

## Pengaruh Bermain *Puzzle* Untuk Meningkatkan Perhatian pada Anak ADHD di SLB N 1 Harau

Rahma Andriza<sup>1</sup>, Arisul Mahdi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Departemen Pendidikan Luar Biasa, Universitas Negeri Padang

Email: [rahmaandriza05@gmail.com](mailto:rahmaandriza05@gmail.com)

### Abstrak

Artikel ini membahas tentang bermain puzzle meningkatkan perhatian pada anak ADHD di SLB N 1 Harau. Penelitian dilakukan menggunakan metode eksperimen dalam bentuk *single subject research* (SSR) dengan desain A-B-A. subjek penelitian ini seorang anak ADHD dengan gejala kurang mampu dalam memusatkan perhatiannya lebih dari 1 menit terhadap suatu hal. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, serta asesmen terhadap perhatian belajar siswa, dan proses pencatatan data dilakukan dengan cara memperhatikan durasi perhatian belajar siswa. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan cara analisis data dalam kondisi dan analisis data antar kondisi. Hasil penelitian menunjukkan, overlap data A1-B 0% dan A2-B 50% yang mana dapat disimpulkan bahwa bermain puzzle dapat meningkatkan perhatian anak ADHD.

**Kata kunci:** *Puzzle, Perhatian, ADHD*

### Abstract

This article talks about playing puzzles to increase attention in ADHD children at SLB N 1 Harau. The research was conducted using an experimental method in the form of a single subject research (SSR) with an A-B-A design. the subject of this study was an ADHD child with symptoms of being less able to focus his attention for more than 1 minute on something. The data collection technique in this study used observations, interviews, and assessments of student learning attention, and the data recording process was carried out by paying attention to the duration of student learning attention. The data analysis techniques used in this study were carried out by means of data analysis in conditions and data analysis between conditions. The results showed that the overlap of A1-B data was 0% and A2-B was 50%, which can be concluded that playing puzzles can increase the attention of ADHD children.

**Keywords :** *Puzzle, Attention, ADHD*

### PENDAHULUAN

Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif merupakan suatu masalah yang ditemukan dalam dunia pendidikan dan orang tua yang memiliki anak ADHD. Gangguan ini, sering disebut dengan *attention deficit hyperactive disorder (ADHD)*. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* merupakan gangguan atau kendala *neurodevelopmental* yang paling banyak terjadi pada kalangan anak-anak usia sekolah. Kendala ini diiringi oleh gejala seperti kesulitan memusatkan perhatian atau atensi diiringi *hiperaktivitas serta impulsivitas*. Kedua gejala tersebut merupakan syarat mutlak untuk memenuhi diagnosis dan muncul saat sebelum umur 12 tahun, minimum terjadi dalam 2 setting

tempat yang berbeda, misalnya di rumah maupun di sekolah (H & Setiawati, 2017). Gangguan ini ditandai dengan adanya ketidakmampuan anak untuk memusatkan perhatiannya pada sesuatu yang dihadapi, sehingga perhatiannya rendah kemampuan perhatiannya (Yolanda et al., 2019).

Perhatian adalah pemusatan pikiran pada suatu objek yang berlangsung serta mengabaikannya, (Walgito, 2015). Perhatian merupakan proses awal menuju konsentrasi, tidak akan terjadi konsentrasi jika tidak ada perhatian terlebih dahulu, (As'ad, 2020). Selain itu, definisi lain dari perhatian berupa pemusatan mental peristiwa-peristiwa sensorik atau peristiwa mental. Perhatian dalam sudut pandang psikolog yaitu sebuah proses kognitif dalam menyeleksi informasi penting dari lingkungan sekitar, (Birda, Mahardhika Andri, 2012). Rendahnya kemampuan perhatian pada anak ADHD dapat berdampak kepada tumbuh dan kembang anak dari berbagai aspek. Selain itu, akan muncul masalah pada anak berupa perhatian yang singkat, hiperaktivitas, sulit memahami intruksi, sulit berkonsentrasi, impulsivitas, emosi yang tidak stabil dan iritabilitas (sensitive / mudah marah dan kesal).

Berdasarkan hasil asesmen perhatian belajar anak, terlihat bahwa anak kurang mampu dalam menaruh perhatian saat mendengarkan penjelasan guru, anak tidak mampu dalam aktivitas belajar, anak tidak memiliki kesungguhan dalam hal apapun, anak tidak mampu menaruh perhatiannya saat pembelajaran terhadap sesuatu dengan rentang waktu yang lebih lama, anak hanya mampu memusatkan perhatiannya terhadap suatu objek atau pembelajaran kurang lebih 1 menit, sedangkan untuk anak seusianya seharusnya dapat memusatkan perhatian lebih dari 14 menit (Prabawati & Ditasari, 2018).

Dalam proses pembelajaran anak kurang respon terhadap pembelajaran, pandangan anak mudah teralih ketika sedang belajar. Anak sering keluar masuk kelas, mengganggu temannya ketika sedang belajar. Anak terlihat malas atau kurang minat ketika sedang belajar, bahkan anak sering tidur di dalam kelas. Anak kurang mampu memahami sesuatu yang disampaikan oleh guru saat proses pembelajaran.

Selama ini upaya yang dilakukan guru untuk meningkatkan perhatian belajar anak ADHD dalam proses pembelajaran ialah dengan mengajak anak bermain lotto. Anak diminta untuk menggeser benang yang ada pada lajur kiri dan lajur kanan pada permainan lotto tersebut. Kelemahan dalam permainan lotto ini jika gambar yang ada pada lotto tersebut tidak memiliki suara sehingga anak hanya asal-asalan saja dalam menggeser benang yang ada pada lotto, Dan permainan lotto ini juga tidak kongkrit (Nonik et al., 2013).

Guru juga memberikan terapi musik kepada anak dengan cara menyetel lagu dari laptop. Anak diminta untuk bernyanyi menari mengikuti irama musik, dan membuat anak aktif. Akan tetapi jika anak tidak menyukai lagu yang dibunyikan, anak akan diam dan terkadang tidur. Intervensi musik cukup efektif untuk memodifikasi perilaku anak ADHD karena dengan pengaruh musik akan membuat anak menjadi lebih rileks sehingga anak dapat menaruh perhatiannya dan juga dapat menurunkan perilaku hiperaktif pada anak (Suyanto & Wimbari, 2019). Namun ini juga tidak berhasil diterapkan guru, karena anak ketergantungan dengan musik. Namun intervensi musik jika dikombinasikan akan berdampak baik pada anak, (Kriswanto, 2020).

Adapun cara yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya untuk meningkatkan perhatian belajar siswa ialah dengan bermain *puzzle*. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh (Dwi Permata, 2020) dalam jurnal PINUS menjelaskan bahwa permainan *puzzle* dapat meningkatkan kemampuan anak dalam menaruh perhatian terhadap sesuatu. Tidak hanya itu bermain *puzzle* menggali kemampuan anak berkebutuhan khusus (Karalina & Budiyo, 2020).

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti ingin meningkatkan perhatian anak ADHD, dengan bermain *puzzle*. Adapun *puzzle* yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah *puzzle* 3D bersifat konstruksi (rakitan) berbentuk hewan yang disukai oleh anak. Berbeda dengan *puzzle* pada umumnya yang hanya menyusun kepingan gambar pada bingkai *puzzle*. Pada penelitian ini *puzzle* terbuat dari triplek dengan berbagai macam bentuk hewan dengan desain yang cukup menarik. Anak akan merangkai potongan-potongan *puzzle* tersebut menjadi sebuah hewan. Jumlah potongan *puzzle* yang akan dimainkan oleh anak berjumlah 8-10 potongan. *Puzzle* 3D ini cocok jika diberikan kepada anak ADHD karena memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi sehingga sangat diperlukan perhatian lebih dalam menyusunnya. Ini akan membuat anak ADHD memfokuskan atensi nya dalam menyusun *puzzle* tersebut.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen berbentuk SSR (Single Subject Research) karena yang diteliti adalah subjek tunggal dengan desain A-B-A. Menurut (Marlina, 2021) SSR merupakan suatu strategi dalam penelitian untuk mendokumentasikan segala perubahan perilaku (target behavior). Penelitian eksperimen digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan atau intervensi tertentu terhadap subjek dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2018).

Pada metode SSR ini penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui sebesar pengaruh dari suatu variabel bebas terhadap variabel terikat. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perhatian anak ADHD. Perhatian yang dimaksud ialah pemusatan dari seluruh aktivitas belajar yang dilakukan seseorang untuk dapat memfokuskan perhatiannya dalam jangka waktu yang lama baik dari segi mendengarkan, melihat, mencatat, mengingat dan bertanya pada siswa dalam waktu lebih dari 1 menit dengan mengabaikan rangsangan di luar hal yang sedang dilakukan. Variabel bebasnya adalah bermain *puzzle*.

Subjek penelitian adalah anak ADHD kelas II SLB yang berjumlah satu orang yang beridentitas MRA, berumur 8 tahun dengan jenis kelamin laki-laki. Teknik pengumpul data data penelitian menggunakan observasi, wawancara dengan guru, melakukan asesmen terhadap perhatian belajar siswa dan menghimpun data dilakukan dengan cara mencatat durasi perhatian belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Data dikumpulkan secara langsung menggunakan pencatatan data menggunakan durasi. Peneliti mencatat waktu anak dapat mempertahankan perhatiannya pada saat bermain *puzzle*. Format pencatatan data berisi hari/tanggal (sesi), waktu dan durasi.

## HASIL

Penelitian ini dilakukan sebanyak 14 kali pertemuan dimana pada A1 yaitu fase *baseline* sebelum diberikannya *treatment* saat intervensi yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, selanjutnya pada B yaitu fase intervensi dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan dan pada A2 fase *baseline* dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan.







Berdasarkan grafik dapat diketahui bahwa pada kondisi baseline (A1) sebelum diberikan intervensi pengamatan pertama perhatian belajar MRA 2 menit, pada pengamatan kedua 1menit, selanjutnya pada pengamatan ketiga keempat perhatian MRA 1 menit. Pada kondisi A1 mean levelnya 1,25 batas atasnya 1,4 batas bawah 1,1 dan persentasenya 0%.

Selanjutnya pada kondisi intervensi (B), pengamatan pertama perhatian belajar pada MRA 4 menit, pengamatan kedua 3 menit, pengamatan ketiga 4 menit, pengamatan keempat sampai enam

5 menit, pengamatan dihentikan karena perhatian belajar MRA sudah stabil. Pada kondisi B mean levelnya 4,33 batas atasnya 4,705, batas bawah 3,955 dan persentasenya 33,3 %.

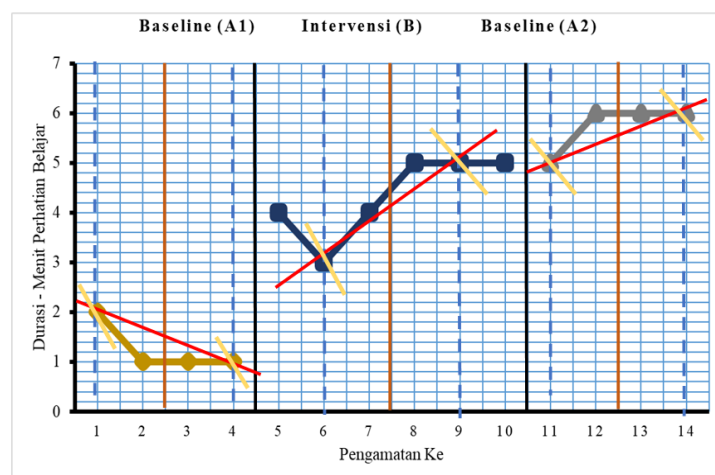
Pada kondisi baseline kedua (A2) setelah tidak diberikannya intervensi, pada pengamatan pertama perhatian belajar siswa 5 menit, pengamatan kedua hingga pengamatan keempat adalah 6 menit. Mean levelnya 5,75 batas atas 6,2 batas bawah 5,3 dan persentasenya 75%. Adapun rangkuman analisis dalam kondisinya yaitu sebagai berikut:

**Tabel 1. Rangkuman hasil analisis dalam kondisi**

No	Kondisi	A1	B	A2
1.	Panjang kondisi	4	6	4
2.	Estimasi Kecenderungan Arah	 (-)	 (+)	 (+)
3.	Kecenderungan Stabilitas	0% Tidak stabil	33,3 % Tidak stabil	75% Stabil
4.	Jejak data			
5.	Level stabilitas dan rentang	2-1	4-6	5-6
6.	Level perubahan	1-2 = -1 (-)	6-4 (+)	6-5 (+)

Data kemudian dianalisis melalui analisis antar kondisi dalam meningkatkan perhatian belajar anak ADHD dengan melalui bermain *puzzle*. Analisis Antar kondisi yaitu jumlah variabel yang berubah adalah satu dengan target behaviour yaitu perhatian. Pada perubahan kecenderungan arah yaitu dengan mengambil data analisis dalam kondisi. Kecenderungan perhatian pada kondisi A1 (-), kecenderungan arah pada kondisi B (+) dan kondisi *baseline* A2 (+). Oleh karena itu pemberian intervensi berpengaruh positif pada variabel yang diubah.

Untuk menentukan level perubahan data dalam suatu kondisi dilakukan dengan cara menentukan besar data point pertama dan data point terakhir dalam suatu kondisi, selanjutnya tentukan arah meningkat atau menurunnya data dan diberi tanda (+) jika meningkat, (-) jika menurun, dan (=) jika tidak ada perubahan. Pada kondisi *baseline* (A1) 1-2 = -1 (-). Pada kondisi intervensi 6-4 = 2 (+) selanjutnya pada kondisi *baseline* (A2) 6-5 = 1 level perubahannya meningkat (+). Sedangkan persentase *overlap* menunjukkan bahwa pada kondisi intervensi (B) terhadap (A1) menunjukkan 0% dan kondisi intervensi (B) terhadap kondisi (A2) 50%.



**Grafik 1. Analisis antar kondisi**

**Keterangan:**

- : Data Baseline (A1)
- : Data Intervensi (B)
- : Data Baseline (A2)
- : Batas Atas
- : Estimasi Kecenderungan Arah
- : Mean Level
- : Batas Bawah
- : Garis Mid Rate
- : Garis Middate
- : Split Middle
- : Perubahan Fase dan kondisi

**Tabel 2. Rangkuman hasil analisis antar kondisi**

Kondisi	Target Behavior	A1 / B / A2	
Jumlah variabel yang berubah	Durasi perhatian belajar siswa ADHD	1	
Perubahan kecenderungan arah	Durasi perhatian belajar siswa ADHD	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="text-align: center;"> <math>\swarrow</math>              (-)           </div> <div style="text-align: center;"> <math>\nearrow</math>              (+)           </div> </div>	
Arah perubahan kecenderungan stabilitas	Durasi perhatian belajar siswa ADHD	Variabel ke Variabel ke variabel	
Level Perubahan	Durasi perhatian belajar siswa ADHD	4-1 = 3 (+)	5-5 = 0 (=)
Persentase overlap data	Durasi perhatian belajar siswa ADHD	0%	50%

## PEMBAHASAN

Bermain adalah bentuk dari bagaimana anak dapat mengenali dan menjelajah dunianya dengan rasa ingin tahu yang tinggi, sehingga menimbulkan kepusan berupa anak mendapat hal baru dalam hidupnya, (Samsiah, 2018). Selain itu, dengan bermain anak akan mengalami perkembangan yang utuh secara intelektual, fisik, motorik, sosial hingga emosional (Samsiah, 2018). Terapi bermain dapat digunakan untuk mengatasi masalah anak, hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Taylor & Walen, (2015) hasil penelitiannya menunjukkan terapi bermain efektif dalam mengurangi perilaku yang tidak diinginkan pada anak yang mendapat intervensi. Bermain juga mampu meningkatkan ketangkasan dan kecerdasan otak anak (Ramadhani et al., 2016). Melalui bermain aspek sosial dan emosional anak dapat dikembangkan, melalui bermain anak memiliki rasa kepemilikan, merasa menjadi bagian dari kelompok, belajar hidup dan bekerja sama dalam kelompok dengan segala perbedaannya (Fauzzidin, 2016).

Bermain dapat dilakukan dengan teman bahkan dengan media permainan. *Puzzle* adalah salah satu media yang bisa digunakan dalam bermain Permainan *puzzle* dapat meningkatkan daya pikir dan perhatian anak sehingga melalui permainan *puzzle* anak dapat mempelajari sesuatu yang rumit serta anak akan berpikir bagaimana permainan *puzzle* ini dapat tersusun, sehingga membuat rentang perhatian anak menjadi meningkat (S.D. Targum & Adler, 2014).

Dalam penelitian ini, anak ADHD melakukan permainan dengan menggunakan *puzzle* untuk meningkatkan perhatiannya. *Construction puzzle* adalah *puzzle* yang digunakan dalam penelitian ini. *Puzzle* ini memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi dibandingkan *puzzle* yang lain. Jika anak ADHD bermain *puzzle* maka akan membantu meningkatkan perhatiannya, sehingga anak mudah dalam melakukan kegiatannya. Sejalan dengan pendapat (Munizzi, 2013), Jika perhatian anak tinggi, tentu akan berguna bagi anak dalam menyelesaikan tugasnya.

Pada penelitian ini, bermain *puzzle*, adalah bentuk intervensi yang dilakukan untuk menstimulus perhatian pada anak ADHD. Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Hormansyah, dkk (2020), hasil penelitiannya menunjukkan bahwa, bermain dapat meningkatkan atensi pada Anak ADHD. Namun dalam penelitian ini tidak menggunakan permainan *puzzle*, melainkan permainan “mengalahkan waktu” yaitu adopsi dari permainan lain. Meskipun tidak bermain menggunakan *puzzle* hasil penelitiannya menunjukkan adanya peningkatan. Penelitian yang dilakukan oleh (Fatimah, 2012), menunjukkan bahwa permainan *puzzle* yang diterapkan pada dua subject A dan S menunjukkan keaktifannya menjadi berkurang dan sudah mulai berkonsentrasi saat belajar.

Beberapa penelitian yang dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi anak ADHD menggunakan permainan yang salah satunya adalah permainan *puzzle* menunjukkan hasil yang meningkat. Dari hasil penelitian ini penggunaan media *puzzle* dapat digunakan sesuai dengan langkah-langkah penelitian sehingga telah menunjukkan hasil yang positif. Jadi dapat disimpulkan bahwa bermain *puzzle* dapat meningkatkan perhatian bagi anak ADHD.

## SIMPULAN

Dalam Penelitian ini, intervensi telah dilakukan kepada anak ADHD untuk meningkatkan perhatiannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi bermain *puzzle* dapat meningkatkan konsentrasinya anak ADHD. Hal ini dibuktikan dari analisis data secara keseluruhan pada analisis data dalam kondisi dan analisis data antar kondisi menunjukkan adanya peningkatan perhatian bagi anak ADHD. Adapun implikasi dari penelitian ini adalah untuk guru dan orang tua diharapkan dalam

melatih konsentrasi anak dengan menggunakan bermain puzzle hendalakah dilakukan secara konsisten dan dimodifikasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- As'ad. (2020). Implementasi Metode Demonstrasi dalam Peningkatan Atensi belajar siswa ADHD. *Madah*, 2, 9.
- Dwi Permata, R. (2020). Pengaruh Permainan Puzzle Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Anak Usia 4-5 Tahun. *PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 5(2), 1–10. <https://doi.org/10.29407/pn.v5i2.14230>
- Fatimah. (2012). *Penanganan Anak Hiperaktif Melalui Terapi Bermain (Studi Kasus di TK Al-Hidayah V Ngasinan Kwarasan Kecamatan Grogol Kabupaten Sukoharjo Tahun Ajaran 2011/2012)*. Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fauzzidin, M. (2016). Pembelajaran Agama Islam Melalui Bermain pada Anak Usia Dini (Studi Kasus di TKIT Nurul Islam Pare Kabupaten Kediri Jawa Timur). *Jurnal PAUD Tambusai*, 2(2), 8–17.
- H, O. F. A. N., & Setiawati, Y. (2017). Interaksi Faktor Genetik dan Lingkungan pada Attention Deficit / Hyperactivity Disorder ( ADHD ) Genetics and Environment Factors in Attention Deficit / Hyperactivity Disorder ( ADHD ). *Jurnal Ilmu Kedokteran Jiwa FK Airlangga*, 6(22), 99–107.
- Hormansyah, Dwi, R., & Diah Karmiyati. (2020). Play Therapy Untuk Meningkatkan Atensi Pada Anak ADHD (Attention Deficit Hiperactivity Disorder). *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 8(2), 82–91.
- Karalina, V., & Budiyanto. (2020). Peranan Permainan Puzzle Untuk Meningkatkan Kemampuan Kemampuan Koordinasi Motorik Halus Bagi Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1(1), 1–8.
- Kriswanto, Y. J. (2020). Peran Musik Sebagai Media Intervensi Dalam Lingkup Praktik Klinis. *IKONIK : Jurnal Seni Dan Desain*, 2(2), 81. <https://doi.org/10.51804/ijsd.v2i2.737>
- Marlina, M. (2021). *Single Subject Research: Penelitian Subjek Tunggal*.
- Munizzi, J. S. (2013). *Play Therapy Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD) Nuligar*. 01(02), 324–342.
- Nonik, N. N., Raga, I. G., & Murda, I. N. (2013). Penerapan Metode Demonstrasi dengan Media Kartu Gambar untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak Kelompok A di PAUD Widya Dharma Bondalem Tejakula. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 1(1), 2.
- Prabawat, F. A. M., & Ditasari, N. N. (2018). Peningkatan Atensi pada Anak ADHD dengan Teknik Self Instruction. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v2i1.1138>
- Ramadhani, H., Lestiawati, E., & Wahyuningsih, M. (2016). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Kelas I di SD Negeri. *Jurnal Medika Respati*, 11, 37–43.
- S.D. Targum, & Adler, L. A. (2014). Our Current Understanding of Adult ADHD. *Innov. Clin. Neurosci.*, 11, 30–35.
- Samsiah, samsiah. (2018). Permainan “catch me”menstimulasi perkembangan anak. *Ijeces*, 1(2), 1–8.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Alfabeta).
- Suyanto, B. N., & Wimbarti, S. (2019). Program Intervensi Musik terhadap Hiperaktivitas Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(1), 15. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.48584>
- Taylor Dalena D, & Walen, K. K. M. (2015). Taylor, Dalena D. & Walen, Kristin K.M. 2015. Investigating the Effectiveness of Adlerian Play Therapy (AdPT) with Children with Disruptive Behaviors: A Single-Case Research Design (SCRD). *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 1(2), 81–99.
- Walgito, B. (2015). Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Yolanda, I., Bahri, S., & Fajriani, F. (2019). Penerapan Permainan Labirin Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Di SLB Bukesra Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(3).