

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **21 Konsentrasi Belajar Anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*)**

##### **2.1.1 Pengertian Konsentrasi Belajar**

Konsentrasi menurut KBBI adalah pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal. Belajar menurut KBBI merupakan berusaha memperoleh ilmu. Menurut Chaplin (dalam Desmita, 2017) atensi adalah konsentrasi terhadap aktivitas mental. Sedangkan menurut Nusufi (dalam Pratisi, 2018) istilah perhatian dan konsentrasi sering di anggap sebagai suatu hal yang sama, padahal keduanya merupakan dua hal yang berbeda. Konsentrasi merupakan pemusatan perhatian dalam jangka waktu lama. Konsentrasi juga dapat di artikan sebagai kemampuan memusatkan perhatian dalam jangka waktu lama untuk menyelesaikan tugas tanpa merasa terganggu oleh stimulus dari luar maupun dari dalam individu.

Konsentrasi yaitu memusatkan pikiran pada situasi dan kondisi dalam belajar. Konsentrasi menghasilkan pemahaman dan kesan yang baik sehingga pelajaran yang dipelajari tidak mudah lupa. Konsentrasi merupakan salah satu cara untuk memusatkan perhatian pada obyek yang dipelajari (Idrus, 2018). Menurut Parnawi (2019) konsentrasi merupakan suatu kemampuan untuk memfokuskan pikiran, perasaan, kemauan, dan segenap panca-indra ke satu objek di dalam satu aktivitas tertentu, dengan disertai usaha untuk tidak memedulikan objek-objek lain yang tidak ada hubungannya dengan aktivitas itu. Menurut Alferd Binet (dalam Susanto, 2011) konsentrasi adalah kemampuan memusatkan pikiran kepada suatu masalah yang harus dipecahkan. Menurut Olivia (2010) konsentrasi merupakan pemusatan perhatian dan kesadaran sepenuhnya kepada bahan pelajaran yang sedang di pelajari.

Menurut Charles E. Skinner (dalam Dalyono, 2015) belajar adalah proses penyesuaian tingkah laku ke arah yang lebih maju. Menurut R. Gagne belajar adalah suatu proses untuk memperoleh motivasi dalam pengetahuan keterampilan, kebiasaan dan tingkah laku dan menurut Howard L. Kingskey, belajar adalah proses tingkah laku dalam arti luas ditimbulkan atau di ubah melalui praktik dan latihan (Jahja, 2011).

Konsentrasi belajar adalah pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang di pelajari dengan menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari. Konsentrasi belajar

itu tidak datang dengan sendirinya atau bukan dikarenakan pembawaan bakat seseorang yang di bawa sejak lahir, melainkan konsentrasi belajar itu harus di ciptakan dan direncanakan serta di jadikan kebiasaan belajar (Surya, 2010). Menurut Dimiyati & Mudjiono (2015) konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran dan pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian, memfokuskan pikiran, perasaan, kemauan, dan segenap panca-indra pada suatu objek yang dipelajari dengan menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari.

### **2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar**

Menurut Surya (2010) untuk mengembangkan konsentrasi belajar harus mengetahui terlebih dahulu faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar antara lain:

#### 1. Kesiapan belajar (*ready learning*)

Sebelum melakukan aktivitas belajar ada dua hal yang harus diperhatikan, yaitu kondisi fisik dan psikis. Kondisi fisik harus bebas dari gangguan penyakit, kurang gizi, dan rasa lapar. Kondisi fisik harus steril dari gangguan konflik kejiwaan, tekanan masalah atau ketegangan emosional, seperti gelisah, takut, cemas, kecewa, marah, benci, dan dendam.

#### 2. Cara belajar yang baik

Cara belajar yang baik tentunya harus memuat tujuan yang hendak di capai dan cara-cara menghidupkan dan mengembangkan rasa ingin tahu.

#### 3. Belajar aktif

Belajar aktif akan menjadi subjek dalam belajar, harus mampu menyusun kerangka berpikir, sikap maupun perbuatan secara sistematis dalam belajar.

#### 4. Perlu disediakan waktu untuk menyegarkan pikiran (*refreshing*) saat menghadapi kejemuhan belajar

Menurut Parnawi (2019) faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar sebagai berikut:

1. Faktor internal

Faktor ini merupakan faktor yang berasal dari dalam individu itu sendiri. Faktor internal terdiri dari faktor biologis dan faktor psikologis. Faktor biologis meliputi segala hal yang berhubungan dengan keadaan fisik atau jasmani yang diperlu diperhatikan sehubungan dengan faktor biologis ini diantaranya kondisi fisik yang normal dan kondisi kesehatan fisik. Faktor psikologis, meliputi beberapa hal di antaranya intelegensi, kemauan, daya ingat dan bakat.

2. Faktor Eksternal

Faktor eskternal merupakan faktor yang bersumber dari luar individu itu sendiri. Faktor eksternal meliputi faktor lingkungan keluarga, faktor lingkungan sekolah, faktor lingkungan masyarakat dan faktor waktu.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar terdiri dari kesiapan belajar, cara belajar yang baik, belajar aktif serta dipengaruhi faktor internal yang berasal dari dalam individu itu sendiri dan faktor eksternal yang bersumber dari luar indivitu itu sendiri.

Menurut Surya (2015) faktor penyebab gangguan konsentrasi belajar dapat di bedakan sebagai berikut:

1. Gangguan Eksternal

Merupakan gangguan belajar dari luar yang berkaitan dengan indra, seperti penglihatan, pendengaran dan penciuman. Faktor penyebab gangguan dari luar ini berkaitan dengan kondisi suasana tempat belajar, seperti suara hiruk-piruk kendaraan, suara musik yang keras, suara TV, suara orang yang sedang bertengkar dan lain-lain dapat memengaruhi perhatian dan kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi belajar.

2. Gangguan Internal

Gangguan belajar yang datang dari dalam diri sendiri ini bisa berasal dari gangguan fisik dan psikis, gangguan tersebut di antaranya adalah gangguan pada kesehatan jasmani, timbulnya perasaan negatif seperti gelisah, tertekan, marah, khawatir, takut, benci dan dendam, lemahnya minat dan motivasi, bersifat pasif dalam belajar serta tidak memiliki kecakapan dalam cara-cara belajar yang baik.

Menurut Olivia (2010) faktor-faktor penyebab gangguan konsentrasi belajar adalah sebagai berikut:

### 1. Faktor internal

Dari dalam diri sendiri, misalnya minat belajar rendah (mata pelajaran di anggap tidak menarik), perencanaan jadwal belajar yang buruk dan kesehatan yang sedang menurun.

### 2. Faktor eksternal

Berupa suasana, perlengkapan, penerangan ruangan, suara dan adanya gambar-gambar yang mengganggu perhatian

Berdasarkan uraian di simpulkan bahwa faktor-faktor penyebab konsentrasi belajar terdiri dari faktor internal yaitu faktor dari dalam diri, fisik dan psikologis seperti minat belajar rendah dan faktor eksternal dari luar yang berkaitan dengan indra, seperti penglihatan, pendengaran dan penciuman.

Menurut pendapat Castle dan Beckler (2009) Konsentrasi sangat penting untuk kinerja yang efektif, jika seorang guru tidak kompeten dalam mengalihkan perhatian dan fokus dapat menyebabkan kehilangan fokus dan akan menciptakan berbagai masalah, adapun Konsentrasi terdiri dari unsur-unsur sebagai berikut:

1. Fokus secara selektif, yaitu mampu menentukan fokus yang diperlukan
2. Mempertahankan fokus, yaitu fokus harus dipertahankan selama periode waktu tertentu
3. Kesadaran akan situasi, yaitu menyadari situasi yang sedang berlangsung
4. Mampu mengubah fokus perhatian, yaitu mampu mengubah fokus perhatian sebagaimana yang diperlukan

Pendapat Lavalley (dalam Castle dan Beckler, 2009) memasukkan unsur tambahan untuk mencapai keberhasilan melalui pembagian waktu. membagi waktu ada kaitannya dengan pengajaran, membagi perhatian antara berbagai kebutuhan siswa dan kebutuhan hubungan kelas dengan rencana pelajaran.

Berdasarkan penjelasan di atas, dalam belajar konsentrasi merupakan hal yang sangat penting agar hasilnya menjadi efektif, konsentrasi terdiri dari unsur-unsur yaitu fokus secara selektif, mempertahankan fokus, kesadaran akan situasi dan mampu mengubah fokus perhatian.

### **2.1.5 ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*)**

Menurut Lestari (2012) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) di definisikan sebagai kondisi medis yang berkaitan dengan disfungsi otak membuat mereka kesulitan mengendalikannya, menghambat perilaku, dan tidak mudah untuk berkonsentrasi pada rentang waktu yang cukup lama. Menurut Kalat (2010) Gangguan pemusatan perhatian atau *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) diartikan kurangnya perhatian, tidak tenang, karakter impulsif, suasana hati mudah berubah, mudah tersinggung, sensitivitas tinggi terhadap stres serta terganggunya kemampuan membuat dan menyusun rencana. Menurut (Pieter dkk, 2011) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) merupakan gangguan yang kerap terjadi pada fase perkembangan anak yang ditandai dengan tingkat IQ normal, mengalami gangguan perhatian dalam rentang yang sangat pendek, impulsif, dan hiperaktif.

Karakteristik ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). ADHD adalah salah satu jenis kesulitan di mana anak-anak secara konsisten menunjukkan satu atau lebih dari karakteristik. Menurut Santrock (2014) ciri anak yang mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) adalah Kurang perhatian, anak yang kurang perhatian mengalami kesulitan saat fokus pada satu hal dan mungkin merasa menemukan bosan dengan satu tugas setelah berselang beberapa menit. Hiperaktif, menunjukkan tingkat aktivitas fisik yang tinggi, hampir semua terlihat sedang bergerak dan *Impulsif*, mengalami kesulitan dalam mengekang reaksi mereka dan kurang dapat berfikir sebelum bertindak. Menurut Lestari (2012) beberapa ciri-ciri ADHD Secara umum, gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) digolongkan menjadi 3, yaitu *Predominantly Hyperactive Impulsive* (hiperaktif dan impulsif) dengan ciri-ciri tidak bisa diam, berlarian dan terburu-buru menjawab walaupun bertanya belum selesai, *Predominantly Inattentive* (tidak bisa memusatkan perhatian) dengan ciri-ciri kesulitan untuk memusatkan perhatian, ceroboh, sering lupa dan belum selesai mengerjakan sesuatu sudah beralih mengerjakan yang lain dan *Predominantly Hyperactive Impulsive and Predominantly Inattentive* (hiperaktif, impulsif, dan tidak dapat memusatkan perhatian) dengan ciri-ciri menunjukkan dari kedua tipe ADHD.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Faron dkk (dalam Lestari, 2012) mengatakan terdapat dua faktor yang memengaruhi munculnya

*Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*, sebagai adalah Faktor Genetika dan Faktor Neurobiologis. Faktor genetika merupakan faktor terpenting dalam memicu gangguan ADHD. Ditemukan bahwa sepertiga dari anggota keluarga *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* memiliki gangguan. Jika orang tua mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* maka anaknya memiliki resiko sebesar 60% mengalami gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Pada anak kembar, jika salah satunya mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* maka saudaranya memiliki resiko sebesar 70-80% terkena gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dan Faktor Neurobiologis, beberapa dugaan dari penelitian tentang neurobiologis ditemukan persamaan antara ciri-ciri yang muncul pada gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dengan yang muncul pada kerusakan fungsi *lobus prefrontal*. Demikian juga penurunan kemampuan pada anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dengan tes neuropsikologis yang di hubungkan dengan fungsi lobus prefrontal. Temuan melalui MRI (semacam pemeriksaan otak), menunjukkan adanya ketidaknormalan pada otak bagian depan.

Menurut Lestari (2012) meskipun penyebab *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* belum dapat diketahui secara pasti, namun perlu diketahui bahwa *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dapat dikurangi gejalanya. Ada empat macam cara yang dapat dilakukan, di antaranya adalah Terapi seperti Terapi medikasi/farmakologi (penanganan yang menggunakan obat-obatan), Terapi nutrisi, Terapi biomedis, Terapi bermain dan memberikan obat (Stimulan, TCA, Catapress (Clinidine). Menurut (Pieter dkk, 2011) penanganan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* di arahkan pada dua bidang, yakni pada intervensi biologis dan psikologis, terapi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* yang efektif adalah terapi obat-obatan (memberikan obat-obatan stimulan, yang bertujuan untuk menstabilkan perasaan) dan terapi perilaku.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* di artikan kurangnya perhatian, tidak tenang, karakter implusif, suasana hati mudah berubah, mudah tersinggung, sensitivitas tinggi terhadap stres serta terganggunya kemampuan membuat dan menyusun rencana.

### 2.1.6 Konsentrasi Belajar dalam Perspektif Islam

Konsentrasi dalam bahasa arab disebut "Iktiros" yang artinya konsentrasi. manusia tidak akan dapat mempelajari sesuatu kalau ia tidak berkonsentrasi maka konsentrasi merupakan unsur yang penting dalam proses pembelajaran. Firman Allah SWT. (QS. al-A'raf: 204) sebagai berikut:

artinya: "Dan apabila dibacakan Al-Qur'an, maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat"

Firman Allah SWT dalam ayat di atas menurut Najati (2010), terkandung makna bahwa menyimak Al-Qur'an dan diam itu mengandung arti memperhatikan ayat-ayat yang dibaca untuk merenungi dan memahaminya serta mempelajari akidah, pengajaran, perintah, larangan, ibrah, dan hikmah yang dikandungnya. Semua itu menunjukkan betapa pentingnya mengkonsentrasikan perhatian dalam proses memahami dan belajar. Sedangkan menurut Al-Ghazali (2019) memperoleh ilmu dapat dilakukan dengan konsentrasi dalam perenungan, sebab merenung menggunakan batin itu memiliki kedudukan yang sama dengan belajar.

Belajar dalam kamus bahasa arab disebut "darasa". Menurut Najati (2010) di antara nikmat Allah kepada manusia adalah memberi kesiapan untuk belajar, memperoleh pengetahuan, dan berbagai kecakapan yang dapat meningkatkan kemampuannya untuk memakmurkan bumi dan untuk mengingatkan betapa pentingnya belajar dalam kehidupan manusia, maka ayat-ayat yang pertama kali diturunkan adalah perintah untuk membaca. Firman Allah SWT. QS. al-,Alaq: 1-5 sebagai berikut:

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ  
الْإِنسَانَ مِنْ عَلَقٍ فَقُلْ  
وَرَبُّكَ أَكْبَرُ فَاقْرَأْ

فإنَّ كَرِيمًا  
الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ  
وَالرَّبُّكَ أَعْلَمُ

Artinya: "bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu Yang menciptakan, Dia telah menciptakan manusia dengan segumpal darah. Bacalah, dan

Tuhanmulah yang paling pemurah, yang mengajar (manusia) dengan perantara kalam. Dia mengajarkan kepada manusia apa yang tidak diketahuinya”.

Dalam surat di atas terdapat petunjuk bahwa Allah memberi kemampuan kepada manusia untuk mempelajari bahasa, membaca, menulis, memberi pengetahuan dan keterampilan yang beragam, memberi petunjuk dan keimanan, serta mengajari sesuatu yang belum diketahuinya (Najati, 2010).

Dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran merupakan urusan dalam menuntut ilmu, maka diperlukan adanya konsentrasi atau memusatkan perhatian pada materi pembelajaran sehingga menyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan pembelajaran.

## **22 Constructive Play Therapy**

### **2.2.1 Pengertian Constructive Play Therapy**

Terapi menurut KBBI adalah usaha untuk memulihkan kesehatan seseorang yang sedang sakit. Menurut Lestari (2012) terapi merupakan cara penting untuk mendukung kebutuhan perkembangan anak berkebutuhan khusus. Konstruktif menurut KBBI adalah bersangkutan dengan konstruksi yang artinya memperbaiki dan membangun. Bermain menurut KBBI adalah melakukan sesuatu untuk bersenang-senang.

Pada dasarnya permainan konstruktif mengandung pengertian yaitu kegiatan anak menciptakan benda-benda simbolik dengan menggunakan bahan seperti cat, kertas, tanah liat dan beragam jenis lainnya (Susanto, 2018). Permainan konstruktif mengkombinasikan permainan sensorimotor/praktis dengan representasi simbolik, bermain konstruktif terjadi ketika anak-anak terlibat dalam kreasi yang bersifat regulasi-diri dari sebuah produk atau solusi dan bermain konstruktif meningkat di masa prasekolah sebagaimana permainan simbolik meningkat dan permainan sensor-motorik menurun serta bermain konstruktif merupakan bentuk bermain yang sering dilakukan di tahun-tahun sekolah dasar, baik di dalam maupun di luar kelas. Sejalan dengan perkembangan kognitifnya anak melakukan permainan konstruktif, kegiatan bermain yang dilakukan anak dengan menyusun balok-balok kecil menjadi suatu bangunan, seperti rumah, menara, dan sebagainya, dan dalam kegiatan bermain ini dapat melatih gerakan motorik halus anak (Jamaris, 2006). Permainan konstruktif meningkat di masa prasekolah, merupakan bentuk permainan

yang sering dilakukan di tahun-tahun sekolah dasar, baik di dalam maupun di luar kelas (Santrock, 2011).

Permainan konstruktif adalah kegiatan yang menggunakan berbagai benda untuk menciptakan suatu hasil karya tertentu dan gunanya untuk meningkatkan kreativitas, melatih motorik halus, melatih konsentrasi, ketekunan dan daya tahan dan yang termasuk dalam kegiatan bermain konstruktif adalah menggambar, menciptakan bentuk tertentu dari lilin mainan, menggunting dan menempel kertas atau kain, merakit kepingan kayu atau plastik menjadi bentuk tertentu (Tedjasaputra, 2001).

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa permainan konstruktif merupakan jenis permainan menggunakan berbagai benda untuk menciptakan suatu karya dan gunanya untuk meningkatkan kreativitas, motorik halus, dan melatih konsentrasi.

### **2.2.2 Teori Belajar Konstruktivisme Vygotsky**

Menurut Upton (2012) Aliran *konstruktivisme* merupakan salah satu aliran dari psikologi kognitif. Aliran *konstruktivisme* meyakini bahwa pembelajaran terjadi saat anak berusaha memahami dunia di sekeliling mereka, anak membangun pemahaman mereka sendiri terhadap dunia sekitar dan pembelajaran menjadi proses interaktif yang melibatkan teman sebaya, orang dewasa dan lingkungan. Sedangkan menurut Suyono dan Hariyanto (2017) *konstruktivisme* adalah sebuah filosofi pembelajaran yang dilandasi premis bahwa dengan merefleksikan pengalaman, kita membangun, menkonstruksi pengetahuan pemahaman kita tentang dunia tempat kita hidup.

Lev Vygotsky dikenal sebagai *a socialcultural constructivist* asal rusia berpendapat bahwa pengetahuan tidak diperoleh dengan cara di alihkan dari orang lain, tetapi merupakan sesuatu yang dibangun dan diciptakan oleh anak, anak melakukan proses konstruksi membangun berbagai pengetahuannya tidak dapat di pisahkan dari konteks sosial di mana anak itu berada. Berhubungan dengan pembentukan pengetahuan, Vygotsky mengemukakan konsep *zone of proximal development* (ZPD) sebagai kapasitas potensial belajar anak yang dapat terwujud melalui empat tahapan ZPD, yaitu pertama, tindakan anak masih dipengaruhi oleh orang lain; kedua, tindakan anak didasarkan atas inisiatif sendiri; ketiga, tindakan anak berkembang spontan dan terinternalisasi dan keempat, tindakan spontan yang di ulang-ulang sehingga anak siap berpikir abstrak (Upton, 2012).

Menurut Parwati, Suryawan dan Apsari (2018) Belajar dalam konstruktivisme adalah suatu proses mengasimilasikan dan mengaitkan pengalaman atau pelajaran yang dipelajari sehingga pengetahuannya dapat dikembangkan. Teori konstruktivisme di definisikan sebagai pembelajaran yang bersifat generatif, yaitu tindakan mencipta sesuatu makna dari apa yang dipelajari. Teori konstruktivisme ini memiliki satu prinsip yang mendasar yaitu guru tidak hanya memberikan pengetahuan kepada siswa, namun siswa juga harus berperan aktif membangun sendiri pengetahuan di dalam memorinya serta teori konstruktivisme juga mempunyai pemahaman tentang belajar yang lebih menekankan pada proses daripada hasil.

Adapun tujuan dari teori belajar *konstruktivisme* ini menurut (Parwati dkk, 2018) adalah adanya motivasi untuk siswa bahwa belajar adalah tanggung jawab siswa itu sendiri, mengembangkan kemampuan siswa untuk mengajukan pertanyaan, membantu siswa untuk mengembangkan pengertian dan pemahaman konsep secara lengkap, mengembangkan kemampuan siswa untuk menjadi pemikir yang mandiri dan lebih menekankan pada proses belajar.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa belajar konstruktivisme yaitu pengetahuan tidak diperoleh dengan cara di alihkan dari orang lain, tetapi merupakan sesuatu yang dibangun dan diciptakan oleh anak, anak melakukan proses konstruksi membangun berbagai pengetahuannya tidak dapat di pisahkan dari konteks sosial di mana anak itu berada.

### **2.2.3 Tujuan dan Manfaat Bermain**

Tujuan bermain adalah anak bisa mengoptimalkan kemampuan fisik, intelektual emosi dan sosial anak secara tidak sadar pula anak telah melatih kekuatan, keseimbangan dan melatih kemampuan motoriknya (Meranti, 2013). Bermain dapat digunakan sebagai media psiko terapi atau "pengobatan" terhadap anak yang dikenal dengan sebutan Terapi Bermain. Bermain dapat di gunakan sebagai media terapi karena selama bermain perilaku anak akan tampil lebih bebas. Bermain dapat digunakan untuk melatih kemampuan-kemampuan tertentu dan sering digunakan untuk melatih konsentrasi atau pemusatan perhatian pada tugas tertentu, melatih konsep-konsep dasar seperti warna, ukuran, bentuk, besaran, arah, keruangan, melatih keterampilan motorik kasar, halus dan sebagainya (Tedjasaputra, 2001).

Para ahli psikologi seperti Hughes dkk (dalam Dariyo, 2007) berpendapat bahwa bermain dapat memberi empat manfaat positif terhadap perkembangan anak, antara lain:

- a. Mengembangkan kreatifitas
- b. Mengembangkan keterampilan sosial
- c. Mengembangkan keterampilan psikomotorik
- d. Mengembangkan kemampuan bahasa
- e. Sebagai sarana terapi untuk mengatasi masalah-masalah psikologis

Adapun manfaat bermain menurut (Tedjasaputra, 2001) sebagai berikut:

- a. Manfaat bermain untuk perkembangan fisik
- b. Manfaat bermain untuk perkembangan aspek motorik kasar dan halus
- c. Manfaat bermain untuk perkembangan aspek sosial
- d. Manfaat bermain untuk perkembangan aspek emosi dan kepribadian
- e. Manfaat bermain untuk perkembangan aspek kognisi
- f. Manfaat bermain untuk mengasah ketajaman penginderaan
- g. Manfaat bermain untuk mengembangkan keterampilan olahraga dan menari
- h. Manfaat bermain sebagai media terapi

Menurut Patmonodewo (2008) manfaat bermain di sekolah adalah dapat membantu perkembangan anak apabila guru cukup memberikan waktu, ruang, materi dan kegiatan bermain bagi murid-muridnya. Anak-anak membutuhkan waktu tertentu agar dapat mengembangkan keterampilan dalam memainkan sesuatu alat permainan. Tersedianya ruang dan materi mainan merupakan prasyarat terjadinya kegiatan bermain yang produktif.

Berdasarkan uraian di atas beberapa manfaat bermain di antaranya untuk perkembangan fisik, perkembangan aspek motorik kasar, mengasah ketajaman penginderaan, perkembangan aspek kognisi, mengembangkan keterampilan dan sebagai media terapi.

#### **2.2.4 Tahapan perkembangan bermain**

Menurut Parten (Susanto, 2018) menemukan ada lima tingkatan perkembangan bermain pada anak, yaitu sebagai berikut:

##### **1. Bermain sendiri (*Soliter Play*)**

Sifat egosentris anak yang tinggi menyebabkan pada mulanya anak bermain sendiri dan tidak peduli dengan apa yang dimainkan teman sebayanya

2. Bermain secara paralel (*Paralel Play*)

Pada tahap ini, anak bermain berdampingan dengan temannya, menggunakan benda-benda yang sejenis, tetapi tiap anak bermain sendiri-sendiri.

3. Bermain dengan melihat cara temannya bermain (*Cooperative Play*)

Pada tahap ini, anak mulai melihat apa dan bagaimana temannya bermain. Sesekali berhenti bermain dan mengamati bagaimana temannya bermain

4. Bermain secara bersama-sama (*Associative Play*)

Pada tahap ini, anak mulai bersama temannya, beramai-ramai. Misalnya bermain "kucing-kucingan", "petak umpet", dan lain-lain.

5. Bermain dengan aturan

Pada tahap ini, anak bermain dengan temannya dalam bentuk tim. Mereka menentukan jenis permainan, aturan, pembagian peran, dan siapa yang main duluan.

Menurut Rubin dkk (dalam Tedjasaputra, 2001) mengemukakan Tahapan perkembangan bermain Kognitif sebagai berikut:

1. Bermain Fungsional (*Functional Play*)

Kegiatan bermain ini dapat dilakukan dengan atau tanpa alat permainan. Misalnya berlari-lari sekeliling ruang amu, mendorong dan menarik mobil-mobilan, mengolah lilin atau tanah liat tanpa maksud untuk membuat bentuk tertentu.

2. Bangun Membangun (*Constructive Play*)

Kegiatan bermain ini anak membentuk sesuatu, menciptakan bangunan tertentu dengan alat permainan yang tersedia. Misalnya membuat rumah-rumahan dengan balok kayu atau potongan lego, menggambar, menyusun kepingan-kepingan kayu bergambar.

3. Bermain Pura-pura (*Make-believe Play*)

Bermain pura-pura anak menirukan kegiatan orang yang pernah di jumpainya dalam kehidupan sehari-hari. Dapat juga melakukan pura imajenatif memainkan peran tokoh yang dikenalnya melalui film kartun atau dongeng. Misalnya main rumah-rumahan, polisi dan penjahat, jadi batman atau ksatria.

Berdasarkan penjelasan di atas ada beberapa tahapan dalam bermain di antaranya adalah bermain sendiri, bermain secara paralel, bermain dengan melihat teman, bermain secara bersama-sama, bermain

dengan aturan, bermain fungsional, bermain membangun, bermain pura-pura.

### **2.2.5 Faktor yang Mempengaruhi Permainan Anak**

Kegiatan yang paling menyenangkan bagi setiap anak adalah bermain. Adapun menurut Cohen dkk (dalam Dariyo, 2007) kegiatan bermain di pengaruhi oleh 4 faktor sebagai berikut:

a. Faktor sosial-budaya

Anak-anak melakukan permainan, umumnya hasil refleksi dari gambaran kehidupan lingkungan sosial-budaya, dimana mereka tinggal. Mereka adalah individu-individu yang cerdas, karena telah mampu untuk mengobservasi dan meniru perilaku-perilaku orang-orang dewasa dan kemudian di praktekan dalam aktivitas bermain.

b. Faktor jender dan Teman bermain

Dalam kegiatan bermain sosial anak cenderung memilih teman bermain yang dapat di ajak kerjasama dan saling pengertian. Selain itu, anak usia bawah tiga tahun cenderung belum menyadari atau melihat jender dalam kegiatan bermain. Mereka mau bersedia bermain dengan siapapun baik laki-laki atau wanita. Mereka tidak memperdulikan jenis kelamin, tapi untuk anak usia 4-5 tahun sudah mulai mempertimbangkan jenis kelamin sebagai teman bermain.

c. Faktor Media Masa

Apa yang di lihat oleh anak akan mempengaruhi kegiatan bermain yang dilakukan oleh mereka. televisi merupakan media elektronik yang sangat akrab bagi anak-anak, karena banyak film yang menayangkan program acara yang menarik untuk anak-anak. Berbagai informasi yang diperoleh dari televisi akan diserap, di ingat dan dipergunakan untuk pengembangan kegiatan bermain bagi anak-anak.

d. Faktor ketersediaan sarana dan prasarana

Untuk dapat melakukan kegiatan bermain dengan leluasa sering kali diperlukan sarana dan prasarana yang memadai.

Menurut Tedjasaputra (2001) ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kegiatan bermain pada anak sebagai berikut:

1. Kesehatan

Kesehatan sangat mempengaruhi aktivitas bermain anak, termasuk bermain. Anak yang lebih sehat akan cenderung melakukan dan menyukai permainan yang aktif dari pada permainan yang pasif.

## 2. Perkembangan Motorik

Kegiatan bermain sedikit banyak tergantung pada perkembangan motorik anak, baik motorik halus maupun motorik kasar.

## 3. Intelegensi

Biasanya anak yang lebih pandai lebih aktif dari pada anak yang kurang pandai.

## 4. Jenis kelamin

Anak laki-laki cenderung lebih menyukai aktivitas bermain aktif seperti olahraga dan permainan seperti bermain perang-perangan. Sedangkan anak perempuan lebih menyenangi kegiatan bermain konstruktif dan permainan seperti monopoli, ular tangga dan permainan yang lebih tenang sifatnya.

## 5. Lingkungan dan saraf sosial ekonomi

Anak dengan taraf ekonomi menengah ke atas cenderung bermain dengan alat permainan yang mahal, seperti komputer dan video games. Sedangkan alat permainan yang digunakan anak didesa dan anak dengan tingkat sosial ekonomi rendah lebih murah dan bahkan sering kali di buat sendiri seperti bola plastik.

## 6. Alat permainan

Jenis alat permainan yang dimiliki anak mempengaruhi kegiatan bermain. Alat permainan seperti boneka dan binatang-binatang merangsang kegiatan bermain khayal.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat di simpulkan faktor yang mempengaruhi bermain adalah faktor sosial budaya, faktor gender, faktor media masa, faktor ketersediaan prasarana, kesehatan, perkembangan motorik, intelegensi, jenis kelamin, lingkungan dan alat permainan.

### 2.2.6 Terapi Bermain dalam Perspektif Islam

Terapi dalam bahasa arab sama dengan *al-istisyfa* yang berasal dari *syafa-yasyfi-syifa* yang artinya menyembuhkan. Kata *syifa* banyak di dalam Al-Qur'an, salah satunya pada QS. Yunus ayat 57 :

وَمَا يَشَاءُ إِلَّا أَنْ يَرْسَلَ رَسُولَهُ بِتِلْكَ الْأَيَاتِ مُطَاعًا وَأَنْ يَقُولَ لَهُ سَلَامٌ فَإِنَّكَ إِنَّمَا نُظِرْتَ إِلَىٰ رَبِّكَ وَأَنْتَ مُقَابِلٌ

وَمَا يَشَاءُ إِلَّا أَنْ يَرْسَلَ رَسُولَهُ بِتِلْكَ الْأَيَاتِ مُطَاعًا وَأَنْ يَقُولَ لَهُ سَلَامٌ فَإِنَّكَ إِنَّمَا نُظِرْتَ إِلَىٰ رَبِّكَ وَأَنْتَ مُقَابِلٌ

Artinya: Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang

berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Bermain yaitu aktivitas yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan. Dalam islam juga di berikan petunjuk agar umat islam tidak melalaikan diri atau men sia-sia kan waktu dikarenakan bermain yang hanya untuk memperoleh kesenangan semata. Di terangka dalam QS. Yusuf ayat 12 :

﴿يُؤْتِيكَ مَا تَافِيءُ ۖ وَتَجِدُ أَيْدِيَ نَاسٍ بِنُحْيٰۤى ۚ وَتَمْلِكُ مَا تَشَآءُ ۚ وَتَبُذُّهُ كَآءِءُ ۚ﴾

artinya: "biarkanlah dia pergi bersama kami besok pagi, agar dia (dapat) bersenang-senang dan (dapat) bermain-main, dan sesungguhnya kami pasti menjaganya".

Berdasarkan tafsir Al-Misbah menjelaskan dari QS. Yusuf ayat 12 mengatakan biarkanlah dia pergi bersama kami besok pagi ke padang sahara (agar dia dapat bersenang-senang dan bermain-main) artinya supaya dia atau kami dapat semangat yang baru dan pikiran yang segar dan sesungguhnya kami pasti menjaganya (Shihab, 2002).

Diriwayatkan dari Jabir bin Abdillah r.a bahwa Rasullulah SAW bersabda, "segala sesuatu yang didalamnya tidak mengandung dzikrullah merupakan perbuatan sia-sia, senda gurau, dan permainan, kecuali empat (perkara) yaitu senda gurau suami dengan istrinya, melatih kuda, berlatih memanah, dan mengajarkan renang". (HR. An-Nasai).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bermain dalam islam juga diperbolehkan akan tetapi tidak sampai melalaikan dalam beribadah kepada Allah dan tujuan dari bermain itu sendiri haruslah mempunyai manfaat yang baik.

### **23 Dinamika *Constructive Play Therapy* terhadap Konsentrasi**

Menurut Lestari (2012) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) di definisikan sebagai kondisi medis yang berkaitan dengan disfungsi otak membuat mereka kesulitan mengendalikan *impuls*, menghambat perilaku, dan tidak mudah untuk berkonsentrasi pada rentan waktu yang cukup lama. Menurut Kalat (2010) Gangguan pemusatan perhatian atau *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) di artikan kurangnya perhatian, tidak tenang, karakter implusif, suasana hati mudah berubah, mudah tersinggung, sensitivitas tinggi terhadap stres serta

terganggunya kemampuan membuat dan menyusun rencana. Menurut Pieter, Bethsaida dan Marti (2011) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) merupakan gangguan yang kerap terjadi pada fase perkembangan anak yang ditandai dengan tingkat IQ rata-rata, mengalami gangguan perhatian dalam rentang yang sangat pendek, impulsif, dan hiperaktif.

Karakteristik ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). ADHD adalah salah satu jenis kesulitan di mana anak-anak secara konsisten menunjukkan satu atau lebih dari karakteristik. Menurut Santrock (2014) ciri anak yang mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) adalah Kurang perhatian, anak yang kurang perhatian mengalami kesulitan saat fokus pada satu hal dan mungkin merasa menemukan bosan dengan satu tugas setelah berselang beberapa menit. Hiperaktif, menunjukkan tingkat aktivitas fisik yang tinggi, hampir semua terlihat sedang bergerak dan *Impulsif*, mengalami kesulitan dalam mengekang reaksi mereka dan kurang dapat berfikir sebelum bertindak.

Konsentrasi yaitu memusatkan pikiran pada situasi dan kondisi dalam belajar. Konsentrasi menghasilkan pemahaman dan kesan yang baik sehingga pelajaran yang dipelajari tidak mudah lupa. Konsentrasi merupakan salah satu cara untuk memusatkan perhatian pada obyek yang dipelajari (Idrus, 2018). Menurut Parnawi (2019) konsentrasi merupakan suatu kemampuan untuk memfokuskan pikiran, perasaan, kemauan, dan segenap panca-indra ke satu objek di dalam satu aktivitas tertentu, dengan disertai usaha untuk tidak memedulikan objek-objek lain yang tidak ada hubungannya dengan aktivitas itu. Menurut Alferd Binet (dalam Susanto, 2011) konsentrasi adalah kemampuan memusatkan pikiran kepada suatu masalah yang harus dipecahkan. Menurut Olivia (2010) konsentrasi merupakan pemusatan perhatian dan kesadaran sepenuhnya kepada bahan pelajaran yang sedang di pelajari.

Konsentrasi belajar adalah pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang di pelajari dengan menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari. Konsentrasi belajar itu tidak datang dengan sendirinya atau bukan dikarenakan pembawaan bakat seseorang yang di bawa sejak lahir, melainkan konsentrasi belajar itu harus di ciptakan dan direncanakan serta di jadikan kebiasaan belajar (Surya, 2010). Menurut Dimiyati & Mudjiono (2015) konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran dan

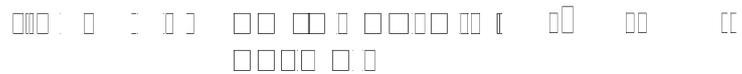
pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya.

Konsentrasi dalam bahasa arab disebut "Iktiros" yang artinya konsentrasi. manusia tidak akan dapat mempelajari sesuatu kalau ia tidak berkonsentrasi maka konsentrasi merupakan unsur yang penting dalam proses pembelajaran. Firman Allah SWT. (QS. al-A'raf: 204) sebagai berikut:

artinya: "Dan apabila dibacakan Al-Qur'an, maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat"

Firman Allah SWT dalam ayat di atas menurut Najati (2010), terkandung makna bahwa menyimak Al-Qur'an dan diam itu mengandung arti memperhatikan ayat-ayat yang dibaca untuk merenungi dan memahaminya serta mempelajari akidah, pengajaran, perintah, larangan, ibrah, dan hikmah yang dikandungnya. Semua itu menunjukkan betapa pentingnya mengkonsentrasikan perhatian dalam proses memahami dan belajar. Sedangkan menurut Al-Ghazali (2019) memperoleh ilmu dapat dilakukan dengan konsentrasi dalam perenungan, sebab merenung menggunakan batin itu memiliki kedudukan yang sama dengan belajar.

Menurut Lestari (2012) salah satu cara penanganan untuk anak dengan ADHD adalah terapi bermain. Menurut Lestari (2012) terapi merupakan cara penting untuk mendukung kebutuhan perkembangan anak berkebutuhan khusus. Seorang bapak psikoanalisis Sigmund Freud menyatakan bahwa bermain sebagai sarana katarsis yaitu mengatasi ketegangan-ketegangan emosi yang di alami oleh seorang anak, karena itu bermain memiliki manfaat terapis dan untuk pengembangan kepribadian anak. Selanjutnya seorang tokoh psikologi perkembangan kognitif Jean Piaget menyatakan bahwa bermain merupakan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan bagi anak karena dapat bermanfaat untuk perkembangan kapasitas intelektual anak (Dariyo, 2007). Bermain yaitu aktivitas yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan. Dalam islam juga di berikan petunjuk agar umat islam tidak melalaikan diri atau men sia-sia kan waktu dikarenakan bermain yang hanya untuk memperoleh kesenangan semata. Di terangkan dalam QS. Yusuf ayat 12 :



Artinya: “biarkanlah dia pergi bersama kami besok pagi, agar dia (dapat) bersenang-senang dan (dapat) bermain-main, dan sesungguhnya kami pasti menjaganya”.

Berdasarkan tafsir Al-Misbah menjelaskan dari QS. Yusuf ayat 12 mengatakan biarkanlah dia pergi bersama kami besok pagi ke padang sahara (agar dia dapat bersenang-senang dan bermain-main) artinya supaya dia atau kami dapat semangat yang baru dan pikiran yang segar dan sesungguhnya kami pasti menjaganya (Shihab, 2002). Dapat disimpulkan bahwa bermain dalam islam juga diperbolehkan akan tetapi tidak sampai melalaikan dalam beribadah kepada Allah dan tujuan dari bermain itu sendiri haruslah mempunyai manfaat yang baik. Salah satu terapi bermain adalah *Constructive Play Therapy*, Pada dasarnya *Constructive Play* mengandung pengertian yaitu kegiatan anak menciptakan benda-benda simbolik dengan menggunakan bahan seperti cat, kertas, tanah liat dan beragam jenis lainnya (Susanto, 2018).

Sejalan dengan perkembangan kognitifnya anak melakukan permainan konstruktif, kegiatan bermain yang dilakukan anak dengan menyusun balok-balok kecil menjadi suatu bangunan, seperti rumah, menara, dan sebagainya, dan dalam kegiatan bermain ini dapat melatih gerakan motorik halus anak (Jamaris, 2006). Permainan konstruktif meningkat di masa prasekolah, merupakan bentuk permainan yang sering dilakukan di tahun-tahun sekolah dasar, baik di dalam maupun di luar kelas (Santrock, 2011). Permainan konstruktif adalah kegiatan yang menggunakan berbagai benda untuk menciptakan suatu hasil karya tertentu dan gunanya untuk meningkatkan kreativitas, melatih motorik halus, melatih konsentrasi, ketekunan dan daya tahan dan yang termasuk dalam kegiatan bermain konstruktif adalah menggambar, menciptakan bentuk tertentu dari lilin mainan, menggunting dan menempel kertas atau kain, merakit kepingan kayu atau plastik menjadi bentuk tertentu (Tedjasaputra, 2001). Maka Dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran merupakan bagian dalam menuntut ilmu dan dalam perspektif islam konsentrasi merupakan unsur yang penting juga dalam

proses pembelajaran, maka diperlukan adanya konsentrasi atau memusatkan perhatian pada pembelajaran sehingga menyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan pembelajaran.

## 24 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual penelitian yang di ajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Konsentrasi belajar adalah pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang di pelajari dengan menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari. Konsentrasi belajar itu tidak datang dengan sendirinya atau bukan dikarenakan pembawaan bakat seseorang yang di bawa sejak lahir, melainkan konsentrasi belajar itu harus di ciptakan dan direncanakan serta di jadikan kebiasaan belajar (Surya, 2010). Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2015) konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran dan pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun

proses memperolehnya. Menurut Castle dan Beckler (2009) Konsentrasi terdiri dari unsur-unsur yaitu Fokus secara selektif, Mempertahankan fokus, Kesadaran akan situasi dan Mampu mengubah fokus perhatian.

Menurut Lestari (2012) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* di definisikan kondisi medis yang berkaitan dengan disfungsi otak membuat mereka kesulitan mengendalikan *impuls*, menghambat perilaku, dan tidak mudah untuk berkonsentrasi pada rentan waktu yang cukup lama. Menurut Santrock (2014) ciri anak yang mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* adalah Kurang perhatian, anak yang kurang perhatian mengalami kesulitan saat fokus pada satu hal dan mungkin merasa menemukan bosan dengan satu tugas setelah berselang beberapa menit. Hiperaktif, menunjukkan tingkat aktivitas fisik yang tinggi, hampir semua terlihat sedang bergerak dan Impulsif, mengalami kesulitan dalam mengekang reaksi mereka dan kurang dapat berfikir sebelum bertindak.

Menurut Lestari (2012) salah satu cara penanganan untuk anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* adalah terapi bermain. Seorang bapak psikoanalisis Sigmund Freud menyatakan bahwa bermain sebagai sarana katarsis yaitu mengatasi ketegangan-ketegangan emosi yang dialami oleh seorang anak, karena itu bermain memiliki manfaat terapis dan untuk pengembangan kepribadian anak. Selanjutnya seorang tokoh psikologi perkembangan kognitif Jean Piaget menyatakan bahwa bermain merupakan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan bagi anak karena dapat bermanfaat untuk perkembangan kapasitas intelektual anak (Dariyo, 2007)

Salah satu terapi bermain adalah *Constructive Play Therapy*, Pada dasarnya *Constructive Play* mengandung pengertian yaitu kegiatan anak menciptakan benda-benda simbolik dengan menggunakan bahan seperti cat, kertas, tanah liat dan beragam jenis lainnya (Susanto, 2018). Permainan konstruktif mengkombinasikan permainan sensorimotor/praktis dengan representasi simbolik, bermain konstruktif terjadi ketika anak-anak terlibat dalam kreasi yang bersifat regulasi-diri dari sebuah produk atau solusi dan bermain konstruktif meningkat di masa prasekolah sebagaimana permainan simbolik meningkat dan permainan sensorimotorik menurun serta bermain konstruktif merupakan bentuk bermain yang sering dilakukan di tahun-tahun sekolah dasar, baik di dalam maupun di luar kelas.

Permainan konstruktif meningkat di masa prasekolah, merupakan bentuk permainan yang sering dilakukan di tahun-tahun sekolah dasar, baik di dalam maupun di luar kelas (Santrock, 2011). Permainan konstruktif adalah kegiatan yang menggunakan berbagai benda untuk menciptakan suatu hasil karya tertentu dan gunanya untuk meningkatkan kreativitas, melatih motorik halus, melatih konsentrasi, ketekunan dan daya tahan dan yang termasuk dalam kegiatan bermain konstruktif adalah menggambar, menciptakan bentuk tertentu dari lilin mainan, menggunting dan menempel kertas atau kain, merakit kepingan kayu atau plastik menjadi bentuk tertentu (Tedjasaputra, 2001).

## **25 Hipotesis**

Berdasarkan asumsi dari teori tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh *Constructive Play Therapy* dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder disorder* (ADHD) di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Palembang (YPAC).