannya perlu divariasikan seperti memvariasikan biji- bijianya, atau bisa juga dengan

menempelkan biji- bijian tersebut pada sebuah gambar yang diberi warna dengan bijian tersebut.

Kegiatan ini akan menyenangkan bagi anak, biji- bijiannya mudah didapatkan, kegiatannya menuntut anak untuk duduk tenang dalam waktu yang cukup lama serta mempertahankan perhatian. Selain itu kegiatan ini juga dapat mengembangkan kecerdasan natural anak dengan diperkenalkannya anak dengan bij-bijian yang ada di alam, mengenalkan konsep warna, bentuk, dapat mengelompokkan benda, serta dapat pula berkarya lewat biji-bijian yang di tempel pada gambar.

Dengan diberikannya kegiatan bermain memilah biji-bijian ini, diharapkan ketahanan duduk anak dapat meningkat dan terbiasa untuk duduk tenang serta mampu mempertahankan perhatian. Seiring dengan terbiasanya ia melakukan kegiatan yang membuatnya tahan duduk. Hal ini sejalan dengan teori pembiasaan perilaku respon (*operant conditioning*) yang dikemukakan B.F Skinner dalam Joko Susilo (2008:3) mengemukakan bahwa “sejumlah perilaku atau respon akan membawa efek yang sama terhadap tingkah laku dari lingkungan yang terdekat”. Teori inilah yang mendasari diberikannya kegiatan memilah biji-bijian pada penelitian ini.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan berbagai permasalahan yang muncul dilapangan dan hendak diteliti. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka identifikasi masalahnya yaitu:

1. Anak sering meninggalkan tempat duduk di kelas.
2. Ketahanan duduk anak dalam belajar di kelas antara lima sampai sepuluh menit.
3. Anak mudah beralih perhatian oleh stimulus dari luar.
4. Anak sering menyela pembicaraan guru.
5. Anak sering mengucapkan kata-kata secara spontan dan terkadang hanya asal bunyi.
6. Anak ceroboh dalam menyelesaikan tugas sekolah, ingin cepat selesai saja.
7. Anak sulit melakukan aktivitas dengan tenang.
8. Guru kelas merasa kewalahan menghadapi tingkahlaku anak yang tidak bisa tenang, sehingga mengganggu proses belajar mengajar.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka batasan pada penelitian ini adalah mengenai masalah anak yang sering meninggalkan tempat duduk di kelas atau ketahanan duduk anak yang rendah yaitu antara lima sampai sepuluh menit. Untuk meningkatkan ketahanan duduk anak diberikan kegiatan bermain, yakni bermain memilah biji-bijian. Empat jenis biji-bijian seperti biji jagung, kacang hijau, kedele dan kacang merah di campur kemudian dipilah (disortir) menurut jenis, warna dan bentuk. Kegiatan ini dilakukan sambil duduk di kursi. Kemudian

dilihat berapa lama anak memiliki ketahanan duduk dalam melakukan kegiatan ini yang dihitung dalam satuan menit.

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah adalah pokok permasalahan yang akan dicarikan jawabannya dengan penelitian yang dilakukan. Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian, yaitu: “Apakah kegiatan bermain memilah biji-bijian dapat meningkatkan ketahanan duduk anak GPPH X kelas III di SLB Wacana Asih Padang?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini merupakan harapan yang ingin dicapai dalam suatu penelitian baik secara umum maupun secara khusus. Secara umum adalah supaya anak GPPH dapat belajar dengan baik dan efektif dan pembelajaran di kelas dapat berlangsung dengan tertib dan lancar. Sedangkan secara khusus yaitu untuk meningkatkan ketahanan duduk anak GPPH X kelas III di SLB Wacana Asih Padang, sehingga dapat bertahan lama dalam mengikuti pembelajaran di sekolah.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama yang berhubungan dengan pendidikan khusus, yaitu:

1. Bagi anak yang bersangkutan dapat meningkatkan ketahanan duduknya saat belajar di kelas maupun saat melakukan aktivitas sehari-hari.

2. Bagi guru, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam mengatasi masalah ketahanan duduk anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH)
3. Bagi peneliti, dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang penanganan anak GPPH terutama mengenai masalah ketahanan duduk.
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai bahan referensi atau bahan pertimbangan serta masukan dalam mengatasi masalah ketahanan duduk anak GPPH.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Ketahanan Duduk

1. Pengertian Ketahanan Duduk

Istilah ketahanan duduk merupakan gabungan dari dua kata yaitu “ketahanan” dan “duduk“. Ketahanan berasal dari dasar “tahan” yang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1999:889) bermakna; tetap dalam keadaan, kuat, betah, sabar berdiam di tempat dan sanggup. Kemudian diberi awalan dan akhiran sehingga menjadi ”ketahanan” yang berarti sikap tenang, keteguhan hati dan kesabaran. Sementara itu “duduk” merupakan sebuah kata kerja yang menggambarkan suatu posisi atau keadaan yaitu duduk. Kemudian kedua kata ini digabung menjadi satu frasa yang bermakana tunggal yakni *ketahanan duduk*.

Berdasarkan kedua definisi tersebut dapat dimaknai bahwa ketahanan duduk merupakan suatu keadaan yang menunjukkan lamanya seseorang untuk mampu bertahan duduk, betah, sabar, berdiam di tempat ketika melakukan suatu aktivitas atau kegiatan, seperti; belajar, bekerja dan bermain.

Ketahanan duduk yang dimaksud pada penelitian ini adalah lamanya seorang anak mampu bertahan duduk pada saat belajar di kelas atau ketika melakukan suatu kegiatan. Tarmansyah (2007:160) mengemukakan bahwa seseorang dinyatakan memiliki ketahanan duduk apabila:

1. Dapat duduk di kursi atau lantai dalam waktu yang ditentukan.
2. Duduk tanpa gelisah.

3. Duduk tanpa bicara berlebihan.
4. Duduk tenang dengan tetap fokus terhadap kegiatan yang sedang dilakukan dan dapat mengerjakan sampai selesai.
5. Duduk tanpa mengganggu teman yang sedang belajar.
6. Posisi kaki *relaks* saat duduk.
7. Dapat menyimak instruksi guru sambil duduk.
8. Tidak mudah berpindah tempat ketika diharuskan untuk duduk.
9. Duduk tidak menundukkan kepala.

Pada penelitian ini anak diharapkan bisa memiliki ketahanan pada saat duduk di kursi.

2. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Duduk

Kemampuan untuk bertahan duduk merupakan suatu yang penting dimiliki setiap orang. Sebagaimana dikemukakan oleh Griya Larasati (2009:2) menyatakan bahwa “...untuk bisa belajar, maupun berkonsentrasi mengerjakan tugas dan pekerjaan rumah serta untuk orang dewasa ketika bekerja, baik anak-anak maupun orang dewasa butuh duduk tenang karena mereka membutuhkan mengalihkan gelombang Beta menjadi Alfa”.

Jika demikian dengan seseorang mampu untuk duduk tenang atau dengan kata lain memiliki ketahanan duduk, maka gelombang Alfa tersebut dapat diaktifkan. Namun untuk memiliki ketahanan duduk tersebut ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Secara umum Dedeh Kurniasih (2008:1) berpendapat bahwa ketahanan duduk seseorang dipengaruhi oleh:

1. *Posisi Duduk*

Posisi duduk merupakan faktor utama yang akan mempengaruhi terhadap lamanya seseorang untuk bisa duduk tenang dan mampu bertahan duduk. Secara umum posisi duduk ada dua yaitu duduk kursi dan duduk bersila di lantai. Dalam suasana tertentu ada orang yang senang duduk di bersila lantai dan ada pula yang senang duduk di kursi. Posisi inilah yang akan menentukan nyaman atau tidaknya seseorang dalam berkegiatan. Jika ia menemukan suatu kenyamanan besar kemungkinan ia akan mampu bertahan duduk lama, begitu juga sebaliknya.

2. *Aktivitas yang Menarik*

Apabila suatu aktivitas yang dilakukan tersebut membuat seseorang tertarik untuk melakukannya, maka ia akan betah bertahan lama melakukan kegiatan tersebut, contoh: seseorang yang senang menggambar. Karena kegiatan ini menarik baginya maka ia akan betah melakukannya dan akan berusaha menemukan posisi yang nyaman baginya.

3. *Kemampuan Mengontrol Perilaku*

Kemampuan mengontrol perilaku seperti; menahan hasrat diri, pengelolaan emosi, membatasi stimulus dan mempertahankan perhatian, terkait dengan sistem kerja otak. Otak merupakan alat pengontrol perilaku manusia. Apabila otak mengalami permasalahan maka kontrol perilaku akan sulit dilakukan termasuk juga tidak bisa bertahan lama dalam mengerjakan suatu aktivitas atau kegiatan.

4. *Ketenangan*

Suasana yang tenang dan penuh kedamaian akan membuat seseorang mampu bertahan lama dalam melakukan aktivitas dibandingkan suasana yang ribut. Dengan suasana yang tenang seseorang bisa rileks sehingga betah melakukan kegiatan yang sedang dilakoninya.

Pada anak dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas kelemahannya dalam mengontrol perilaku seperti menahan hasrat diri, mengelola emosi, membatasi stimulus serta rendahnya kemampuan memperhatikan. Hal inilah yang membuat anak tidak betah dalam belajar, tidak dapat duduk tenang, sering mondar-mandir di kelas sehingga mengganggu suasana PBM (proses belajar mengajar).

Selain itu secara spesifik Iim Imandala (2008:1) mengemukakan beberapa faktor pemicu anak tidak bisa duduk diam, sering jalan-jalan di kelas yaitu karena beberapa alasan seperti anak membutuhkan perhatian, merasa bosan, ingin udara segar dan lain sebagainya.

Dengan demikian dapat diketahui bahwa banyak faktor yang mempengaruhi terhadap ketahanan duduk seorang anak saat belajar di kelas maka diharapkan guru bisa cepat tanggap mengatasi hal tersebut dengan mencari solusi yang mampu membuat anak betah belajar di kelas. Cynthia Ulrich Tobias dalam PEPAK (2000:1-2) mengemukakan beberapa saran bagi guru yang menghadapi kesulitan di kelas, yaitu:

1. Apabila guru mendapati anak yang sulit diatur dan selalu gelisah dikelas, berikan alternatif untuk duduk di lantai atau mengubah posisi duduk.
2. Berikan kesempatan kepada anak untuk menjelaskan kembali apa yang berhasil ia tangkap dari pelajaran yang baru dipelajarinya, baik verbal maupun tulisan. Sehingga anak merasa mendapat giliran untuk mengekspresikan diri bukan hanya gurunya saja. Misalnya dengan menjawab pertanyaan atau meminta respon dari mereka di tengah-tengah cerita.
3. Apabila guru mendapati anak yang tidak bisa diam (selalu bergerak) sekalipun ia telah duduk di lantai, berikan ia kegiatan lain sementara waktu yang dapat membuatnya sibuk dan menyalurkan energinya yang berlebih, sampai ia mau kembali untuk belajar.

Pada anak GPPH yang mengalami permasalahan dalam ketahanan duduk saat belajar, mereka perlu diberikan kegiatan yang dapat menyalurkan energinya yang berlebih sehingga ia mau duduk dengan tenang dan dapat mengikuti pembelajaran dengan baik.

B. Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH)

1. Pengertian GPPH

Istilah GPPH merupakan terjemahan dari ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). Orang awam bias juga menyebutnya dengan anak hiperaktif. GPPH pertama kali ditemukan pada tahun 1902 oleh seorang dokter di Inggris bernama Prof. George F. Stell, ia meneliti sekelompok anak yang

menunjukkan ketidakmampuan abnormal dalam memusatkan perhatian, gelisah dan resah. Jika didefinisikan secara umum GPPH menjelaskan kondisi anak-anak yang memperlihatkan simptom-simptom (ciri atau gejala) kurang konsentrasi, hiperaktif dan impulsif yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan sebagian besar aktivitas hidup mereka (Mif Baihaqi, dkk : 2006:1-9).

Sementara itu Marlina (2008: 2) mendefinisikan GPPH yaitu:

1. Pola perilaku yang dilakukan oleh anak
2. Ketidakmampuan untuk berkonsentrasi atau memusatkan perhatian
3. Aktivitas berlebihan
4. Tidak mampu mengontrol perilaku
5. Aktivitas yang dilakukan tidak tepat dan tidak pantas, aktivitas tersebut dilakukan terus menerus sepanjang hari.

Secara umum anak GPPH dinyatakan sebagai anak yang menunjukkan gejala aktivitas perilaku yang berlebihan dan tidak terkendali. D.S Prasetyono (2008:100) menyatakan gejala ini sering muncul dan lebih berat kualitasnya dibandingkan anak normal. Sebagaimana yang telah ditetapkan American *Psychiatric Assotiation* menetapkan anak yang menunjukkan perilaku hiperaktif disebut dengan istilah ADHD/ GPPH dan apabila tanpa hiperaktif disebut ADD (*Attention Deficit Disorder*).

Untuk menghindari keraguan maka dalam penggunaan istilah selanjutnya skripsi ini menggunakan istilah dalam Bahasa Indonesia yaitu GPPH.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat dimaknai bahwa GPPH adalah pola perilaku yang dilakukan oleh anak yang ditunjukkan dengan

ketidakmampuan untuk memusatkan perhatian atau berkonsentrasi, tidak mampu mengontrol perilaku serta aktivitas yang berlebihan dilakukan terus menerus sepanjang hari.

2. Faktor penyebab GPPH

Banyak sumber menyebutkan bahwa faktor tunggal sebagai penyebab GPPH tidak ada, namun ada beberapa dugaan penyebab seorang anak menjadi GPPH baik secara mandiri maupun kombinasi. Marlina (2008:2) mengemukakan beberapa faktor penyebab GPPH, yaitu:

a) Faktor Neurologi

1. Terjadinya kerusakan otak di bagian depan limbic. Limbic merupakan sejumlah struktural neural yang membatasi *cerebral cortex* yang berfungsi dalam mengendalikan emosi dan motivasi.
2. Timbulnya penghambatan terhadap *system maturation* (sistem pematangan) yang berada dalam saraf pusat. Gangguan ini akan mempengaruhi kematangan pertumbuhan perilaku yang cukup tinggi.

Dengan demikian, akibat dari malfungsi pada salah satu bagian otak akan membuat anak melakukan kegiatan tanpa tujuan.

b) Faktor Genetik dan Keturunan

Faktor genetik dipandang sebagai salah satu penyumbang timbulnya GPPH. Hal ini dapat terlihat pada keluarga yang pecandu alkohol, sociopath, histeris atau pada orangtua yang mengalami gangguan psikiatri lainnya. Di samping itu faktor genetik juga dapat ditemukan pada bayi-

bayi yang sangat aktif sejak lahir, yang terlihat dari tingkat aktivitas yang sangat tinggi, emosinya labil, pola tidur yang tidak teratur.

c) Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang berpengaruh terhadap timbulnya GPPH adalah karena tindakan-tindakan atau keadaan yang kurang memadai dari orangtua terhadap anak. Adapun tindakan tersebut antara lain:

1. Stimulus dari lingkungan yang kurang memadai, misal orangtua yang tidak pernah melakukan kontrol, sering mencela, dan bersikap menolak terhadap tindakan anak.
2. Tanggapan dari orang-orang dewasa terhadap tindakan anak yang tidak tepat.
3. Jumlah anggota keluarga yang terlalu besar.
4. Lingkungan keluarga yang mengalami *social disability* (tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan masyarakat). Lingkungan sosial merupakan faktor sekunder yang dapat menimbulkan simptom agresif.
5. Pola asuh keluarga yang kurang tepat.

d) Trauma Prenatal Melahirkan (natal) dan Pasca Natal

Ibu mengkonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan selama hamil akan berdampak terhadap lemahnya perhatian dan pemusatan perhatian anak mereka pada usia 4 tahun. Berkaitan dengan makanan, kekurangan vitamin B dapat menyebabkan masalah-masalah pemusatan perhatian. Kelahiran prematur, berat badan ibu yang turun selama kehamilannya, *anoxia* (kekurangan cadangan oksigen ke otak, selama

kehamilan atau setelah lahir) atau luka fisik serius, bisa mempengaruhi kemampuan mempertahankan perhatian pada anak.

e) Gangguan Otak di Bagian Depan

Otak bagian depan (*lobus frontalis*) yang berfungsi mengontrol proses berfikir dan mempengaruhi perilaku. Jika bagian ini yang mengalami kerusakan maka si anak akan berperilaku tidak terkontrol.

Hal senada juga dikemukakan Irwanto Prayitno (2002) dalam Tin Suharmini (2005:47) yang mengemukakan empat faktor penyebab anak GPPH yaitu:

1. Kerusakan otak yang banyak berkaitan dengan faktor genetik.
2. Penyakit-penyakit tertentu yang menyerang terutama pada balita.
3. Kondisi prenatal (dalam kandungan).
4. Kondisi sesudah lahir.

D.S. Prasetyono (2008:102) menyatakan bahwa ADHD merupakan status kelainan yang bersifat *multifactorial*. Banyak faktor yang dianggap sebagai penyebab gangguan ini, diantaranya adalah faktor genetis, perkembangan otak saat kehamilan, perkembangan otak saat prenatal, tingkat kecerdasan (IQ), terjadi disfungsi metabolisme, serta ketidakaturan hormonal, lingkungan fisik, sosial dan pola pengasuhan anak oleh orang tua, guru dan orang-orang yang berpengaruh di sekitarnya.

3. Gejala-gejala GPPH

Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM IV), West Wood (1995) dalam Marlina (2008:4-9) ada tiga gejala utama

GPPH yaitu:

a) Inatensivitas

Yakni tidak ada perhatian atau tidak menyimak. Penderita mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian terhadap sesuatu yang sedang dihadapinya. Ciri-cirinya yaitu:

- 1) Gagal menyimak hal yang rinci
- 2) Sulit bertahan pada satu aktivitas
- 3) Tidak mendengarkan sewaktu diajak berbicara
- 4) Sering tidak mengikuti instruksi
- 5) Kesulitan mengatur jadwal tugas dan kegiatan
- 6) Sering menghindar dari tugas yang memerlukan perhatian lama
- 7) Sering kehilangan barang yang dibutuhkan untuk tugas.
- 8) Sering beralih perhatian oleh stimulus dari luar
- 9) Sering pelupa dalam kegiatan sehari-hari.

b) Impulsivitas

Yaitu tidak sabaran atau ketidakmampuan untuk mengontrol perilaku dan cenderung menuruti dorongan hati. Impulsif ini bisa berupa impulsif motorik, dan impulsif verbal atau kognitif, dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Sering memberi jawaban sebelum pertanyaan selesai.
- 2) Sering mengalami kesulitan menunggu giliran.
- 3) Sering memotong atau menyela pembicaraan lain.
- 4) Sembrono, melakukan tindakan berbahaya tanpa pikir panjang.
- 5) Sering berteriak di kelas

- 6) Tidak sabaran
- 7) Usil, suka mengganggu siswa lain
- 8) Permintaannya harus segera dipenuhi
- 9) Mudah frustrasi dan putus asa

c) *Hiperaktivitas*

Yaitu suatu kecenderungan perilaku dalam melakukan aktivitas secara berlebihan atau tidak bisa diam, baik motorik maupun verbal, dengan ciri-ciri:

- 1) Sering menggerakkan kaki atau tangan dan sering menggeliat
- 2) Sering meninggalkan tempat duduk di kelas
- 3) Sering berlari dan memanjat
- 4) Mengalami kesulitan melakukan kegiatan dengan tenang
- 5) Sering bergerak seolah diatur oleh motor penggerak
- 6) Sering berbicara berlebihan

Dengan demikian, menurut DSM IV seorang anak dikatakan ADHD apabila terdapat 6 (enam) gejala atau lebih Inattention dan 6 (enam) gejala atau lebih hiperaktivitas-impulsif. Gejala ini sudah ada pada anak sebelum berusia 7 tahun, dialami pada dua atau lebih suasana yang berbeda seperti di sekolah dan di rumah. Disertai dengan adanya hambatan dalam kehidupan sosial dan akademik atau pekerjaan dan apabila anak hanya terdapat 6 gejala atau lebih pada Inattention saja maka anak tergolong ADD (*Attention Deficit Disorder*) atau Gangguan pemusatan Perhatian.

4. Karakteristik Anak GPPH

Karakteristik merupakan gejala perilaku yang ditampilkan dalam kehidupan sehari-hari oleh seseorang. Berkaitan dengan karakteristik anak GPPH, tentunya merupakan suatu gejala perilaku yang ditampilkan oleh penyandang GPPH. Banyak pendapat ahli tentang karakteristik yang ditampilkan anak GPPH, tapi tidak semua gejala itu ada pada anak GPPH. Berikut beberapa pendapat ahli tentang karakteristik anak GPPH:

Tin Suharmini (2005:15) mengatakan ada tiga karakteristik anak GPPH, yaitu :

a) Ciri-ciri primer

Adalah karakteristik pokok anak hiperaktif yaitu: dapat atau tidak mampu memperhatikan, impulsif kontrol perilaku rendah dan aktivitasnya tinggi.

b) Ciri-ciri sekunder

Adalah ciri-ciri sebagai akibat dari karakteristik pokok yaitu agresif, gagal dalam kegiatan sekolah, hubungan dengan teman sebaya kurang baik, koordinasi motorik kurang baik dan kurang dapat disiplin.

c) Ciri-ciri khusus

Adalah ciri-ciri khusus yang dimiliki anak hiperaktif seperti tidak dapat diajak berpikir berat, sulit tidur dan sebagainya.

Soerai (1994) dalam Marlina (2008:6) mengemukakan karakteristik GPPH/ADHD sebagai berikut:

1. Memfokuskan terhadap hal- hal yang tidak perlu.
2. Sulit membedakan suara dan pusat rangsangan.

3. Tidak mampu bereaksi secara reflek.
4. Lemah dalam memodulasi aktivitas , gelisah dan resah.
5. Sulit mencapai suatu kepuasan dan kemantapan, selalu berkeinginan , tidak tenang, suka menjerit dan merengek, rewel.
6. Lemah terhadap respon sanjungan dan hukuman.
7. Mudah lelah, sulit untuk tetap tegar dan giat, sering menguap.
8. Sulit tidur di malam hari.
9. Sulit menyelesaikan tugas.
10. Sulit bergaul, kurang perhatian.
11. Sulit mengembangkan minat mainan dan keterampilan.
12. Disfungsi perkembangan, lambat maturasi syaraf.

Sementara itu Indria Laksmi Gamayanti (2000) dalam Tin Suharmini (2005:8), karakteristik GPPH antara lain: kaki dan tangan tidak dapat diam (banyak bergerak di tempat duduk), sering berdiri atau berjalan pada waktu atau situasi yang menuntut untuk duduk seperti di dalam kelas, kelihatan gelisah, mengalami kesulitan untuk bermain dengan tenang dan santai, selalu bergerak seperti digerakkan oleh mesin penggerak dan sering bicara terlalu banyak.

Dari penelitian yang dilakukan Tin Suharmini (2005:8) sebagaimana yang terdapat dalam bukunya penanganan anak hiperaktif, mengemukakan karakteristik anak hiperaktif (GPPH) sebagai berikut:

- a) Mengganggu situasi kelas
- b) Daya konsentrasi rendah
- c) Inmpulsif

- d) Koordinasi motorik rendah
- e) Mudah beralih perhatian

5. Tipe-tipe GPPH

Secara umum ada empat dasar penggolongan anak GPPH sebagaimana yang dikemukakan Marlina (2008: 9-14), yaitu:

- a) Penggolongan berdasarkan gejala-gejala perilaku

Ada tiga, yaitu:

1. *Predominantly Inattentive* (kecenderungan kurang perhatian)
2. *Predominantly Hyperactive-Impulsive Type* (kecenderungan dominasi hiperaktif-impulsif)
3. *Combined type* (tipe kombinasi) yang merupakan gabungan dari ketiganya.

- b) Penggolongan berdasarkan jenis kelainan perilaku

Busono (1989) menyebutkan GPPH dengan sebutan hiperaktif dan ia mengemukakan 3 bentuk hiperaktif yaitu :

1. Hiperaktif sensoris

Disebabkan adanya kelainan atau cedera otak, penderitanya tidak sanggup merespon segala sesuatu yang tidak perlu. Setiap rangsangan yang datang dapat mengalihkan perhatiannya.

2. Hiperaktif motoris

Terjadi karena adanya gangguan neurologis atau disebut juga disinhibisi motoris yang merupakan ketidakmampuan untuk bertahan terhadap rangsangan yang menimbulkan respon motorik.

3. Hiperaktif campuran

Yaitu tipe hiperaktif motoris yang diikuti oleh gejala hiperaktif sensoris

c) Penggolongan berdasarkan penyebab

1. Tipe GPPH yang disebabkan gangguan neurologis
2. Tipe GPPH yang disebabkan didalamnya faktor genetika dan faktor neurologis.
3. Tipe GPPH yang disebabkan karena faktor psikogen.

Tipe ini disebabkan karena faktor lingkungan misal pola asuh orangtua.

d) Penggolongan berdasarkan berat ringannya penyimpangan perilaku

1. Tipe GPPH berat

Sering disebut dengan hiperkinetik, ada 3 tipe hiperkinetik:

1) *Simple disturbance of activity and attention*

Yakni daya perhatian sangat rendah, perilaku kacau, aktivitas sangat tinggi.

2) *Hyperkinestetic with developmental delay*

Yaitu berkaitan dengan gangguan bicara, gangguan koordinasi motorik dan gangguan akademik.

3) *Hyperkinetic conduct disorder*

Yaitu berkaitan dengan gangguan perilaku yang tidak disebabkan faktor perkembangan.

2. Tipe GPPH ringan, yaitu penderitanya masih bisa mengontrol perilaku.

Dari sekian banyak pengolongan anak GPPH, yang paling sering digunakan untuk pengelompokan anak GPPH adalah penggolongan berdasarkan gejala perilaku, yaitu berupa gejala kurang perhatian, hiperaktif-impulsif serta tipe kombinasi yang merupakan gabungan dari ketiganya gejala perilaku tersebut.

C. Bermain

1. Hakikat Bermain

Manusia bermain di sepanjang rentang kehidupannya. Bagi seorang anak, bermain penting bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Melalui bermain akan dapat mengembangkan kemampuan motorik, kemampuan kognitif serta dapat menyalurkan energi berlebih yang dimiliki anak. Tadkiroatun Masfiroh (2008:1) mendefinisikan bermain adalah kegiatan yang dilakukan atas dasar kesenangan, sukarela tanpa paksaan serta tanpa mempertimbangkan hasil akhir Hurlock (1995:320), mengemukakan bermain merupakan aktivitas untuk mendapatkan kegembiraan atau kesenangan tanpa memikirkan hasil akhir, dilakukan tanpa paksaan dari luar serta dilakukan dengan senang hati..

Selain itu beberapa ahli juga memberikan definisi bermain (dalam Irdamurni (2004:153-154), yaitu :*pertama*, Huzinga (1992) memberikan batasan bahwa bermain merupakan tindakan atau kesibukan sukarela yang dilakukan dalam batas-batas tempat, waktu, berdasarkan aturan-aturan yang mengikat dengan tujuan yang ada dalam dirinya sendiri, disertai dengan perasaan tegang dan senang, dengan artian bahwa bermain merupakan kegiatan yang lain dari kehidupan biasa. *Kedua*, Johnson dan Ershler (1991) berpendapat bahwa bermain

sebagai perilaku yang di dorong oleh motivasi instrinsik (dari dalam), memiliki kegiatan secara bebas, berorientasi pada proses dan mendapatkan kesenangan dalam melakukan kegiatan tersebut.

Dari beberapa definisi tersebut dapat dimaknai bahwa bermain adalah suatu tindakan atau perilaku berupa kesibukan yang dilakukan karena kesenangan, tanpa paksaan namun dalam batas-batas tempat, waktu, berdasarkan aturan yang mengikat namun menyenangkan dan berguna bagi perkembangan anak.

2. Ciri-ciri bermain

Kegiatan bermain memiliki beberapa ciri-ciri. Sebagaimana yang dikemukakan Tadkiroatun Masfiroh (2008:4) bahwa kegiatan bermain hendaknya mengandung unsur:

- a. Menyenangkan dan menggembirakan bagi anak, anak menikmati kegiatan bermain tersebut, mereka tampak riang dan senang.
- b. Dorongan bermain muncul dari anak bukan paksaan dari orang lain.
- c. Anak melakukan secara spontan dan sukarela dan tidak merasa diwajibkan.
- d. Anak terlibat aktif bersama-sama
- e. Anak berlaku pura-pura memerankan sesuatu.
- f. Aturan sesuai kebutuhan anak.
- g. Anak berlaku aktif.
- h. Fleksibel (anak bebas memilih).

Selain itu, di dalam bermain menurut Tadkiroatun masfiroh (2008:2) hendaklah mencakup tiga hal yaitu; keikutsertaan dalam kegiatan, aspek afektif, dan orientasi tujuan. Dengan demikian kegiatan bermain merupakan kegiatan yang mampu membuat anak senang. Dunia anak adalah dunia bermain, sehingga bermain merupakan pintu masuk yang paling mudah ke dunia anak.

Bermain bisa dijadikan sebagai salah satu upaya untuk menangani permasalahan perilaku yang dialami anak, membentuk perilaku-perilaku yang diharapkan, seperti membiasakan anak dapat berperilaku sesuai aturan-aturan dan harapan masyarakat, pengembangan hubungan sosial, rasa diterima, kerjasama dan lain sebagainya. Dasar kegiatan bermain ini adalah dari teori psikoanalisa yang di kemukakan Sigmund Freud (Irdamurni:154, freud lebih menekankan pada ketidaksadaran. Dikatakan bahwa perilaku manusia itu merupakan ekspresi dari ketidaksadaran. Apa yang dilakukan anak-anak merupakan refleksi dari situasi kejiwaan. Dengan demikian melalui bermain dapat mengatasi permasalahan perilaku yang dialami anak, dengan bermain mereka secara tak sadar sesungguhnya sedang berupaya untuk keluar dari permasalahan yang dialaminya.

3. Bermain Memilah Biji-bijian

a) Hakekat Biji-bijian

Dalam kamus Sains Bergambar karangan Arthur Godman (1996:72) mengartikan biji adalah “Badan kecil yang dihasilkan oleh bunga tumbuhan, dari sinilah tumbuhan baru bertumbuh”. Istilah biji-bijian merupakan bentuk majemuk untuk mengatakan dalam jumlah yang banyak. Sementara itu dalam Sains kelas VI SD karangan Haryanto (2004:50) menyatakan “Biji merupakan calon

tumbuhan baru”. Berdasarkan perkembangbiakannya biji-bijian dibedakan menjadi dua yaitu, biji berkeping satu (*monocotil*) seperti biji gandum dan berkeping dua (*dicotil*) seperti biji kacang kedele.

Di alam ini banyak terdapat bermacam biji-bijian, mulai dari yang berukuran kecil sampai yang berukuran besar. Beberapa diantara banyak jenis biji-bijian itu adalah seperti biji bayam, biji gandum, biji kacang merah (kacang tanah), biji kacang kedele, biji jagung, biji mangga, biji kedondong, biji sawo, biji kakao dan lain sebagainya. Melalui biji-bijian ini setiap tumbuhan yang ada di alam dapat tumbuh dan berkembangbiak. Di samping itu biji-bijian juga dapat dimanfaatkan oleh manusia sebagai bahan makanan. Sebagai bahan makanan biji-bijian bermanfaat untuk kesehatan tubuh, karena di dalam biji-bijian terkandung berbagai vitamin yang bermanfaat bagi tubuh. Seperti biji kacang hijau yang mengandung vitamin E berguna untuk kesehatan kulit serta biji gandum yang mengandung karbohidrat serta bermanfaat untuk penambah tenaga (energi).

b) Memilah Biji-bijian

Memilah biji-bijian berdasarkan jenis dan warna merupakan kegiatan yang memerlukan ketenangan dan pemusatan perhatian. Kegiatan ini dilakukan sambil bermain. Anak GPPH mengalami permasalahan perilaku yaitu tidak dapat melakukan aktivitas dengan tenang, dalam belajar sering meninggalkan tempat duduk di kelas serta lemah dalam memusatkan perhatian (D.S. Prasetyono, 110). Maka dari itu seorang guru hendaklah mampu menciptakan kegiatan yang dapat mengurangi perilaku anak yang tidak terkontrol tadi dengan kegiatan yang dapat membuatnya terlatih untuk dapat melakukan kegiatan dengan tenang, tidak sering

keluar masuk kelas (terkontrol) serta mampu memusatkan perhatian dalam waktu yang cukup lama seperti dalam belajar di kelas, sehingga ia dapat belajar dengan baik dan kegiatan pembelajaran dapat pula berlangsung dengan efektif.

c). Keunggulan dan Kelemahan Kegiatan Bermain Memilah Biji-bijian

Penggunaan biji-bijian sebagai alat bermain khususnya dalam kegiatan memilah biji-bijian yang dilakukan oleh siswa memiliki beberapa keunggulan, yakni:

a. *Dapat mengembangkan kecerdasan naturalis anak*

Biji-bijian merupakan benda alam yang mudah ditemukan. Melalui kegiatan memilah biji-bijian siswa mengenal biji-bijian yang terdapat di alam, mengetahui kegunaan dan manfaat yang terkandung di dalamnya, serta pada tingkat yang lebih tinggi siswa dapat mengetahui bagaimana menyemai, merawat dan mengetahui pula perkembangbiakan biji-bijian tersebut (Tadkiroatun Musfiroh, 2008:86).

b. *Melatih kemampuan mengklasifikasi*

Latihan memilah biji-bijian menurut jenis dan warna, menuntut anak untuk dapat melakukan pengklasifikasian biji-bijian yang sudah dicampur.

c. *Melatih konsentrasi dan ketenangan dalam melakukan kegiatan (belajar)*

Dalam latihan memilah biji-bijian memerlukan konsentrasi untuk dapat memindahkannya ke wadah tersendiri menurut jenis dan warna. Aneka warna yang dicampur membuat siswa tertarik untuk memilah biji-bijian dan jika siswa sudah tertarik diharapkan ia akan senang melakukannya dan dapat pula bertahan lama dalam melakukan kegiatan tersebut. Dengan

terbiasanya siswa dalam melakukan kegiatan yang menuntut mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama maka siswa diharapkan dapat belajar dengan tenang di kelas serta perilaku-perilaku yang tidak terkontrol seperti perilaku hiperaktif dapat dikurangi (<http://www.kompas.com/kompas.cetak.htm>).

d. *Melatih koordinasi visual-motor*

Memilah biji-bijian dapat melatih kemampuan siswa dalam koordinasi antara visual (penglihatan) dengan gerak tangan (motorik) dalam memindahkan biji-bijian menurut jenis dan warna. Selain itu dapat melatih kemampuan motorik halus siswa melalui kegiatan mengambil dan memindahkan biji-bijian.

e. *Menyalurkan energi berlebih pada anak GPPH*

Dari pada anak melakukan kegiatan yang tidak menentu seperti pada anak GPPH. Memilah biji-bijian merupakan salah satu alternatif penyaluran energi yang berlebih pada anak GPPH. Sehingga perilaku yang tidak terkontrol seperti perilaku hiperaktif dan kegiatan yang kurang bermanfaat dialihkan kepada kegiatan memilah biji-bijian yang menuntut anak untuk dapat mengontrol perilaku dan mempertahankan perhatian. Dengan anak terbiasa dan terlatih melakukan kegiatan yang bermanfaat perilaku hiperaktif yang tidak terkontrol selama ini dapat diminimalisir (dikurangi).

f. *Mengenalkan konsep warna, bentuk dan jenis*

Biji-bijian yang dipilah terdiri dari aneka jenis warna, bentuk dan jenis yang berbeda. Untuk anak prasekolah seperti di Taman Kanak-Kanak

kegiatan ini dapat diberikan dalam rangka penanaman konsep warna dengan benda konkrit.

g. *Melatih kemampuan berhitung*

Kegiatan memilah biji-bijian dapat dilakukan sambil menghitung setiap biji-bijian yang diambil dan dipindahkan. Dengan kegiatan ini anak terlatih dalam kemampuan berhitung atau membilang benda riil (Tadkiroatun Musfiroh, 2008:138).

Selain keunggulan terdapat pula beberapa kelemahan pada kegiatan bermain memilah biji-bijian ini, yaitu: pemberian biji-bijian yang sama terus menerus pada setiap pertemuan akan membuat anak menjadi bosan dan jenuh. Serta apabila ukuran biji-bijiannya terlalu kecil akan menyulitkan bagi anak

Agar siswa tidak bosan memilah biji-bijian ini, maka untuk menanggulangnya diperlukan variasi jenis-jenis biji-bijian. Metode pemberiannya juga perlu divariasikan, tidak hanya memilah, tetapi juga bisa menempel biji-bijian yang sejenis pada gambar. Sehingga dari hasil menempelkan ini anak juga bisa menghasilkan suatu karya seni dari kegiatan yang dilakukannya. Selain itu dalam menetapkan biji-bijian yang akan di gunakan diperlukan kriteria sebagai berikut:

1. Biji-bijian yang digunakan mudah ditemukan.
2. Ukuran bijian tidak terlalu kecil, karena ini akan menyulitkan. Minimal sebesar biji tasbih.
3. Pilih biji-bijian yang berwarna menarik.

d). Langkah-langkah kegiatan memilah biji-bijian

Memilah biji-bijian merupakan kegiatan yang bisa dilakukan sambil bermain. Langkah kegiatannya cukup sederhana. Adapun langkah-langkah dalam kegiatan memilah biji-bijian ini adalah:

1. Persiapan

- a. Sediakan satu buah mangkok berukuran besar dan empat buah berukuran sedang. Tata mangkok tersebut di atas meja atau di lantai.



Gambar 2.1. Peralatan Memilah Biji-bijian

- b. Empat jenis biji-bijian/lebih, berukuran hampir sama, dengan jenis dan warna yang berbeda (jumlah seimbang dan tidak dibatasi).



Gambar 2.2. Empat Jenis Biji-bijian

- c. Isi mangkok yang berukuran besar dengan empat jenis biji-bijian yang sudah dicampurkan.



Gambar 2.3. Biji-bijian yang dicampur

2. Pelaksanaan

- a. Sebelum memulai terlebih dahulu memberikan penjelasan kepada anak tentang kegiatan yang akan ia lakukan dan dilanjutkan dengan meminta siswa mulai melakukan kegiatan memilah biji-bijian.



Gambar 2.4. Peneliti Menjelaskan Kepada Anak tentang Kegiatan yang Akan Dilakukan

- b. Anak (siswa) melakukan kegiatan memilah biji-bijian di bawah bimbingan guru. Bisa dilakukan di atas meja dengan cara duduk di bangku atau sambil duduk di lantai (posisi yang nyaman bagi anak).



Gambar 2.5. Posisi Duduk Anak Saat Bermain Memilah Biji-bijian

- c. Anak mengambil biji-bijian satu persatu dengan jari untuk selanjutnya dipindahkan ke masing-masing mangkok yang telah tersedia menurut jenis dan warnanya.



Gambar 2.6. Anak Sedang Bermain Memilah Biji-bijian

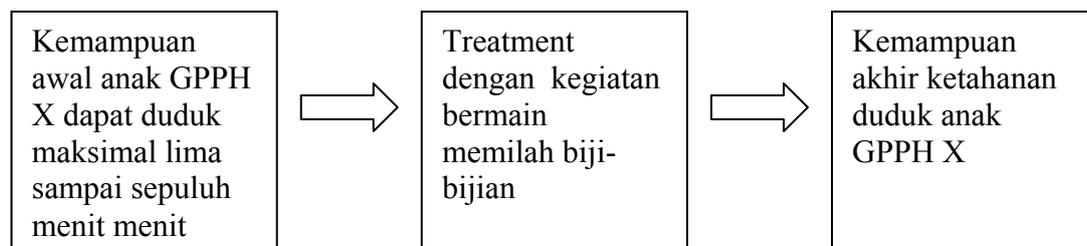
- d. Berikan latihan ini secara kontiniu minimal 15 menit per hari, lakukan sambil mengajak anak bermain biji-bijian. Untuk mengatasi kebosanan, biji-bijian yang digunakan bisa divariasikan dengan biji-bijian lain atau bisa juga menggunakan mutiara aneka warna atau manik-manik.

Dengan demikian kegiatan memilah biji-bijian merupakan suatu kegiatan modifikasi perilaku yaitu dapat melatih ketahanan duduk anak dalam melakukan setiap aktivitas terutama dalam belajar. Hal ini juga sesuai dengan prinsip perilaku menurut pandangan psikologi behaviorisme yang memandang bahwa “perilaku manusia dapat diubah atau di modifikasi dengan memberikan stimulus dalam lingkungannya, stimulus tersebut dapat berupa; manusia, benda atau kejadian” (Juang Sunanto:2005:3). Prinsip ini juga merupakan dasar dari pelaksanaan modifikasi perilaku itu sendiri.

D. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual merupakan pola pikir peneliti dalam melakukan suatu penelitian. Adapun kerangka pikir peneliti dalam penelitian ini adalah seorang anak GPPH yang tidak dapat duduk tenang, bisa duduk maksimal lima sampai sepuluh menit, sering meninggalkan tempat duduk di kelas, berjalan kesana kemari, berlari-lari tanpa kenal lelah, kemampuan memperhatikan rendah terkadang mengganggu teman dalam belajar dan guru kelas sulit memberikan pembelajaran dengan baik padanya. Maka salah satu upaya untuk meningkatkan ketahanan duduk anak tersebut anak GPPH X tersebut adalah melalui bermain memilah biji-bijian yang dicampur untuk kemudian dipindahkan ke dalam wadah

tersendiri menurut jenis dan warna. Dengan kegiatan ini diharapkan anak GPPH X dapat bertahan lama dalam belajar di kelas. Untuk lebih jelasnya kerangka konseptualnya dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2.7 Kerangka Konseptual Penelitian

Kerangka konseptual tersebut menggambarkan bahwa peneliti melihat kemampuan awal anak GPPH dalam ketahanan duduk yaitu tidak dapat duduk tenang, bisa duduk maksimal lima menit sampai sepuluh menit, sering meninggalkan tempat duduk di kelas, berjalan-jalan di kelas, terkadang mengganggu teman dalam belajar. Kemudian diberikan perlakuan kegiatan memilah biji-bijian yang dicampur, kemudian dipindahkan kedalam masing-masing wadah menurut jenisnya. Melalui kegiatan ini diharapkan anak GPPH X memiliki ketahanan duduk yang konsisten saat belajar maupun dalam melakukan aktivitas yang memerlukan kemampuan duduk lama.

E. Hipotesis

Menurut Suharsimi Arikunto (2005:55) hipotesis dapat diartikan sebagai “ jawaban sementara yang dibuat oleh peneliti bagi problematika yang diajukan dalam penelitiannya dan akan diuji kebenarannya dengan data yang dikumpulkan dalam penelitian“. Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu:

“Bermain memilah biji-bijian dapat meningkatkan ketahanan duduk anak GPPH X kelas III di SLB Wacana Asih Padang “.

Hipotesis tersebut diterima apabila ketahanan duduk anak saat belajar di kelas maupun ketika sedang melakukan suatu kegiatan menunjukkan peningkatan yang ditandai dengan lamanya anak mampu bertahan duduk yaitu antara 25-30 menit atau lebih, serta tercapainya enam hingga sepuluh indikator ketahanan duduk. Dan ditolak apabila ketahanan duduk anak tidak menunjukkan peningkatan serta tidak tercapainya indikator yang diharapkan

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada Bab IV dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan ketahanan duduk anak GPPH X dalam belajar melalui bermain memilah biji-bijian di SLB Wacana Asih Padang.

Memilah biji-bijian berdasarkan jenis dan warna merupakan kegiatan yang menggunakan prosedur perubahan perilaku untuk membantu individu keluar dari permasalahan perilaku yang dialaminya. Kegiatan bermain memilah biji-bijian berdasarkan jenis dan warna terbukti bisa meningkatkan ketahanan duduk anak GPPH X. Dalam kegiatan bermain memilah biji-bijian ini, banya variasi kegiatan yang dapat dilakukan anak diantaranya; memilah biji-bijian dari alam seperti kacang tanah, biji jagung, kacang hijau dan kacang kedele yang dicampur kemudian dipindahkan ke dalam wadah tersendiri berdasarkan jenis dan warnanya, memilah biji-bijian mutiara (manik-manik), meronce manik-manik berdasarkan kesamaan mutiara serta menempel biji-bijian pada gambar dua dimensi. Dimana semua kegiatan ini memerlukan ketenangan, pemusatan perhatian dan ketahanan duduk.

Banyaknya pengamatan pada kondisi A adalah sebanyak 6 kali pengamatan dan kondisi B sebanyak 10 kali pengamatan. Berdasarkan pengamatan tersebut hasilnya menunjukkan variabel meningkat. Hal ini dapat digambarkan bahwa bermain memilah biji-bijian. Hari keduanya juga masih

meminta untuk melakukan kegiatan memilah biji-bijian dan hari-hari berikutnya tidak lagi. Saat belajar di kelas anak sudah mampu bertahan duduk lama sampai dengan satu jam pelajaran, dapat mengikuti pelajaran secara utuh, tidak sering keluar masuk kelas lagi dan proses pembelajaran di kelas dapat terlaksana dengan baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan masukan berupa saran sebagai berikut:

1. Dalam meningkatkan ketahanan duduk anak GPPH X disarankan memberikan kegiatan memilah biji-bijian karena kegiatan memilah biji-bijian bisa meningkatkan ketahanan duduk anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH).
2. Guru yang mengajar anak GPPH hendaknya selalu memberikan pembelajaran yang menarik bagi anak dan jangan melabel anak, karena hal ini dapat mempengaruhi kemauan anak dalam belajar.
3. Kepada sekolah hendaknya di dalam pembelajaran untuk anak GPPH dibimbing secara individual supaya perilaku anak bisa dikontrol.
4. Kepada peneliti selanjutnya bisa memberikan kegiatan memilah biji-bijian untuk mengatasi permasalahan lain yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arthur Godman. (1996). *Kamus Sains Bergambar*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- DEPDIKBUD. (1999). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- D.S Prasetyono. (2008). *Serba-Serbi Anak Autisme dan Gangguan Psikologis Lainnya*. Yogyakarta: Diva Press.
- Elizabeth B. Hurlock. (1995). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
Alih Bahasa Oleh: Meitasari Tjandra dan Muslichah Zarkasih.
- Griya Larasati. (2009). *Artikel: Gelombang Otak (Bag.2) dan Konsentrasi Belajar Murid*. Tersedia dalam <http://griyalarasati.blogspot.com>. Diakses tanggal 26 Maret 2009.
- Haryanto. (2004). *SAINS Untuk Sekolah Dasar Kelas VI*. Jakarta: Erlangga.
- Iim Imandala. (2008). *Artikel: Menangani Anak Hiperaktif di Kelas*. Tersedia dalam <http://www.plbjabar.com>. diakses tanggal 26 Maret 2009.
- Irdamurni. (2004). *Bahan Ajar Mata Kuliah: Pembelajaran ABK 2*. Padang: PLB FIP UNP Padang.
- Juang Sunanto. (2000). *Single Subject Research*. Makalah disampaikan pada seminar sehari Jurusan PLB FIP UNP Pada tanggal 11 November 2000.
- _____ (2000). *Pengantar penelitian Dengan Subyek Tunggal*. CRICED University of Tsukuba.
- Joko Susilo.(2008).*Artikel:Makalah Psikologi Tentang Belajar*. Tersedia dalam <http://anakciremai.blogspot.com/2008/1> diakses tanggal 25 Maret 2009
- Marlina. (2008). *Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas pada Anak*. Padang: UNP Press.
- Mif Baihaqi dan M. Sugiarmun. (2006). *Memahami dan Membantu Anak ADHD*. Bandung: Refika Aditama.
- Nana Sudjana. (2004). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.