

**TERAPI OKUPASI UNTUK MENINGKATKAN  
KONSENTRASI ANAK HIPERAKTIF DI  
*HOMESCHOOLING GROUP* SEKOLAH DASAR (HSG-  
SD) KHOIRU UMMAH TAMAN SIDOARJO**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel  
Surabaya untuk

Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial

(S. Sos)



Oleh :

**Komsiah Khusnul Khotimah**

**NIM. B73213091**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2019**

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

*Bismillahirrahmanirrahim*

Yang bertandatangan dibawah ini, saya :

Nama : Komsiah Khusnul Khotimah

NIM : B73213091

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 6 November 2019

Menyatakan  
  
Komsiah Khusnul Khotimah

B73213091

## PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

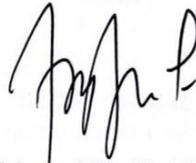
Nama : Komsiah Khusnul Khotimah  
NIM : B73213091  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Judul : Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk disajikan

Surabaya, 6 November 2019

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing



**Mohamad Thohir, M.Pd.I**

**NIP.197905172009011007**

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Skripsi oleh Komsiah Khusnul Khotimah ini telah dipertahankan di depan Tim  
Penguji Skripsi

Surabaya, 16 Desember 2019

Mengesahkan

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Penguji I

Mohamad Thoher, M.Pd.I  
NIP. 197905172009011007

Penguji II

Drs. H. Cholil, M.Pd.I  
NIP. 196506451993031005

Penguji III

Yulia Ningsih, S.Ag, M.Kes  
NIP. 197605182007012022

Penguji IV

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I, M.Pd, Kons  
NIP. 197708082007101004



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**  
**PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinby.ac.id](mailto:perpus@uinby.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Komsiah Khusnul Khotimah  
NIM : B73213091  
Fakultas/Jurusan : FDK / BKI  
E-mail address : [komsiahkhusnul@gmail.com](mailto:komsiahkhusnul@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)  
yang berjudul :

"Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif Di Homeschooling Group

Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo"

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 2 Januari 2020

Penulis

(Komsiah Khusnul Khotimah)  
*nama terang dan tanda tangan*

## ABSTRAK

Komsiah Khusnul Khotimah (B73213091), *Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif di Homeschooling Group Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo*. Fokus Penelitian ini adalah, (1) Bagaimana proses pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo?*, (2) Bagaimana hasil pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo?*

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif komparatif yaitu membandingkan data yang ada pada teori dengan data yang terdapat pada lapangan. Sedangkan dalam mengumpulkan data peneliti menggunakan teknik observasi berperan, wawancara dan dokumentasi. Setelah data terkumpul, analisa dilakukan untuk mengetahui proses serta hasil dengan membandingkan kondisi konseli sebelum dan sesudah melakukan proses terapi okupasi.

Penelitian ini berusaha meningkatkan konsentrasi konseli melalui terapi okupasi, yaitu proses penyembuhan melalui aktifitas yang melatih konsentrasi. selain itu untuk meningkatkan semangat konseli dalam menjalani aktifitas ini, peneliti menerapkan teknik *reinforcement* berupa pujian dan pelukan apabila konseli mampu berkonsentrasi selama 30-45 menit. Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa konsentrasi konseli yang tidak fokus ditandai dengan kebiasaan dalam memegang gadget, seringnya bermain, suka menggambar, dan berbuat sesuka hatinya. Melalui terapi okupasi, hasil akhir dari Bimbingan dan Konseling Islam dinyatakan berhasil karena konseli sebelumnya tidak mau mendengarkan, tidak mau memperhatikan, tidak mau mengerjakan tugas-tugas sekolah baik dirumah maupun disekolah, dan tidak mau melihat penjelasan guru. Namun, setelah diterapkan terapi okupasi konseli mampu berkonsentrasi dengan baik, mampu memperhatikan penjelasan guru, mulai mau mengerjakan tugas sekolah, mampu mendengarkan dengan baik, dan mulai mengurangi kebiasaan menggambar.

Kata kunci : Terapi Okupasi, Konsentrasi, Anak *Hiperaktif*.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
PERSEMBAHAN .....	v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI .....	viii
ABSTRAK .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI .....	xii
<b>BAB 1    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Definisi Konsep .....	8
F. Metode Penelitian .....	10
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	10
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian .....	11
3. Jenis dan Sumber Data .....	12
4. Teknik Pengumpulan Data .....	13
5. Tahap-Tahap Penelitian .....	19
6. Teknik Analisis Data .....	20
7. Teknik Keabsahan Data .....	21
G. Sistematika Pembahasan .....	22

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Kerangka Teoritik .....	23
1. Terapi Okupasi .....	23
a. Pengertian Terapi Okupasi.....	23
b. Tujuan Terapi Okupasi .....	24
c. Sasaran Terapi Okupasi .....	24
d. Kurikulum Terapi Okupasi .....	25
e. Jenis Kegiatan Terapi Okupasi .....	25
2. Konsentrasi .....	31
a. Pengertian Konsentrasi .....	31
b. Faktor-Faktor Penyebab .....	33
3. Hiperaktif .....	35
a. Pengertian Hiperaktif .....	35
b. Karakteristik Hiperaktif .....	37
c. Penyebab Hiperaktif .....	41
d. Gejala Hiperaktif .....	44
e. Tipe Hiperaktif .....	46
4. Hubungan Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif .....	47
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan .....	48

## **BAB III PENYAJIAN DATA**

A. Deskripsi Umum Obyek Penelitian .....	51
1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	51
2. Deskripsi Konselor .....	53
3. Deskripsi Konseli .....	55
4. Deskripsi Masalah .....	58
B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	63
1. Deskripsi Proses Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif .....	63

2. Deskripsi Hasil Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif .....	102
--	-----

#### **BAB IV ANALISIS DATA**

A. Analisis Proses Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif ...	107
B. Analisis Hasil Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif ...	115

#### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	118
B. Saran .....	119

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### B. Latar Belakang Masalah

Anak-anak merupakan anugerah terindah dari Allah yang tak ternilai harganya. Anak merupakan titipan dari Allah yang perlu dijaga, dikasihi dengan sepenuh hati serta perlu dididik untuk menjadi anak yang shalih atau shalihah. Selain itu, anak juga merupakan ujian dari Allah, dibalik ujian yang Allah berikan disitulah akan ada pahala besar yang menantinya. Sehingga orang tua yang kelak nantinya akan memetik buah, hasil dari jerih payahnya selama proses mendidik untuk mengantarkan anak-anak menjadi shalih atau shalihah. Hasilnya bukan hanya dapat dinikmati di dunia, bahkan di alam kubur dan akhirat kelak. Rasulullah saw. bersabda<sup>4</sup> :

إِذَا مَاتَ الْإِنْسَانُ انْقَطَعَ عَمَلُهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثٍ : صَدَقَةٍ جَارِيَةٍ ، أَوْ عِلْمٍ يُنْتَفَعُ بِهِ ،  
أَوْ وَلَدٍ صَالِحٍ يَدْعُو لَهُ .

*“Apabila manusia telah meninggal, terputuslah amalnya kecuali dari tiga perkara : shadaqah jariyah, ilmu yang bermanfaat dan anak shalih yang mendoakan untuk orang tuanya.”* (HR. Muslim dari Abu Hurairah)

Sesaat anak telah lahir kebahagiaan itu tiada tara yang terpancar dari raut wajah kedua orang tua. Kebahagiaan itu tak bisa dilukiskan dalam kanvas apapun, tidak bisa digambarkan dalam cerita apapun dan tidak bisa dibayangkan dalam benak siapapun. Kebahagiaan itu mampu memuaskan relung naluri kedua orang tua

---

<sup>4</sup> Muhammad Ibnu Abdul Hafidh Suwaid, *Cara Nabi Mendidik Anak* (Jakarta : Al-I'tishom, 2004), hal. 23

terutama sang Ibu, bahwasannya ingin mengabarkan kepada dunia bahwa saat ini telah menjadi seorang Ibu. Fitrah manusia senantiasa mendambakan buah hati yang shalih-shalihah nan rupawan fisiknya. Terkadang harapan berbeda dengan realitas yang terjadi. Disaat orang tua menginginkan permata yang indah, disitulah Allah menguji keimanan seorang Ibu, seberapa besarkah keikhlasannya dalam menerima qodhoNya dengan diberikan buah hati yang istimewa, membutuhkan perlakuan khusus agar mendapatkan kasih sayang serta didikan seperti yang diharapkan, meskipun ia memiliki kekurangan.

Salah satu kekurangan yang ada dalam diri konseli bahwa ia mengalami kesulitan berkonsentrasi. Konsentrasi merupakan kemampuan memusatkan pemikiran atau kemampuan mental dalam penyortiran informasi yang tidak diperlukan dan memusatkan perhatian pada informasi yang dibutuhkan<sup>5</sup>.

Kesulitan berkonsentrasi dimana pada saat proses belajar membuat konseli yang bernama Aldi mengalami ketidak fokusan. Sehingga sulit untuk memusatkan perhatiannya (sulit berkonsentrasi dengan baik) saat pembelajaran, seperti menghafal, berhitung, mengerjakan tugas sekolah ataupun tugas dirumah. Selain itu proses pembelajaran dan berinteraksi membuat konseli bersikap asal-asalan, sehingga hal ini mengkhawatirkan apabila dibiarkan tanpa ada pengarahan.

---

<sup>5</sup> Robert Dilts dan Jennifer Dilts, *The Bright Mind :Strategi Mengatasi Kesulitan Konsentrasi Anak* (Jakarta : Prestasi Pustaka, 2004), hal. 15

Salah satu contoh ketika proses pembelajaran tidak fokus dengan apa yang disampaikan gurunya, baik saat menyampaikan atau mendapatkan perintah menulis, kini yang dilakukan konseli hanya asyik dengan menggambar seperti sebuah komik. Selain itu juga suka mainan pensil, atau benda-benda yang ada disekitarnya dibuatlah mainan. Hingga pada kondisi yang demikian membuat resah sang ustad atau ustadzah bahkan bundanya. Resah disini artinya pasti sedih anak didik atau buah hatinya belum bisa mengikuti pelajaran seperti layaknya yang lain.

Anak dengan ciri tersebut termasuk anak yang hiperaktif. Anak hiperaktif merupakan anak yang mempunyai perilaku sangat aktif, bergerak tanpa henti dan sulit berkonsentrasi.<sup>6</sup> Pada umumnya anak hiperaktif menunjukkan adanya suatu perilaku yang menetap pada dirinya. Dimana kebiasaan anak hiperaktif sehari-harinya saat proses pembelajaran tidak bisa diam. Ia akan selalu melakukan sesuatu yang membuatnya selalu bergerak. Seperti : menggambar, ketika diajak berinteraksi kontak matanya tidak fokus menatap lawan bicaranya, justru menoleh kesana-kemari. Begitupun pada saat pembelajaran tahfid ada saja hal-hal yang konseli lakukan sehingga fokusnya teralihkan dengan bermain, seperti kaki dan tangannya yang tak bisa diam, selalu digerakkan, memutar-mutar pensil, menggambar.

Sikap hiperaktif yang tengah terjadi pada diri konseli disebabkan karena faktor yang sering kali berdekatan dengan gadget saat usia masih kecil hingga 7 tahun. Dimana setiap hari-harinya ia disuguhkan dengan gadget sebagai teman bermainnya. Sehingga akibat keseringan

---

<sup>6</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khsuus* (Salatiga, Anifa Publishing, 2018), hal. 16

bersama gadget, hal tersebut akan mempengaruhi bahasa dan otak pada seorang anak terutama akan merusak masa-masa keemasannya atau *golden age*.

Gadget diberikan oleh sang bunda disaat sedang beraktifitas rumah tangga atau sedang menyambi jualan, harapannya anak bisa diam dan tidak mengganggu aktifitas bundanya. Tetapi pada kenyataannya gadget tersebut memang bisa membuat anak menjadi tenang, bahkan tidak rewel lagi. Akan tetapi jika gadget tersebut selalu diberikan maka faktor negatifnya akan berdampak buruk pada perkembangan sang anak.

Untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif maka diperlukan adanya metode atau teknik dalam sebuah pembelajaran yang bervariasi dan menyenangkan, sehingga akan memicu anak untuk lebih giat belajar. Dalam hal ini penggunaan teknik pembelajaran pun harus disesuaikan dengan kebutuhan anak hiperaktif. Salah satunya menggunakan teknik pembelajaran yang dapat digunakan adalah dengan terapi okupasi.

Terapi okupasi berasal dari kata occupational yang artinya aktifitas dan therapy yang artinya penyembuhan atau pemulihan. Sehingga pengertian terapi okupasi adalah proses penyembuhan melalui aktifitas. Aktifitas disini berguna untuuk proses penyembuhan konseli, jadi tidak sekedar aktifitas biasa. Dan juga aktifitas ini ditujukan untuk anak-anak yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental, kognitif, agar lebih mandiri dalam menjalani kehidupannya dan tidak bergantung pada orang lain.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khsuus* (Salatiga, Anifa Publishing, 2018), hal. 387

Adapun terapi okupasi merupakan suatu upaya penyembuhan atau pemulihan melalui aktivitas atau kegiatan yang berfungsi sebagai media terapi. Dengan aktivitas terpilih anak hiperaktif akan dilibatkan langsung secara aktif untuk kognitifnya terutama pada konsentrasinya. Agar anak tersebut dapat melaksanakan kegiatan kehidupan sehari-harinya sehingga tercapai tujuan dalam meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif, meningkatkan harkat, martabat, serta kualitas hidup. Jadi, terapi okupasi bukan memberikan kerja tetapi pekerjaan merupakan media untuk penyembuhan atau pemulihan. Hal ini ditujukan kepada anak-anak fisik, mental, kognitif, agar lebih mandiri.<sup>8</sup>

Salah satu tujuan terapi okupasi adalah membekali anak dengan kecakapan yang berguna untuk kehidupan kelak nanti, serta mengasah keterampilan dan kemandirian anak. Terapi okupasi meliputi pemulihan, pengembangan, dan pemeliharaan fisik, intelektual, sosial dan emosi anak. Keterampilan sehari-hari dalam terapi okupasi meliputi makan, mandi, berpakaian. Untuk melatih kemampuan kognitif seperti membaca, menulis, dan berhitung, menghafal.

Bentuk terapi okupasi berupa aktifitas-aktifitas yang disesuaikan dengan kondisi anak. Seperti bermain puzzle, membuat karya dari stick ice cream, menghafal, berwudhu, berhitung. Dimana konselor memberikan kegiatan terapi okupasi kepada konseli agar dapat meningkatkan konsentrasinya dengan baik. Adanya terapi okupasi bagi konseli sebagai penyembuhan melalui aktifitas-aktifitas terapi okupasi yang telah diberikan oleh konselor.

---

<sup>8</sup> Astati, *Terapi Okupasi, Bermain dan Musik Untuk Anak Tunagrahita* (Jakarta : Depdikbud, 1995), hal. 19

Bentuk pelaksanaan bimbingan dan konseling bagi anak hiperaktif dalam penelitian ini adalah bimbingan konseling Islam menggunakan terapi okupasi dengan penambahan *reinforcement* berupa pemberian *reward* dan *punishment*. Adapun dalam kegiatan terapinya apabila konseli mampu melakukannya dengan baik maka akan mendapatkan reward berupa pujian. Dan sebaliknya apabila konseli enggan melakukannya maka ia akan mendapatkan punishment berupa di diamkan sementara waktu.

Dengan adanya terapi okupasi melalui kegiatan-kegiatan yang diberikan dapat membantu konseli untuk memusatkan konsentrasinya serta bisa menjadi anak yang mandiri dikemudian hari. Sebab tak selamanya konseli dapat bergantung dengan orang-orang disekitarnya.

Adapun dalam penelitian ini yang ingin dikemukakan adalah tentang anak hiperaktif yang diberikan aktivitas atau berupa kegiatan dengan tujuan agar dapat membantu meningkatkan konsentrasi atau kefokusannya anak dalam setiap aktivitasnya terutama pada saat proses pembelajaran. Aktivitas ini merupakan sebuah kegiatan yang mengasah anak untuk meningkatkan daya konsentrasinya. Sehingga kegiatan yang diberikan kepada konseli merupakan bagian dari terapi okupasi. Dengan adanya terapi okupasi yang diberikan nantinya dapat memberikan suatu peningkatan konsentrasi anak hiperaktif. Anak hiperaktif yang semula tidak bisa berkonsentrasi dengan baik, dengan diterapkannya terapi okupasi memberikan sebuah perubahan bahwa konseli telah mampu untuk berkonsentrasi dengan baik.

Dengan adanya studi kasus tersebut, penulis merasa perlunya mengkaji masalah tersebut lebih mendalam. Sebab, membangun sebuah konsentrasi anak sangatlah penting, sehingga disinilah peneliti akan membantu,

memberikan fasilitator kepada konseli untuk menyelesaikan permasalahan yang telah di alami.

Akhirnya dari situlah, penulis juga tergugah untuk membantu dan mengarahkan konseli dalam memecahkan permasalahan yang selama ini menjadi hambatannya. Sehingga peneliti mengangkat judul penelitian : **“Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo”**.

### **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana proses terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo?
2. Bagaimana hasil dari terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui proses terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui hasil terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari peneliti ini di harapkan sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana informasi mengenai terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif. Menambah ilmu pengetahuan yang berhubungan tentang anak

hiperaktif dan konsentrasi. Sehingga dari hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mempraktekkan teori yang ada di lapangan.

## 2. Secara Praktis

Dapat membantu meningkatkan konsentrasi pada anak hiperaktif. Hasil penelitian ini dapat digunakan terapi sebagai sarana untuk melatih anak hiperaktif meningkatkan konsentrasi. Dapat mengetahui tentang keberhasilan terapi okupasi dalam meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif.

## E. Definisi Konsep

### 1. Terapi Okupasi

Terapi okupasi berasal dari kata occupational yang artinya aktifitas dan therapy yang artinya penyembuhan atau pemulihan. Sehingga pengertian terapi okupasi adalah proses penyembuhan melalui aktifitas. Aktifitas disini berguna untuuk proses penyembuhan konseli, jadi tidak sekedar aktifitas biasa. Dan juga aktifitas ini ditujukan untuk anak-anak yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental, kognitif, agar lebih mandiri dalam menjalani kehidupannya dan tidak bergantung pada orang lain.<sup>9</sup>

Terapi okupasi merupakan sebuah terapi untuk penyembuhan atau pemulihan yang menggunakan aktivitas atau kegiatan sebagai media terapinya. Dengan aktivitas terpilih anak hiperaktif akan dilibatkan langsung secara aktif untuk kognitifnya terutama pada konsentrasinya. Agar anak tersebut dapat melaksanakan kegiatan dalam kehidupannya sehari-harinya. Sehingga tercapai tujuan dalam meningkatkan konsnetrasi anak hiperaktif,

---

<sup>9</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khsuus* (Salatiga, Anifa Publishing, 2018), hal. 387

meningkatkan harkat, martabat, serta kualitas hidup. Jadi, terapi okupasi bukan memberikan kerja tetapi pekerjaan merupakan media untuk penyembuhan atau pemulihan. Hal ini ditujukan kepada anak-anak fisik, mental, kognitif, agar lebih mandiri.<sup>10</sup> Adapun terapi okupasi dalam penelitian ini adalah konsentrasi.

## 2. Konsentrasi

Anak yang gagal berkonsentrasi pada situasi tertentu menyebabkan dia dipandang sebagai anak yang tidak bisa berkonsentrasi pada semua situasi. Konsentrasi merupakan kecakapan yang bisa diajarkan oleh para orang tua dan guru. Begitu konsentrasi dipelajari, kebanyakan anak bisa menerapkannya dengan baik. Anak-anak yang belajar berkonsentrasi akan menjadi anak yang tidak mudah bosan. Belajar berkonsentrasi akan memiliki keunikan dalam diri anak. Keunikan ini bukanlah suatu masalah sejauh tidak menyebabkan masalah bagi orang lain.<sup>11</sup>

Adapun masalah konsentrasi yang dialami oleh konseli pada penelitian ini adalah konseli belum bisa mendengarkan dengan baik, konseli ketika diberikan tugas, belum bisa menyelesaikan tugas-tugasnya baik itu di sekolah maupun dirumah, konseli belum bisa memperhatikan dengan baik, dan konseli belum bisa mengikuti intruksi-intruksi yang diberikan. Adapun anak yang mengalami kesulitan berkonsentrasi, tidak bisa duduk dengan diam, mereka disebut dengan anak hiperaktif.

---

<sup>10</sup> Astati, *Terapi Okupasi, Bermain dan Musik Untuk Anak Tunagrahita* (Jakarta : Depdikbud, 1995), hal. 19

<sup>11</sup> Robert Dilts dan Jennifer Dilts, *The Bright Mind : Strategi Mengatasi Kesulitan Konsentrasi Anak* (Jakarta : Prestasi Pustaka, 2004), hal. 15

### 3. Hiperaktif

Hiperaktif adalah anak yang mengalami gangguan saraf tertentu sehingga sulit untuk memusatkan konsentrasi dan cenderung hiperkinetik (terlalu banyak bergerak).<sup>12</sup> Anak yang hiperaktif berdampak prestasi buruk di sekolah. Hal ini tidak semata-mata disebabkan rendahnya daya pikir, namun lebih dikarenakan kurangnya fokus terhadap pembelajaran, sehingga ia sulit untuk konsentrasi dalam belajar.<sup>13</sup>

## F. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, yakni penelitian yang sifatnya natural (alamiah), apa adanya, situasi normal, dan tidak dimanipulasi situasi dan kondisinya. Sebagaimana yang telah diungkapkan Bogdan dan Taylor, metode penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang dapat menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan baik dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Penelitian kualitatif suatu usaha yang dapat memahami persoalan secara keseluruhan dan mengungkapkan rahasia dan makna tertentu.<sup>14</sup>

Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian secara holistik dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan

---

<sup>12</sup> Via Azmira & Tim Redaksi Cemerlang, *A Gift : Anak Hiperaktif* (Yogyakarta : Rapha Publishing, 2015), hal. 6

<sup>13</sup> *Ibid*, hal. 70

<sup>14</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hal. 14

bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.<sup>15</sup>

Penelitian Kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowball, teknik pengumpulan data dengan triangulasi, analisis data bersifat kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna daripada generalisasi.<sup>16</sup>

Penelitian kualitatif yang penulis gunakan pada penelitian ini digunakan untuk memahami fenomena yang dialami oleh klien secara menyeluruh yang dideskripsikan berupa kata-kata dan bahasa untuk kemudian dirumuskan menjadi model, konsep, teori, prinsip dan definisi secara umum.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Penelitian studi kasus (*case study*), adalah penelitian tentang status subyek penelitian yang berkenan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan atau khas dari keseluruhan personalitas.<sup>17</sup>

Jadi penelitian ini, penulis menggunakan penelitian studi kasus karena penulis ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari individu secara detail dan mendalam selama kurun waktu tertentu. Untuk membantunya memperoleh penyesuaian diri yang lebih baik.

---

<sup>15</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 6

<sup>16</sup> Ibid, hal. 15

<sup>17</sup> Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Jakarta : Ghalia Indonesia, 1998), hal. 63-66

## 2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah seorang anak yang memiliki berkebutuhan khusus jenis hiperaktif yang mengganggu konsentrasi yang selanjutnya disebut konseli, sedangkan konselornya adalah Khusnul.

Lokasi penelitian yang dilakukan peneliti, bertempat di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo, lebih tepatnya di Jl Simowau Gang Duku 10-11 RT 06 / RW 04 Sepanjang Ta man Sidoarjo.

## 3. Jenis dan Sumber Data

### a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini bersifat non statistik, dimana data yang akan diperoleh nantinya berbentuk verbal atau deskriptif, sehingga jenis datanya bukan dalam bentuk angka. Ada dua jenis data dalam penelitian ini, yaitu :

#### 1) Data primer

Data yang langsung di ambil dari sumber pertama di lapangan, dan menjadi data utama bagi keberhasilan penelitian. Data primer dalam penelitian ini berupa proses terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo.

#### 2) Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari sumber kedua atau berbagai

sumber untuk melengkapi data primer.<sup>18</sup>  
Data sekunder diperoleh dari gambaran lokasi penelitian, keadaan klien, riwayat pendidikan klien, dan perilaku keseharian klien.

b. Sumber Data

Untuk mendapatkan keterangan dan informasi, penulis mendapatkan informasi dari sumber data. Adapun sumber data yang dimaksud adalah subyek darimana data tersebut diperoleh.<sup>19</sup>

Sumber data merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada peneliti.<sup>20</sup>

Adapun sumber datanya sebagai berikut :

- 1) Sumber data primer merupakan sumber data yang langsung diperoleh penulis di lapangan yaitu informasi dari klien yakni anak yang memiliki berekebutuhan khusus jenis hiperaktif, serta konselor yang melakukan konseling.
- 2) Sumber data sekunder, yaitu sumber data yang diperoleh dari orang lain untuk melengkapi data yang penulis peroleh dari sumber data primer. Sumber ini penulis peroleh dari informan seperti : keluarga klien, guru dan dari buku tugas klien.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa

---

<sup>18</sup> Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial : Format- Format Kuantitatif dan Kualitatif* (Surabaya : Universitas Airlangga, 2001), hal. 128

<sup>19</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek* (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2006), hal. 129

<sup>20</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2012), hal. 308

mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standart data yang ditetapkan.

Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi.

a. Observasi

Yaitu melakukan suatu pengamatan secara sistematis dan terencana untuk memperoleh data yang valid. Jadi, observasi dapat diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematik terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian.

Adapun gejala yang dialami konseli diantaranya, seperti *pertama* : ketika gurunya menjelaskan maka konseli tidak mendengarkan apa yang disampaikan, justru konseli sibuk dengan permainan yang sedang ia pegang. *Kedua*, konseli tidak mengerjakan tugas baik itu disekolah maupun dirumah. *Ketiga*, disaat guru meminta pada konseli untuk memperhatikan atas apa yang disampaikan kepada konseli, maka konseli sulit berkonsentrasi dengan baik. Setiap pandangannya selalu kemana-mana dan ada saja permainan yang ia pegang. *Keempat*, ketika guru meminta kepada konseli untuk membuka buku, maka konseli tidak mendengarkan intruksi dari gurunya.

Sehingga konseli ketika disekolah hanya memenuhi bukunya menggambar komik tentang animasi-animasi yang sering ia lihat selama ini. Disela menggambar ia gunakan untuk bermain mulai dari kertas dibentuk pesawat, pensil dibuat berjar seperti kereta api, dan sebagainya.

Dengan kondisi dan kegiatan konseli tersebut, membuatnya ia sulit berkonsentrasi dengan baik. Untuk itu peneliti memberikan proses terapi okupasi melalui kegiatan-kegiatan atau aktifitas yang menyibukkan konseli agar lebih berkonsentrasi. Aktifitas ini berupa bermain, menghasilkan karya, dan upaya menarik perhatian konseli agar bisa memperhatikan guru saat proses pembelajaran, dapat melaksanakan tugas yang diberikan guru baik disekolah maupun di rumah, serta dapat memperhatikan dengan baik.

Adapun observasi dalam penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk mengamati konseli yang meliputi, diantaranya : kondisi klien, kegiatan klien, proses terapi yang dilakukan.

b. Wawancara

Merupakan suatu proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian melalui tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan informan atau orang yang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara dimana pewawancara dan informan terlibat dalam kehidupan sosial yang relatif lama.<sup>21</sup> Jadi wawancara dapat disimpulkan suatu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan mengadakan komunikasi dengan sumber data, dengan menggunakan dialog tanya jawab secara lisan, baik langsung maupun tidak langsung.

---

<sup>21</sup> Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif : Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta: Kencana, 2010), hal. 108.

Untuk mendapatkan informasi lebih detailnya, maka peneliti mewawancarai orang tua konseli, wali kelasnya, dan guru bidang studi. Adapun terkait wawancara kepada orang tua konseli tentang kondisi konseli ketika dalam kandungan dan setelahnya. Bahwa konseli ketika dalam kandungan dan setelah melahirkan kondisinya baik-baik saja, normal seperti pada umumnya.

Ketika anak sudah mulai usia 2 tahun, karena akifitas sang ibu yang membantu suaminya bekerja anak diperkenalkan gadget. Anggapan sang Ibu yang terpenting anak diam, tidak mengganggu sang Ibu beraktifitas. Dengan perkenalan gadget tersebut lambat laun memberikan ketertarikan kepada konseli sampai ketika ia mulai usia 7 tahun hingga sekarang bisa membuat animasi-animasi kartun di laptopnya. Tetapi disisi lain karena keseringan memegang gadget, maka konseli terfokus dengan gadgetnya. Sehingga ketika konseli diarahkan untuk belajar pun ia belum bisa mengikuti, bahkan di usianya tersebut konseli belum bisa dikatakan mandiri, karena saat melepaskan baju dan sepatu masih tergantung dengan orang tua. Setiap diajak berinteraksi pandangannya kemana-mana.<sup>22</sup>

Adapun wawancara selanjutnya dengan wali kelasnya. Peneliti bertanya tentang perkembangan yang dialami oleh konseli selama menjadi wali kelasnya. Wali kelas menyampaikan bahwa konseli mengalami keterlambatan dalam

---

<sup>22</sup> Wawancara Kepada Orang Tua Konseli Pada Tanggal 15 Juli 2019, Jam 10.30

konsentrasi. Pada saat proses pembelajaran konseli tidak pernah memperhatikan. Tetapi konseli dalam hal sholat tidak mau jika ketinggalan sholatnya. Bahkan saat berwudhu pun jika ngantri, konseli tidak sabar menunggu giliran khawatir dalam benaknya kalau nanti ketinggalan sholat. Disisi lain konseli memiliki kepedulian yang tinggi terhadap orang-orang yang disekitarnya, ia berjiwa lembut.<sup>23</sup>

Untuk menggali informasi yang lebih detail, tentunya peneliti tidak hanya melakukan wawancara kepada orang tua dan wali kelasnya saja. Tetapi, peneliti juga melakukan wawancara kepada guru bidang studinya guna untuk menggali informasi yang akurat. Peneliti mengamil beberapa guru bidang studi konseli diantaranya guru bidang studi matematika dan guru bidang studi tahfidz. Jawaban dari guru bidang studi matematika mengatakan bahwa konseli sulit untuk mengikuti proses pembelajaran yang ada. Konseli keseringan bermain sendiri dan menggambar. Semua bukunya penuh dengan gambaran komik. Bingung caranya harus bagaimana kepada konseli. Disitulah beliau mengeluh dengan perkembangan konseli. Tetapi beliau semangat, tidak pernah menyerah saat menghadapi anak yang seperti mas Aldi. Karena menjadi tanggung jawab gurunya juga untuk mendidik.

Selain kepada guru bidang studi peneliti juga melakukan kepada guru tahfidz. Kalau yang

---

<sup>23</sup> Wawancara Kepada Wali Kelas Konseli Pada Tanggal 24 Juli 2019, Jam 12.30

beliau katakan terkait konseli bahwa konseli dari segi hafalan sudah banyak yang ia hafal. Tetapi, konseli saat muroja'ah bermain kakinya, bermain dengan pensil dan konseli tak lupa selalu membawa buku tulis buat gambar. Sehingga hal ini membuat konseli tidak berkonsentrasi dengan baik. Sampai gurunya mencoba melarang konseli menggambar saat belajar. Karena konseli membutuhkan kesabaran dalam menanganinya, maka konseli tidak juga mendengarkannya.<sup>24</sup>

Itulah wawancara kepada para narasumber terkait informasi konseli. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi mendalam pada diri klien yang meliputi : identitas diri klien, kondisi keluarga, lingkungan, serta permasalahan yang tengah dialami klien.

#### c. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.<sup>25</sup>

Adapun dokumentasi yang diambil dalam penelitian ini, peneliti mengambilnya melalui

---

<sup>24</sup> Wawancara Kepada Guru Tahfid Konseli Pada Tanggal 29 Juli 2019, Pukul 07.30 WIB

<sup>25</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung : Alfabeta, 2008), hal. 329.

laporan hasil tes psikologi, buku tugas konseli, dan nilai raport konseli. Dari ketiganya menyimpulkan bahwa konseli mengalami permasalahan dalam konsentrasinya. Perkembangan konsenrasi yang dialami konseli menghambat proses pembelajarannya, sehingga konseli tertinggal pelajarannya. Ketika dirumah bundanya yang harus bekerja ekstra untuk mengajak belajar konseli. Hingga pada suatu kondisi tertentu sang bunda sempat marah kepada konseli, konseli disitu menangis tersedu-sedu dan ia melarikan diri menuju kamar. Akhirnya sang bunda menyadari bahwa cara yang dilakukan bukanlah memberikan solusi kepada konseli justru menambah beban konseli. Keesokan harinya sang bunda berusaha mencari cara agar konseli mau belajar. Cara itu pun ditempuh oleh sang bunda melalui permainan-permainan yang ada. Dengan begitu bisa menambahkan semangat belajar konseli.

Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Hasil penelitian dari observasi atau wawancara akan lebih kredibel jika didukung oleh sejarah pribadi. Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data dari laporan hasil tes, buku tugas konseli, dan hasil raport konseli.

#### 5. Tahap-Tahap Penelitian

Ada beberapa tahapan yang harus dilalui oleh peneliti saat melakukan penelitian, adapun hal tersebut terangkum dalam penjelasan di bawah ini :

- a. Perencanaan meliputi penentuan tujuan yang dicapai oleh suatu penelitian dan merencanakan strategi untuk memperoleh dan menganalisis data

bagi peneliti. Hal ini dimulai dengan cara memberikan perhatian khusus terhadap suatu konsep dan hipotesis yang akan mengarahkan pada penelitian yang bersangkutan dan menelaah kembali terhadap literatur, termasuk penelitian yang pernah diadakan sebelumnya, yang berhubungan dengan judul dan masalah penelitian yang bersangkutan.

- b. Pengkajian secara teliti terhadap rencana penelitian, tahap ini merupakan pengembangan dari tahap perencanaan, disini akan disajikan latar belakang penelitian, permasalahan, tujuan penelitian, serta metode atau prosedur analisis dan pengumpulan data.
  - c. Analisis dan laporan hal ini merupakan tugas terpenting dalam suatu proses penelitian.<sup>26</sup>
6. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Bogdan adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan - bahan lain, sehingga dapat mudah difahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> M. Suparmoko, *Metode Penelitian Praktis* (Yogyakarta : BPFE, 1995), hal. 3

<sup>27</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2012), halaman 334.

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan. Namun, analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan data.

Teknik analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data yang telah diperoleh atau di dapatkan. Penelitian tersebut bersifat studi kasus, untuk itu teknik analisa yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif komparatif. Analisis deskriptif komparatif yaitu setelah data tersebut terkumpul dan diolah, selanjutnya di analisis. Membandingkan pelaksanaan terapi okupasi di lapangan dan di dalam teori serta peneliti membandingkan kondisi awal konseli sebelum bersinggungan dengan terapi okupasi dengan kondisi setelah pelaksanaan terapi okupasi.

#### 7. Teknik Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam penelitian, sering hanya di tekankan pada uji validitas dan reliabilitas. Keabsahan data merupakan tingkat ketepatan antara data yang diperoleh pada obyek penelitian dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Data yang valid adalah data yang tidak terdapat perbedaan antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan kenyataan yang terjadi pada obyek di lapangan. Akan tetapi, perlu diketahui bahwa kebenaran realitas data menurut penelitian kualitatif tidak bersifat tunggal, tetapi bersifat jamak dan tergantung pada konstruksi masalahnya.<sup>28</sup>

Dalam hal ini peneliti sebagai instrumen yang menganalisa data-data langsung di lapangan untuk

---

<sup>28</sup> Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif (Bandung : Alfabeta, 2014), hal. 119

menghindari kesalahan pada data-data tersebut, maka dari itu untuk mendapatkan hasil yang optimal dalam penelitian ini, peneliti harus mengetahui bagaimana cara-cara memperoleh tingkat keabsahan data.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan skripsi yang akan saya lakukan, terbagi atas lima bagian dengan susunan sebagai berikut :

Bab I : Pendahuluan, pada ini menjelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II : Kajian Pustaka, bab ini mencakup teori-teori yang dijadikan dasar dalam menentukan langkah-langkah pengambilan data, memaparkan tinjauan pustaka yang digunakan sebagai pijakan penelitian dalam memahami dan menganalisa fenomena yang terjadi di lapangan. Yakni tentang teori-teori pelaksanaan terapi okupasi, serta penjelasan tentang konsentrasi anak hiperaktif dan apa saja hambatan atau kesulitan yang dialaminya.

Bab III : Metode Penelitian, bab ini menjelaskan tentang pendekatan dan jenis penelitian, informan penelitian, lokasi penelitian, metode pengumpulan data, teknis analisis data, kesimpulan (verifikasi data), pengecekan keabsahan data (triangulasi).

Bab IV : Analisis Data, dalam bab ini penulis membahas tentang profil singkat *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo, penyajian data tentang penerapan dan pelaksanaan terapi okupasi pada siswa kelas 5 SD yang hiperaktif, serta hasil dari proses pelaksanaan terapi okupasi tersebut.

Bab V : Penutup, pada bab ini membahas tentang kesimpulan dan saran.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teoritik

##### 1. Terapi Okupasi

###### a. Pengertian Terapi Okupasi

Terapi okupasi berasal dari kata occupational yang artinya aktifitas dan therapy artinya penyembuhan atau pemulihan. Jadi pengertian terapi okupasi adalah proses penyembuhan melalui aktifitas. Terapi ini di tujukan untuk anak-anak yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental, kognitif agar lebih mandiri dalam menjalani kehidupannya dan tidak bergantung pada orang lain.<sup>31</sup>

Terapi okupasi merupakan terapi yang diberikan untuk penyandang cacat mental maupun fisik agar dapat melakukan perawatan diri atau kegiatan sehari-hari dengan normal. Terapi ini menekankan pada aspek motorik, sensorik, dan neurologis. Tujuan dari terapi ini adalah membuat mereka yang kelainan bisa melakukan aktivitas harian secara mandiri atau minimal mampu merawat diri sendiri, dengan demikian mereka tidak lagi menjadi beban orang lain. Terapi okupasi untuk penderita ADHD atau hiperaktif disesuaikan dengan kekurangannya. Misalnya kekurangan anak pada motorik halus (belum mampu menulis, memakai baju, dsb), maka terapi

---

<sup>31</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khusus* (Salatiga : Anifa Publishing, 2018), hal. 387

akan dilakukan untuk melatih motorik halus, serta melatih konsentrasi.<sup>32</sup>

b. Tujuan Terapi Okupasi

Secara umum terapi okupasi diujukan untuk menangani 2 hal, yaitu :

- 1) Fisik yaitu memberikan terapi yang melatih gerakan tangan dan kaki. Misalnya : melempar bola, menendang bola, menyusun puzzle.
- 2) Mental dapat memberikan sebuah terapi yang akan melatih dan mengembangkan bakat anak, kreatifitas, dan rasa percaya diri. Misalnya : menari, menyulam, menempel, dll.<sup>33</sup>

c. Sasaran Terapi Okupasi

Terapi okupasi ini bisa dilakukan pada :

- 1) Anak autis
- 2) Anak hiperaktif
- 3) Anak *celebral palsy* yang mengalami kelainan dalam koordinasi kemampuan motoriknya
- 4) Anak *down syndrom* yang mengalami gangguan belajar dan fungsi-fungsi motoriknya
- 5) *Dyspraxia* berupa gangguan kemampuan motorik sehingga kesulitan melakukan koordinasi antara otak, mata, dan anggota gerak. Sehingga mengalami gangguan ketika berlari, melompat, berjalan berbelok.

---

<sup>32</sup> Via Azmira, *A Gift : Anak Hiperaktif* (Yogyakarta : Rapha Publishing, 2015), hal. 110

<sup>33</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khusus* (Salatiga : Anifa Publishing, 2018), hal. 388

d. Kurikulum Terapi Okupasi

Untuk membuat kurikulum terapi okupasi dan satuan kegiatan harian, maka perlu beberapa hal yang harus dipersiapkan. Kurikulum terapi okupasi biasanya berupa aktifitas-aktifitas yang disusun untuk melatih kekuatan otot, konsentrasi, saraf serta fungsi gerak. Sekaligus berupa aktifitas yang mengembangkan keterampilan, minat dan bakat anak. Sehingga bisa mandiri diusia dewasa.

Bentuk satuan kegiatannya akan dibagi dalam 2 hal, yaitu :

1) *Activity Day Learning*

Yaitu terapi yang diberikan kepada anak dalam bentuk memberikan berbagai keterampilan hidup agar anak lebih mandiri. Contohnya : berlatih memakai baju, BAK, BAB, menali sepatu, dan sebagainya.

2) Permainan

Terapi berbentuk permainan ini akan memberikan kesenangan pada anak, sekaligus untuk mengasah kemampuan sosialisasi. Misalnya bermain lempar bola, tebak kata, mencari jejak.<sup>34</sup>

e. Jenis Kegiatan Terapi Okupasi

Jenis kegiatan terapi okupasi bertujuan untuk melatih konseli sejauh mana tingkat konsentrasinya. Agar dari kegiatan yang telah diberikan oleh peneliti bisa membantu melatih konsentrasinya. Jenis kegiatan terapi okupasi diantaranya berupa puzzle, tata cara berwudhu, tata cara sholat, do'a harian, menghafal, adab makan dan minum, storytelling.

---

<sup>34</sup> Ibid, hal. 389

## 1) Puzzle

Merupakan bentuk alat permainan edukatif yang paling banyak kita temukan di lembaga PAUD dan kebanyakan anak-anak menyukainya. Alat permainan model puzzle seperti inilah jumlahnya sangat banyak. Seperti : puzzle bentuk hewan, puzzle bentuk geometri, puzzle bentuk buah, puzzle bentuk anggota tubuh, puzzle bentuk angka, puzzle bentuk huruf. Tujuan adalah untuk mengenali bentuk-bentuk dari permainan puzzle, mengembangkan motorik halus, melatih konsentrasi, ketelitian, kreativitas, kesabaran, pengenalan warna dan bentuk serta tekstur suatu benda.<sup>35</sup>

Stik *ice cream* juga termasuk permainan puzzle. Jenis permainan ini membutuhkan ekstra kesabaran, keuletan, konsentrasi, dan juga kreatif dalam membentuk sebuah bentuk. Serta di stik *ice cream* inilah klien benar-benar akan dilatih kefokusannya atau konsentrasinya dalam menyatukan perbatang stiknya yang menggunakan glukol.

## 2) Berwudhu

Menurut bahasa wudhu artinya bersih dan indah, sedangkan menurut syara' artinya membasuh atau membersihkan anggota badan tertentu dengan air serta dilakukan dengan cara tertentu untuk menghilangkan hadas kecil. Dengan berwudhu merupakan syarat syahnya menjalankan shalat, oleh

---

<sup>35</sup> M. Fadlillah, *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini* (Jakarta : Prenadamedia Group, 2018), hal. 85

sebab itu berwudhu dengan baik dan benar sangatlah dianjurkan.<sup>36</sup>

Berwudhu juga salah satu untuk melatih konsentrasi. Sebab dalam berwudhu pun ada tata caranya dan juga berurutan. Tentu menghafal gerakan wudhu mulai berkumur-kumur hingga membasuh kedua kaki bukanlah hal yang mudah terutama bagi anak hiperaktif.

### 3) Sholat

Shalat secara bahasa artinya berdo'a. Sedangkan shalat menurut istilah artinya suatu perbuatan serta perkataan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam sesuai dengan persyaratan yang ditentukan. Shalat merupakan kewajiban yang mutlak, yang wajib dilaksanakan oleh umat Islam selama ruh masih ada dikandung badan dalam situasi dan kondisi apapun.<sup>37</sup> Seperti dalam firman Allah SWT :

وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ

*“Dan dirikanlah shalat, tunaikanlah zakat, dan ruku'lah beserta orang-orang yang ruku'.”* (QS. Al-Baqarah : 43)

Pelaksanaan sholat memerlukan ketertiban dalam menjalankannya. Anak ketika sholat diajarkan bagaimana tata cara

---

<sup>36</sup> Imam Bashori Assayuthi, *Bimbingan Ibadah Shalat Lengkap* (Surabaya : Mitra Ummat, 1998), hal. 14

<sup>37</sup> Syaiful Jazil, *Fiqh Ibadah* (Surabaya : Putra Media Surabaya, 2010), hal. 122

sholat yang khusyu'. Melaksanakan sholat yang khusyu' merupakan sebuah pilihan. Karena tidak semua orang mampu melaksanakan sholat dengan khusyu', sekedar menggugurkan kewajiban. Sebab kesibukan yang padat membuatnya tergesa-gesa dalam menjalankan Ibadah sholat. Sesungguhnya ketika sholat dilaksanakan secara khusyu' tentu akan ada perasaan tentram dalam qolbu ini. Seakan-akan ingin menghabiskan waktunya untuk berkhalwat dengan Allah SWT.

Meskipun anak hiperaktif, konselor ingin menerapkan sholat yang khusyu' dan tertib. Hal ini diperlukan sebuah *habbit* (kebiasaan) dalam mengarahkan konseli. Sehingga konseli nantinya akan terbiasa khusyu' dan tertib. Inilah yang akan mendorong tingkat konsentrasi anak hiperaktif.

#### 4) Do'a

Menurut kamus besar bahasa Indonesia do'a adalah permohonan (harapan, permintaan, pujian) kepada Allah. Menurut kementerian agama RI pengertian do'a adalah memohon atau meminta pertolongan kepada Allah SWT, tetapi bukan berarti hanya orang yang terkena musibah saja yang layak memanjatkan do'a. Sebagai seorang muslim layak berdo'a walaupun dalam keadaan sehat. Do'a merupakan unsur yang paling esensial

dalam ibadah. Sebagaimana Sabda Rasulullah saw.<sup>38</sup> :

الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ

“Do’a adalah ibadah”

#### 5) Menghafal

Sedangkan istilah menghafal berasal dari kata “*hafal*” yang berarti “dapat mengucapkan diluar kepala (tanpa melihat buku atau catatan lainnya)”. Jika diberi awalan “*me*” maka berarti “berusaha meresapkan ke dalam pikiran agar selalu ingat”.<sup>39</sup> Disini ada proses mengingat sesuatu hingga waktu yang tak tentu, tergantung tingkat hafalan sejauh mana seseorang dapat mempertahankan sesuatu yang diingatnya.

Klien diberikan metode menghafal karena disitu memberikan daya konsentrasi tinggi. Di sekolah ada pembelajaran tahfidz untuk anak-anak tilawah dilanjut dengan setoran hafalan.

#### 6) Adab makan dan minum

Setiap hari kita melakukan makan dan minum Allah SWT. memberi rizki kepada semua makhluknya Allah menyuruh makan dan minum. Makanan sangat diperlukan oleh tubuh kita ketika akan makan, kita harus yakin bahwa makanan yang kita makan

---

<sup>38</sup> Efmi Maiyana, “Pemanfaatan Android Dalam Perancangan Aplikasi Kumpulan Doa”, Jurnal Sains dan Informatika : Research of Science and Informatic, (online), Vol. 4, No. 1, (<https://ejournal.kopertis10.or.id>, diakses 24 Juni 2019)

<sup>39</sup> Suharso dan Ana Retnoningsih, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Lengkap* (Semarang : Widya Karya, 2010), hal. 160.

adalah makanan yang halal juga memperhatikan adab atau tata cara makan dan minum yang benar. Adab makan dan minum<sup>40</sup> :

- a) Mencuci tangan terlebih dahulu
- b) Makan atau minum sambil duduk
- c) Membaca do'a sebelum makan atau minum
- d) Menggunakan tangan kanan
- e) Makanlah dengan secukupnya tidak berlebihan
- f) Makanlah ketika lapar dan berhentilah sebelum kenyang
- g) Berdo'a setelah makan dan minum
- h) Mencuci tangan hingga bersih

7) Berhitung

Berhitung berasal dari kata hitung yang mempunyai makna keadaan, setelah mendapat awalan ber- akan berubah menjadi makna yang menunjukkan suatu kegiatan menghitung (menjumlahkan, mengurangi, membagi, mengalikan). Berhitung juga membutuhkan konsentrasi, kefokuskan, ketelitian dengan cermat sehingga akan menemukan hasilnya.

8) *Story Telling*

Merupakan sebuah seni yang menggambarkan peristiwa yang sebenarnya maupun berupa fiksi dan dapat disampaikan menggunakan gambar atau suara. Storytelling dapat diartikan penggambaran tentang

---

<sup>40</sup> H. Muchsan, *Akidah Akhlaq Kelas 1 MI* (Jakarta : Yudistira, 2013), hal. 83-85

kehidupan yang dapat berupa gagasan, kepercayaan, pengalaman pribadi, pembelajaran tentang hidup melalui sebuah cerita.

Konselor memberikan cerita kepada konseli, dengan begitu dapat menyampaikan kembali hasil ceritanya. Hal ini melatih daya fokus atau konsentrasinya sejauh mana. Karena setiap manusia proses belajarnya berbeda. Ada yang mampu melalui audio, visual, atau bisa keduanya. Belajar melalui audio visual mencerminkan tingkat kefokusannya seseorang tinggi.

## 2. Konsentrasi

### a. Pengertian Konsentrasi

Konsentrasi berasal dari kata kerja *concentrate* yang berarti memusatkan, dalam bentuk kata benda *concentration* artinya pemusatan. Konsentrasi adalah pemusatan pikiran pada suatu hal dengan cara menyampingkan hal-hal lain yang tidak berhubungan. Siswa yang berkonsentrasi dapat diamati dari beberapa tingkah lakunya ketika proses belajar mengajar.<sup>41</sup>

Konsentrasi adalah pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang dipelajari dan mengabaikan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari.<sup>42</sup> Anak yang gagal berkonsentrasi pada situasi

---

<sup>41</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi* (Jakarta : Rineka Cipta, 2010), hal. 86

<sup>42</sup> Richma Hidayati, *Peran Konselor Sekolah Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Siswa Hiperaktif*, Jurnal Konseling, (Online), Vol. 1, No. 1 (<https://www.umk.ac.id>, diakses 2 Juni, 2019)

tertentu menyebabkan ia dipandang sebagai anak yang tidak bisa berkonsentrasi pada semua situasi.

Konsentrasi merupakan keadaan pikiran atau asosiasi terkondisi yang diaktifkan oleh sensasi didalam tubuh. Untuk mengaktifkan sensasi dalam tubuh membutuhkan keadaan yang rileks dan suasana yang menyenangkan, karena dalam keadaan tegang seseorang tidak akan dapat menggunakan otaknya dengan maksimal karena fikiran menjadi kosong.<sup>43</sup> Dikatakan suasana yang menyenangkan apabila anak berada dalam keadaan yang sangat rileks, tidak ada sama sekali ketegangan yang mengancam dirinya baik fisik maupun non fisik. Oleh karena itu, diperlukan suatu metode yang bisa membuat hati anak menjadi rileks dalam melakukan sebuah aktivitas. Sehingga hal ini diperlukan sebuah konsentrasi yang bagus.

Konsentrasi merupakan pemusatan daya fikiran dan perbuatan pada suatu objek yang dipelajari dan mengabaikan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajari. Sehingga setiap individu memusatkan dan mengerahkan perhatiannya pada pekerjaan dan aktivitasnya dalam berkonsentrasi.<sup>44</sup>

Jadi kesimpulan konsentrasi adalah pemusatan pemikiran kepada suatu objek tertentu. Semua kegiatan yang kita lakukan senantiasa

---

<sup>43</sup> Aryati Nuryana, Efektivitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi, (online), Vol. 12, No. 1, (<https://www.ums.ac.id>, diakses 29 Mei 2019)

<sup>44</sup> Ririn Hidayati, “Peran Konselor Sekolah Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Siswa Hiperaktif (ADHD)”, Jurnal Ilmiah Kependidikan, (online), Vol. 4, No. 1, (<https://www.umk.ac.id>, diakses 28 Mei 2019)

membutuhkan konsentrasi. Dengan konsentrasi maka kita dapat mengerjakan pekerjaan lebih cepat dan memperoleh hasil yang lebih baik. Jika kurang dalam berkonsentrasi maka hasil pekerjaannya biasanya tidak dapat maksimal dan diselesaikan dalam waktu yang cukup lama.

b. Faktor-Faktor Penyebab

Ada dua hal yang menyebabkan terjadinya berkonsentrasi yaitu :

1. Faktor Eksternal

1) Lingkungan

Untuk faktor lingkungan, mislanya anak diberi tugas menggambar. Pada saat yang bersamaan dia mendengar suara ramai dan itu lebih menarik perhatiannya sehingga tugasnya pun diabaikan. Jadi lingkungan mempengaruhi konsentrasinya.

2) Pola Pengasuhan yang *permissive*

Merupakan pengasuhan yang sifatnya menerima atau membolehkan apa saja yang dilakukan sehingga anak kurang dilatih untuk menyelesaikan suatu tugas sampai selesai dan jika ia mengalami kesulitan, orang tua akan membantunya dan membiarkan anak beralih melakukan sesuatu yang lain.

3) Faktor psikologis

Karena faktor psikologis anak juga bisa mempengaruhi konsentrasinya. Anak yang mengalami tekanan, ketika mengerjakan sesuatu bisa menjadi tidak berkonsentrasi, sehingga ia tidak fokus dalam menyelesaikan pekerjaannya.

Misalnya suasana disekolah yang berbeda dengan suasana dirumah, disekolah anak tersebut kaget ketika dihadapkan dengan temannya yang lebih berani membuat anak tersebut ketakutan dan kekhawatiran sehingga mempengaruhi konsentrasinya. Atau contoh lain anak yang tidak pandai dikelas terus ada seorang teman yang mengejeknya bodoh maka perkataan buruk tersebut bisa juga mempengaruhi konsentrasinya.

## 2. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor dari dalam dirinya sendiri, antara lain karena adanya gangguan perkembangan otak dan hormon yang dihasilkan oleh *neurotransmitter*. Jika hormon yang dihasilkan oleh *neurotransmitternya* lebih banyak menyebabkan anak cenderung menjadi hiperaktif. Jika hormon yang dihasilkan oleh *neurotransmitternya* kurang menyebabkan anak menjadi lambat, sehingga dapat mengakibatkan lambatnya konsentrasi.

Konsentrasi atau perhatian biasanya berada di otak daerah *frontal* (depan) dan *parietalis* (samping). Gangguan di daerah ini bisa menyebabkan kurangnya atensi atau perhatian anak. Jadi, karena sistem di otak dalam memformulasikan fungsi-fungsi aktivitas seperti penglihatan, pendengaran, motorik, dan lainnya diseluruh jaringan otak terganggu, mengakibatkan anak tidak dapat berkonsentrasi karena input yang masuk ke

otak terganggu. Akibatnya stimulasinya pun tidak bagus, gangguan ini bukan merupakan bawaan melainkan bisa didapat misalnya karena mengalami infeksi otak.

Oleh sebab itu, penyebab sulitnya anak dalam berkonsentrasi harus dicari dahulu apakah faktor eksternal dan internal. Apabila penyebabnya karena faktor lingkungan baik guru maupun orang tua dapat membantu anak meminimalkan lingkungan sedemikian rupa agar anak bisa fokus atau memusatkan perhatiannya.

### 3. Hiperaktif

#### a. Pengertian Hiperaktif

Hiperaktif adalah anak yang punya perilaku sangat aktif, bergerak tanpa henti dan sulit berkonsentrasi. Hiperaktif sering disebut ADHD atau *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*.<sup>45</sup> ADHD (*Attention* = perhatian, *Deficit* = berkurang, *Hyperactivity* = hiperaktif dan *Disorder* = gangguan) disebut sebagai anak dengan gangguan perhatian dan cenderung hiperaktif.<sup>46</sup>

Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif yang sering disebut sebagai *Attention deficit Hyperaktive Disorder* (ADHD) yaitu suatu sindrom neoropsikiatrik yang akhir-akhir ini banyak ditemukan pada anak-anak. Gejala kurang konsentrasi yang terjadi pada anak ADHD atau *hyperaktive* dapat mengganggu masa

---

<sup>45</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khusus* (Salatiga : Anifa Publishing, 2018), hal. 16

<sup>46</sup> Ratih Putri Pratiwi, Alfin Murtiningsih, *Kiat Sukses Mengasuh Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta : Ar-Ruzz Media, 2013), hal. 56

perkembangan anak dalam hal kognitif, perilaku, sosialisasi maupun komunikasi.<sup>47</sup>

Istilah lain dari hiperaktif adalah *Attention Deficit Disorder (ADD)* atau *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Istilah ini menggambarkan hambatan anak hiperaktif dalam memfokuskan perhatiannya. ADD lebih tepat disebut sebagai gangguan pemusatan perhatian (GPP) karena pada beberapa kasus jarang ditemukan anak yang mengalami gangguan konsentrasi tanpa disertai hiperkinetik.

Anak hiperaktif adalah anak yang mengalami gangguan saraf tertentu sehingga sulit memusatkan konsentrasi dan cenderung hiperkinetik (terlalu banyak bergerak). Anak dengan hiperaktif ini sulit untuk diajari sesuatu dan terus bergerak tanpa henti. Saat teman-temannya memperhatikan guru dikelas, ia justru berbicara sendiri, menulis sesuai dengan keinginannya, atau lari kesana kemari dan mengganggu teman lain. Hiperaktif memang selalu identik dengan banyaknya gerakan.<sup>48</sup>

Cara berfikir anak hiperaktif berbeda dengan anak normal. Anak normal akan memberikan perhatian dan menurut dengan kontrol orang lain yang sesuai dengan hatinya, sedangkan fikiran anak hiperaktif selalu “*semau gue*” tanpa dapat dikontrol sama sekali.

---

<sup>47</sup> Nuligar Hatiningsih, *Play Therapy Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD)*, Jurnal Ilmiah Kependidikan, (online), Vol. 1, No. 2 (Agustus. 2013), (<https://www.umm.ac.id>), diakses 27 Mei 2019)

<sup>48</sup> Via Azmira, *A Gift : Anak Hiperaktif* (Yogyakarta : Rapha Publishing, 2015), hal. 6

Anak hiperaktif juga terkesan sulit ketika diajak berkomunikasi, setiap diajak bicara mereka tidak menanggapi justru melakukan aktivitas yang lain, mendengarkan yang lain, kontak mata yang sulit fokus untuk saling menatap. Hal ini terjadi karena antara otak dan pendengaran kurang sinkron sehingga apa yang ia dengar di telinga tidak sampai pada otak atau menafsirkannya berbeda.

Definisi secara umum hiperaktif menjelaskan kondisi anak-anak yang memperlihatkan simtom-simtom (ciri atau gejala) kurang konsentrasi, hiperaktif, dan impulsif yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan sebagian besar aktivitas hidup mereka.<sup>49</sup>

b. Karakteristik Hiperaktif

Anak yang selalu mengganggu teman, tidak bisa diam dan seolah-olah tidak memperhatikan pelajaran di kelas, serta dinyatakan oleh gurunya tidak dapat mengikuti kegiatan belajar di dalam kelas, bukanlah anak nakal dan juga bukan anak yang malas atau bodoh. Namun anak tersebut mengalami gangguan dalam perkembangannya yaitu gangguan hiperkinetik yang secara luas di masyarakat disebut sebagai anak hiperaktif. Adapun karakteristik anak hiperaktif :

- 1) Kemampuan akademik tidak optimal
- 2) Kecerobohan dalam hubungan sosial
- 3) Kesembronoan dalam menghadapi situasi yang berbahaya
- 4) Sikap melanggar tata tertib secara impulsif

---

<sup>49</sup> MIF. Baihaqi dan M. Sugiartin, *Memahami dan Membantu Anak ADHD* (Bandung : PT Refika Aditama, 2008), Hal. 1

- 5) Mengalami kesulitan berkonsentrasi pada saat belajar, mendengarkan guru, dan permainan.
- 6) Hiperaktif, selalu bergerak tidak bisa tenang
- 7) Impulsivitas, melakukan sesuatu tanpa difikir terlebih dahulu<sup>50</sup>

Adapun ciri-ciri anak hiperaktif secara umum adalah memiliki sifat yang sangat agresif. Tidak bisa tenang, sulit bergaul dengan teman sebayanya, sulit berkonsentrasi dan lain sebagainya. Jika ditinjau dari segi fisiknya, anak hiperaktif adalah anak yang memiliki perilaku tidak normal disebabkan oleh disfungsi neurologis serta gejala utamanya tidak mampu memusatkan perhatian. Adapun Ciri-ciri anak hiperaktif sebagai berikut :

- a) Sulit menyelesaikan tugas

Anak yang hiperaktif merasa sulit untuk memfokuskan pada satu pekerjaan atau tugas sehingga seringkali tidak bisa menyelesaikan tugasnya.

- b) Kehilangan fokus

Anak yang hhiperaktif mudah sekali merasa bosan dengan suara yang ada sehingga ia mudah mengalihkan perhatiannya dengan kegiatan yang ia senangi. Akibatnya anak hiperaktif mudah kehilangan fokusnya.<sup>51</sup>

- c) Mengganggu teman

---

<sup>50</sup> Ferdinand Zaviera, *Anak Hiperaktif : Cara Cerdas Menghadapi Anak Hiperaktif dan Gangguan konsentrasi* (Jogjakarta : Katahati, 2012), hal. 12

<sup>51</sup> Via Azmira, *A Gift : Anak Hiperaktif* (Yogyakarta : Rapha Publishing, 2015), hal. 6

Anak hiperaktif suka mencari perhatian dari teman-temannya, namun cara yang digunakannya kurang tepat. Mereka sering kali bersikap jahil, suka menggoda, sehingga terkadang sikapnya membuat temannya merasa terganggu. Harapannya dia mendapatkan sebuah perhatian, tapi justru rasa benci yang di dapat.

d) Tanpa teman

Anak hiperaktif jarang memiliki teman akrab. Hal ini disebabkan sulitnya berkomunikasi dan sikapnya yang acuh terhadap lingkungan. Ia juga suka mainan air ludah sehingga hal ini membuat temannya terganggu dan menjauh darinya. Sikap ini menimbulkan pertikaian, akibatnya tak ada teman yang bergaul dengannya bahkan ia dianggap sebagai pengganggu di kelasnya.

e) Sulit diajak mengantri

Rasa bosan yang begitu besar pada anak hiperaktif menyebabkan dia tidak mau antri menunggu giliran. Pada kondisi tertentu seperti kegiatan baris sebelum masuk kelas, pembagian nilai, atau pada saat pembagian makanan, mengantri berwudhu. Saat mengantri lama, maka ia akan menyerobot giliran temannya atau mudah menangis berteriak ketika lama menunggu antriannya.

f) Tugas terbengkalai

Kesulitan konsentrasi yang dialaminya menghambat perkembangan kognitif anak. Ia tidak dapat fokus pada satu pekerjaan sehingga tugas sekolahnya tidak pernah selesai dengan tuntas. Masalah tersebut

ditambah dengan sikap cuek terutama saat mengerjakan tugas dari gurunya. Hal ini membuatnya tidak pernah merasa bersalah dan bertanggung jawab atas kewajibannya.

g) Tidak mau duduk mendengarkan

Tingkah laku hiperkinetik yang menjadi ciri khas anak hiperaktif tetap terbawa hingga dibangku sekolah. Pada masa ini ia tidak mau duduk diam mendengarkan guru saat mengajar, namun malah berlari dan usil terhadap teman-temannya. Sikapnya membuat greget pengajar dan tidak jarang anak hiperaktif harus belajar di sekolah khusus.

h) Mudah marah

Energi berlimpah yang dimiliki anak hiperaktif kini tidak lagi disalurkan melalui permainan seperti memanjat, berputar, berlari. Salah satu penyaluran energi tersebut adalah dengan mudah marah. Saat marah, penderita hiperaktif cenderung aktif dalam berbicara dan berbuat.

Sifat mudah marah pada penderita hiperaktif dapat disebabkan karena kegagalan dalam komunikasi dan memahami permasalahan. Ia lebih tertarik untuk berfikir sesuai kehendak hati sehingga kesalahpahaman sering terjadi, mudah tersinggung dalam suatu pembicaraan.

i) Sulit memahami materi

Ketika anak hiperaktif melakukan proses pembelajaran di sekolah atau di tempat lain maka, ia akan mudah merasa gusar sehingga ia menggerakkan tangan atau kakinya,

mengubah posisi duduk dalam waktu yang singkat. Sehingga sikapnya yang demikian membuatnya ia sulit memahami materi. Dan juga ia akan kebingungan dengan tugasnya yang harus diselesaikan.

c. Penyebab Hiperaktif

Hiperaktif merupakan sebuah gangguan pada perkembangan otak yang menyebabkan penderitanya menjadi hiperaktif, impulsif serta sulit memusatkan perhatian. Adapun penyebab dari hiperaktif seperti perilaku tidak bisa diam, ketidak mampuan untuk memberi perhatian yang cukup lama, hiperaktivitas, aktivitas motorik yang tinggi, mudah hilangnya perhatian, canggung, infleksibilitas, berbuat tanpa difikirkan akibatnya yang terjadi.<sup>52</sup> Adapun penyebab lain dari hiperaktif diantaranya :

1) Faktor genetik

Berdasarkan data yang di dapat dari lapangan, perilaku hiperaktif biasanya menurun dari keluarganya. Sebanyak 25-35% orang tua yang pernah mengalami hiperaktif memiliki anak yang berperilaku sama. Akan tetapi, sampai sejauh ini belum ditemukan gen spesifik pembawa sifat tersebut.

2) Riwayat kehamilan

Kondisi Ibu selama kehamilan diduga mempengaruhi perilaku anak, termasuk masalah hiperaktif. Apa saja yang dikonsumsi, gaya hidup, dan psikologis Ibu sangat berpengaruh pada perkembangan janin

---

<sup>52</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung : CV. Alfabeta, 2007), hal. 67

sehingga harus benar-benar dijaga. Apalagi 80% pembentukan otak dilakukan pada masa kehamilan. Bila Ibu terinfeksi suatu penyakit pada saat hamil, maka tumbuh kembang otak akan terhambat. Bila hambatannya terjadi pada pembentukan neurotransmitter dopamin atau gelombang beta, maka salah satu akibat yang mungkin dihasilkannya adalah perilaku hiperaktif pada anak yang dilahirkan.

3) Konsumsi alkohol

Ibu hamil sebaiknya tidak mengonsumsi alkohol selama masa kehamilannya. Alkohol dapat menurunkan aktivitas sel saraf yang bekerja menghasilkan neurotransmitter selama masa kehamilan. Alkohol memang tidak langsung masuk pada plasenta, namun mempengaruhi metabolisme pada tubuh ibu yang ujungnya berakibat negatif pada pembentukan komponen saraf otak pada janin.

4) Faktor lingkungan

Kelainan hiperaktif bukan hanya bawaan lahir saja, namun juga terjadi karena pengaruh lingkungan yang kurang baik. Lingkungan perokok dipercaya menyebabkan perubahan tingkah laku dan konsentrasi anak yang menjadi tidak terarah. Penelitian yang dilakukan oleh Hillel R. Alpert, peneliti dari *Harvard School of Public Health's Center* mengatakan bahwa, "Anak-anak masih dalam masa perkembangan dan tubuh mereka masih bertumbuh. Sehingga asap rokok terhadap otak mereka jauh lebih berbahaya dibanding dengan orang dewasa". Berdasarkan survei

yang dilakukan pada tahun 2007, didapatkan hasil bahwa 8% anak mengalami gangguan belajar, 6% menderita ADHD atau hiperaktif, dan 4% mengalami gangguan tingkah laku seperti agresif dan suka menantang.

Selain rokok, kurang tidur diduga sebagai salah satu faktor predisposisi perilaku hiperaktif. Seperti diungkapkan peneliti dari Pennsylvania State University bahwa ada hubungan antara kurang tidur dengan perubahan perilaku seperti hiperaktif dan depresi. Hal ini bisa disebabkan terganggunya metabolisme neurotransmitter dan hormon yang mempengaruhi emosi seorang sebagai akibat kurang tidur. Beberapa hormon diperbaiki saat manusia tertidur. Saat manusia kurang tidur dapat mengacaukan keseimbangannya.

5) Faktor makanan

Makanan tidak langsung memberikan pengaruh terhadap anak hiperaktif. Akan tetapi hasil dari penelitian memberikan ultimatum bahwa makanan yang kurang sehat diantaranya seperti *junk food*, yang mengandung pestisida, dan berbahan kimia. Jenis makanan seperti inilah yang bisa mempengaruhi anak menjadi hiperaktif. Seberapa banyak dan bahan apa saja yang kurang berpengaruh langsung terhadap hiperaktif masih belum terungkap.

6) Riwayat persalinan

Kronologi pada saat berlangsungnya proses persalinan dapat menyebabkan cacat otak pada bagian frontal. Cacat ini

mengakibatkan kelainan tertentu, misalnya perubahan tingkah laku.

7) Dopamin

Dopamin merupakan salah satu bentuk dari neurotransmitter. Neurotransmitter merupakan senyawa kimia yang bertugas mengangkut rangsangan atau impuls dari satu sel neuron ke sel neuron berikutnya. Neurotransmitter dopamin akan bertugas mengantarkan impuls yang berhubungan dengan sensasi emosi, tingkah laku (motorik) dan beberapa proses psikologis.

Penyebab disfungsi dopamin bermacam-macam. Misalnya konsumsi obat-obatan yang dapat menurunkan jumlah dopamin seperti : *fenotiazin, butirofenon, dan tioksanten*, obat peningkat dopamin (misalnya anfetamin), bahan kimia tertentu atau cedera.

8) Hormon adrenalin

Hormon adrenalin merupakan hormon yang berfungsi memicu gerakan tubuh atas reaksi terhadap lingkungan. Anak hiperaktif memiliki produksi hormon adrenalin yang berlebih sehingga tanpa disadari, dirinya ingin terus bergerak. Kelebihan hormon ini juga menurunkan kontrol diri seorang anak. Akibatnya kegiatan yang dilakukannya selalu diluar batas dan sulit untuk berkonsentrasi.

d. Gejala Hiperaktif

Hiperaktif bisa dibedakan dari beberapa Gejala, yaitu<sup>53</sup> :

---

<sup>53</sup> Zulfa Alya, *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khusus* (Salatiga : Anifa Publishing, 2018), hal. 17-18

- 1) *Attention Disorder* atau gangguan perhatian  
Anak tidak mampu menyeleksi perhatian. Mana yang harus diperhatikan dan mana yang tidak, tidak dapat diseleksi atau perhatiannya berubah-ubah tidak bisa fokus atau mengalami “*day dreaming episode*” episode bengong. Anak seperti melayang dan lepas dari dunia sekelilingnya.
- 2) *Planning Disorder* atau gangguan perencanaan  
Pada jenis ini anak akan mengalami gangguan kognitif. Tidak bisa berfikir runut dan teratur. Anak berperilaku sangat aktif dan marah berlebihan atau tidak terkendali. Hal ini menyebabkan anak akan sulit bergaul karena perilaku yang sangat emosional. Karena kemampuan untuk berfikir runutnya tidak ada maka sering juga mengalami masalah dalam bicara.
- 3) *Motoric Hyperactivity*  
Anak ini akan sangat aktif, banyak gerak dan tidak pernah lelah. Anak juga akan mengalami gangguan di motorik halusnyanya. Karena gerak yang berlebihan.
- 4) *Kognitif Disorder* atau gangguan kognitif  
Anak mengalami gangguan pandang ruang sehingga anak tidak mampu mengamati sesuatu dengan detail.
- 5) *Sleeping Disorder* atau gangguan tidur  
Anak bisa mengalami sulit tidur atau kalau sudah tidur tidak bangun-bangun. Sehingga disebabkan adanya gangguan pada pengaturan tidur.
- 6) *Conduct Disorder* atau gangguan perilaku

Anak akan mudah agresif, banyak gerak, emosional, dan sulit bergaul.

e. Tipe Hiperaktif

Berbagai tipe hiperaktif ini didasarkan pada perilaku anak-anak yang dilihat dari kesehariannya (yang abnormal). Tingkah laku anak hiperaktif tidaklah selamanya bersifat sama, karena masing-masing tidak terlepas dari karakter individual yang dimiliki. Adapun tipe dari hiperaktif<sup>54</sup> :

1) Tipe sulit konsentrasi

Tipe jenis sulit konsentrasi dikarenakan rendahnya daya konsentrasi yang dimiliki anak hiperaktif. Sehingga anak tidak dapat fokus pada sesuatu dalam jangka waktu yang lama, cenderung semaunya sendiri, selalu gagal dalam menyelesaikan tugas, dan tidak memahami instruksi. Berdasarkan tipe ini bahwa anak hiperaktif kurang mampu memahami penjelasan bahkan tidak tertarik untuk mendengarkan kecuali sesuatu yang ia sukai.

2) Tipe hiperaktif impulsif

Anak hiperaktif tipe ini digambarkan lebih banyak bergerak. Ia suka berlari kesana kemari tanpa berhenti, memanjat, naik meja, jahil, dan tidak dapat duduk diam. Aktivitas ini cenderung berlebihan dibandingkan anak-anak sebaya lainnya.

3) Tipe kombinasi

---

<sup>54</sup> Ferdinand Zaviera, *Anak Hiperaktif : Cara Cerdas Menghadapi Anak Hiperaktif dan Gangguan Konsentrasi* (Jogjakarta : Katahati, 2012), hal. 12

Tipe jenis ini paling sulit ditangani dibandingkan dua tipe diatas, dan levelnya lebih tinggi dikarenakan anak banyak sekali bergerak dan konsentrasinya sangat rendah.

4. Hubungan Terapi Okupasi Terhadap Anak Hiperaktif

Anak hiperaktif adalah anak yang berbeda tumbuh kembangnya dengan anak pada umumnya. Baik perkembangan bahasa, emosi, fisik maupun kognitifnya. Sehingga anak hiperaktif ini dapat dikatakan anak berkebutuhan khusus. Anak hiperaktif ini mempunyai perilaku yang sangat aktif, bergerak tanpa henti serta sulit berkonsentrasi serta mengalami gangguan perhatian. Hal ini disebabkan adanya gangguan fungsi otak terkait dengan *inhibisi* atau fungsi rem pada otak. Anak-anak mengalami gangguan inhibisi tidak mampu membedakan rangsang. Mana yang harus direspon dan mana yang tidak. Bisa juga karena trauma otak, yang disebabkan karena kesulitan parah saat melahirkan.

Hiperaktif bisa dibedakan dari beberapa gejala diantaranya — gangguan perhatian, gangguan perencanaan, *motoric hyperactivity*, gangguan kognitif, gangguan tidur, gangguan perilaku. Melihat gejala yang terjadi pada anak hiperaktif maka cara mengatasinya bisa melalui terapi. Untuk itu peneliti menggunakan terapi okupasi.

Terapi okupasi merupakan proses penyembuhan melauai aktivitas. Aktifitas disini berguna untuk anak-anak yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental, kognitif agar lebih mandiri dalam menjalani kehidupannya serta tidak bergantung sepenuhnya pada orang lain. Permasalahan yang terjadi pada anak hiperaktif yang peneliti lakukan terletak pada tingkat konsentrasinya dimana ia belum bisa fokus dan

mandiri sesuai tingkat usianya. Sehingga terapi okupasi saling berkaitan dengan anak berkebutuhan khusus jenis hiperaktif. Agar anak tersebut dapat berkonsentrasi dalam setiap aktivitasnya.

Maka di dalam terapi okupasi akan memberikan jenis kegiatan pada konseli berupa puzzle, tata cara berwudhu, tata cara sholat, menghafal do'a harian, surat-surat pendek, adab makan dan minum, adab ke kamar mandi sesuai dengan tuntunan Allah, latihan berhitung, mendongeng atau *story telling*.

Hubungannya dari jenis kegiatan terapi okupasi yang diberikan peneliti kepada konseli bisa meningkatkan konsentrasi anak yang hiperaktif. Ketika ini bisa berhasil sesuai target peneliti, maka anak tersebut dapat dikatakan meningkat konsentrasinya. Sehingga hal ini bisa dikembangkan lagi untuk aktivitas konseli yang lainnya.

## **B. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

1. Skripsi Khilyatut Dzakiroh (D03208075) Jurusan : Kependidikan Islam, "IMPLEMENTASI TERAPI OKUPASI DALAM MENANGANI SISWA DEBIEL / MORON DI SMP NEGERI 5 SURABAYA"

Persamaan : Dalam penelitian tersebut memiliki kesamaan menggunakan terapi okupasi sebagai penelitian. Dari hasil terapi yang dilakukan peneliti tersebut dapat mengubah perilaku klien yang terdiri dari seorang siswa debiel / moron yang kurang mampu dalam merawat diri dan bersosialisasi menjadi mampu bahkan sangat mampu dalam melakukannya.

Perbedaan : Pada penelitian tersebut perbedaannya terletak pada siswa yang mengalami debiel / moron, dimana istilah tersebut sama seperti tuna grahita, yang berarti anak tersebut memiliki keterlambatan

perkembangan mental. Sedangkan penulis mengambil objek anak hiperaktif.

2. Skripsi Yana Sahana (B3215039) Jurusan Bimbingan Konseling Islam, “STUDI DESKRIPTIF TERAPI AUDIO MUROTTAL AL-QURAN UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR PADA ANAK TUNAGRAHITA DI SLB C KEMALA BHAYANGKARI 2 GRESIK”

Persamaan : Dalam penelitian tersebut memiliki kesamaan untuk meningkatkan konsentrasi dimana konseli tersebut tidak fokus terhadap apa yang diperintahkan gurunya.

Perbedaan : Dalam penelitian tersebut menggunakan terapi audio murrotal al-quran, sedangkan penulis menggunakan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif.

3. Skripsi Sairotul Ully Fiyati (B93215117) Jurusan Bimbingan Konseling Islam, “KONSELING ISLAM MELALUI TOKEN EKONOMI DALAM UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR PADA SEORANG ANAK ADHD (ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER) DI SLB KEMALA BHAYANGKARI 2 GRESIK”

Persamaan : Dalam penelittian tersebut memiliki kesamaan upaya meningkatkan konsentrasi anak ADHD atau hiperaktif.

Perbedaan : Dalam penelitian tersebut terletak pada penggunaan pendekatan terapi konseling Islam melalui token ekonomi. Dengan tujuan untuk mengembangkan potensi fitrah beragamanya dengan suatu teknik dimana perilaku-perilaku yang ditargetkan diberi penguatan positif berupa token berisikan nama-nama asmaul husna, yang nantinya token tersebut ditukarkan dengan barang yang

diinginkan konseli. Dengan pendekatan ini konseli diharapkan dapat mengubah perilakunya yaitu meningkatkan konsentrasi belajarnya. Dengan konseling Islam melalui token ekonomi dapat memotivasi konseli supaya lebih giat belajar, secara tidak langsung juga melatih konsentrasinya dalam belajar dan konseli akan selalu berusaha menjadi yang terbaik. Sedangkan penulis dalam meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif menggunakan terapi okupasi.

4. Skripsi Inwaroh (D73212075) Jurusan Kependidikan Islam, “PENERAPAN TEKNIK BACA SUNYI DALAM PENINGKATAN KONSENTRASI SISWA HIPERAKTIF DI SMA NEGERI 4 SIDOARJO”

Persamaan : Dalam penelitian tersebut memiliki kesamaan meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif.

Perbedaan : Dalam penelitian tersebut perbedaannya terletak pada penggunaan terapinya memakai teknik baca sunyi untuk meningkatkan konsentrasi siswa hiperaktif. Sedangkan penulis terapi yang digunakan untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif adalah terapi okupasi.

## BAB III

### PENYAJIAN DATA

#### A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

##### 1. Deskripsi Lokasi Penelitian

*Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah merupakan sekolah yang berbasis mencetak pendidik piawai dalam bidang pengetahuan juga di bidang keagamaan, sekaligus mencetak anak-anak menjadi penghafal al-qur'an. Mampu merancang dan melaksanakan eksperimen sederhana dan ilmiah, berjiwa pemimpin yang tangguh dan bijaksana, serta menjadikan al-qur'an tidak sekedar sebagai hafalan saja, tetapi bagaimana aturan didalam al-qur'an diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Adapun pembelajaran yang diberikan oleh *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah berupa Sholat dhuha, tilawatil qur'an yang dilaksanakan pada pagi hari mulai pukul 07.00 – 07.45, setelah itu anak-anak dilanjut dengan kegiatan tahfidz pukul 07.45 - 09.15. Istirahat anak-anak selama 30 menit, dilanjut dengan pembelajaran sekolah seperti IPA, Matematika, Bahasa Indonesia, Geografi, Bahasa Inggris, Tsaqofah (Al-Qur'an dan Hadis, SKI, Fiqh, dan Akidah Akhlaq), Bahasa Arab, dan sebagainya.

Dari kurikulum yang diberikan harapannya anak-anak tersebut mempunyai pengetahuan yang luas, apalagi masa-masa golden age, mudah sekali daya ingatannya dalam menyerap informasi. Tidak sekedar pengetahuan, tetapi mereka juga di ajarkan adab kepada guru, teman, kakak untuk saling menghormati, berkasih sayang. Semua yang di diberikan, diambil dari kisah teladan Rasulullah Saw. dan para Shahabat. Dengan begitu kita sebagai umatNya dapat

meneladani kisah teladan yang ada dalam diri Rasulullah Saw. Sebagaimana firman Allah SWT<sup>54</sup> :

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ  
وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.”

Sekolah ini berada di belakang Masjid Al-Akbar, tepatnya di Jl. Simowau Baru Gang Duku no. 10-11, RT : 06 / RW : 04, Kelurahan Sepanjang, Kecamatan Taman, Kabupaten Sidoarjo. *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah yang berdiri di daerah simowau didirikan untuk sekolah SD, SMP dan SMA. Sekolah tersebut juga membuka bording bagi anak-anak yang rumahnya jauh. Akses tersebut untuk memudahkan anak-anak belajar, dan memperoleh nilai yang bagus dan cita-cita yang diharapkan dari peserta didik.<sup>55</sup>

## 2. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan orang yang membantu mengarahkan konseli atau klien dalam memecahkan atau menyelesaikan masalah yang dihadapinya, disamping itu konselor juga harus mempunyai keahlian dalam terapi okupasi.

---

<sup>54</sup> Al Hadi, *Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta : Maktabah Al-Fatih, 2015), hal. 420

<sup>55</sup> Wawancara dengan Kepala Sekolah STP KU (Sekolah Tahfid Khoiru Ummah) pada tanggal 11 Juli 2019 jam 08.00 WIB di Kantor Kepala Sekolah HSG Taman

Dalam penelitian ini, yang beretindak sebagai konselor atau terapis adalah penulis sendiri, adapun identitasnya adalah :

a. Data Konselor

Nama : Komsiah Khusnul K.  
Tempat, Tanggal Lahir : Trenggalek,20-10-94  
Agama : Islam  
Pendidikan : SDN 3 (tiga) Banjar Sambeng, Kecamatan Panggul, Kabupaten Trenggalek, SMPN 1 Panggul, Kabupaten Trenggalek MA. AL-Fudhola' Porong Sidoarjo, Universitas UIN Sunan Ampel Surabaya.

b. Pengalaman

Belajar dari sebuah pengalaman merupakan guru terbaik bagi penulis. Begitu pentingnya belajar dari setiap pengalaman dalam lini kehidupan. Pengalaman mampu memberikan kedewasaan bagi setiap manusia. Pengalaman mengajarkan banyak hal yang terkadang tidak ditemui dalam bangku perkuliahan, pengalaman jugalah yang membantu kita dalam mempertajam pemahaman tentang materi teoritis dibangku pendidikan. Begitu pentingnya sebuah pengalaman, hingga ketika ada lowongan pekerjaan, orang berpengalamanlah yang akan dicarinya.

Dalam kesehariannya konselor ikut serta dalam kegiatan sosial sehingga banyak berinteraksi dengan masyarakat baik anak-anak,

remaja, dewasa maupun manula. Berikut beberapa pengalaman yang dimiliki konselor adalah :

- 1) Melakukan konseling terhadap Ibu yang ingin menggagalkan rencana pernikahan suaminya dengan SPG nya, yang berada di KUA Rungkut Sidoarjo.<sup>56</sup>
- 2) Melakukan konseling terhadap seorang anak SMA yang disekolah tersebut bukanlah sekolah pilihannya melainkan pilihan kedua orang tuanya.<sup>57</sup>
- 3) Melakukan konseling kepada seorang anak, dimana Ibunya mengalami KDRT yang berdampak pada prestasi anak menurun.<sup>58</sup>
- 4) Konselor membantu melakukan konseling kepada seorang Ibu yang mengalami ketakutan saat menjelang operasi gagal ginjal, sebab saat itu tak ada satupun keluarga yang menemani Ibu tersebut.<sup>59</sup>

c. Kepribadian Konselor

Konselor termasuk orang yang suka diajak berbincang-bincang, mudah mendengarkan keluhan kesah (curhatan) dari temannya, dan suka membantu untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi mereka. Konselor tipe orang mudah peka dengan kondisi sekitarnya, mudah merasa empati dengan orang. Konselor ini suka menulis sesuatu

---

<sup>56</sup> Pada Saat Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di KUA Rungkut Sidoarjo, 2018

<sup>57</sup> Pada saat Praktek Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Bojonegoro, 2018

<sup>58</sup> Pada saat dirumah Panggul, 2018

<sup>59</sup> Pada Saat Praktek Konseling Rumah Sakit di RSI Jemur Wonosari

yang ada dibenaknya, pernah juga mencoba mengirim tulisannya ke media online.<sup>60</sup>

3. Deskripsi Konseli

a) Data Klien

Nama : Aldi (Nama Samaran)

Usia : 11 tahun

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Laki-laki

Status : Pelajar

Alamat : Kalijaten Taman Sidoarjo

b) Latar Belakang Keluarga

Klien adalah anak pertama dari Ibu Puspita dan Ayah Toni. Aldi anak pertama dari tiga bersaudara. Aldi memiliki dua adik, laki-laki dan perempuan. Anak kedua bernama Fauzan kelas 3 SD. Sedangkan anak ketiga bernama Fatimah kelas TK B, yang masih sangat mungil dan menggemaskan. Ibu Puspita sejak menikah tinggal bersama mertuanya. Karena mertuanya sendiri, jadi Pak Toni diminta untuk menemaninya. Bagi Bu Puspita menemani orang tua sekalipun mertua bagi beliau hal yang menyenangkan sekali. Sebab merawat mertua juga menjadi ladang pahala buat bu Puspita. Tetapi, cara mendidik Ibu dengan nenek sangat jauh berbeda. Sedangkan Aldi sejak kecil diberikan gadget oleh orang tua, asalkan anak diam. Lambat laun gadget inilah yang dapat merusak perkembangan anaknya. Dari situ sang Ibu menyesal atas kelalaiannya dalam mendidik buah hatinya. Tetapi sang nenek masih memberikan pengaruh tontonan tv yang tidak

---

<sup>60</sup> Wawancara dengan Anifah teman sekamar konselor pada tanggal 15 Juli 2019 pukul 16.30 WIB di Masjid Al-Falah Surabaya.

sesuai pada usia anak-anak. Dan menonton tv hingga larut malam. Suami bu Puspita tidak bisa berbuat apa-apa karena tidak enak hati ketika mengingatkan orang tuanya. Khawatir terjadi kesalah pahaman. Namun bu Puspita sebagai orang tua dari yang berhak mendidik anak-anaknya menjadi anak bermanfaat<sup>61</sup>

c) Latar Belakang Ekonomi

Ababila dilihat dari latar belakang ekonomi, maka orang tua klien adalah keluarga yang berasal dari kelas ekonomi sedang. Pekerjaan Ibunya klien sehari-harinya sebagai penjual hijab syar'i. Seriap hari harus mondar-mandir mengantarkan pesanan konsumen atau pembeli. Sedangkan ayah klien bekerja sebagai IT di suatu tempat. Ketika anak-anak Ibu Puspita berangkat sekolah sampai pulangny beliaiu sendiri yang mengantarkan dan menjemputnya. Anak-anak pun tak lupa dibawakan bekal ke sekolah. Bekal itu bukanlah hasil masakan Ibu klien sendiri, tetapi beli di luar. Harus membagi waktu dengan semua pekerjaan yang menumpuk. Sementara jualannya di antar di sela-sela waktu luang. Terkadang jika pembelinya dekat rumah atau sekitar daerah Kalijaten akan diambil ke rumah Bu Puspita. Ini yang memudahkan pekerjaan beliaiu. Jika yang pesan jaraknya jauh, maka akan diantar sendiri kerumah konsumen (pembeli).

Dari aktivitas beliaiu sebagai Ibu rumah tangga sekaligus pengusaha hijab membuatnya membantu suaminya untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Agar tidak terjadi perselisihan karena

---

<sup>61</sup> Wawancara dengan Ibu Puspita (Ibu Klien) pada tanggal 15 Juli 2019 pukul 10.16 WIB di Tobys Kalijaten Taman Sidoarjo

sang Ibu tidak bekerja. Dampak dari aktivitas beliau telah membuat rugi harta satu-satunya. Anak pertama seringkali diberikan gadget agar anak diam, tidak mengganggu pekerjaan Ibunya. Disisi lain bisa terpenuhi setiap kebutuhan anak, tapi disisi lain beliau merasa gagal mendidik anak.<sup>62</sup>

d) Latar Belakang Keagamaan

Tempat tinggal Ibu konseli yang saat ini memiliki akses kemudahan untuk menghadiri taman-taman surga, sehingga disitu membuat langkahnya untuk mudah memahami tentang Islam. Dari sinilah membuatnya sadar akan eksistensi manusia dihadapan Allah. Kini sholat wajibnya menjadi rajin serta menambah amalan sunnahnya. Dari situlah belajar menangkap hikmah dibalik ujian. Menyadari bahwa titipan yang Allah berikan saat ini, memiliki anak yang berbeda dari yang lain, bukanlah suatu ujian tetapi disitulah Allah siapkan ladang pahala buat kedua orang tua. Lebih memandang kedepan untuk mendidik putranya menjadi anak yang bertaqwa. Sehingga dari konseli juga dapat pendidikan keagamaan dari bundanya. Dimana konseli setiap hari dilatih untuk menjadi anak yang mandiri secara bertahap. Mulai memakai baju sendiri, menyiapkan buku sendiri meski masih ada yang ketinggalan, dilatih muraja'ah setiap malam. Meski latihan ini membuat bundanya ekstra sabar,

---

<sup>62</sup> Wawancara dengan Ibu Puspita (Ibu Klien) Pada Tanggal 19 Juli 2019 Pukul 08.00 WIB di Musholla Dekat Sekolah *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo

sebab konseli kontak matanya tidak selalu fokus ke arah bundanya.<sup>63</sup>

e) Latar Belakang Sosial

Dilihat dari segi sosial, Ibu konseli adalah sosok yang ramah, baik hati, beliau melakukan interaksi dengan orang sekitar rumahnya. Seperti ketika belanja, mengajar di tempat TPQ. Dahulu di awal beliau sempat murung diri dirumah karena tidak kuat menahan cibiran dari orang. Saat itu anak pertamanya mengalami perbedaan dari yang lain. Akhirnya beliau pun sadar berdiam diri dirumah bukanlah sebagai solusi. Justru masalah tersebut harus dihadapi. Menerima putranya dengan ridha, di didik dengan sebaik-baiknya. Dan anaknya mulai dikenalkan dengan lingkungan sosialnya. Ada beberapa yang bisa nerima ada juga yang tidak. Disitulah sang anak belajar mengenali lingkungan sosial yang ada disekitarnya.<sup>64</sup>

4. Deskripsi Masalah

Masalah adalah kesenjangan antara harapan yang diinginkan oleh konseli dengan kenyataan yang harus dijalaninya, keberadaan masalah dalam hidup hendaknya segera diatasi agar tidak menumpuk dan mengganggu perkembangan diri.

Penelitian ini mengangkat permasalahan yang dialami oleh Aldi, seorang siswa dengan hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo. Anak yang

---

<sup>63</sup> Wawancara dengan Ibu Konseli Tanggal 23 Juli 2019 Pukul 13.30 WIB di Musholla Dekat Sekolah *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo

<sup>64</sup> Wawancara dengan Ibu Konseli Tanggal 24 Juli 2019 Pukul 07.05 WIB di Musholla Dekat Sekolah *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo

hiperaktif membuat Aldi mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, kebiasaan yang dilakukan oleh konseli sekarang adalah hasil dari pembiasaan yang dilakukan oleh orang tua, terapis, dan pendidik konseli.

Kondisi tidak fokus pada Aldi dalam mengembangkan potensi membuat ia kesulitan memusatkan perhatiannya saat pembelajaran, menghafal, berhitung, dan berinteraksi. Kalau terkait pembelajaran dan berinteraksi membuat Aldi bersikapnya menjadi asal-asalan, sehingga mengkhawatirkan bila membiarkan Aldi beraktifitas tanpa ada pengarahan. Salah satu contoh ketika proses pembelajaran tidak fokus dengan apa yang disampaikan gurunya, baik itu saat menyampaikan ataupun perintah menulis. Apa yang dilakukan Aldi hanya asyik menggambar seperti sebuah komik.

**Gambar 3.1**  
**Observasi perilaku konseli saat sebelum dilakukan terapi okupasi**





Anak dengan hiperaktif kebiasaan sehari-harinya saat proses pembelajaran selain menggambar, saat berinteraksi pun kontak matanya tidak fokus menatap yang lain bukan dengan lawan bicaranya. Saat proses pembelajaran tahfidz ada saja hal-hal yang klien lakukan seperti menirukan gurunya melafadzkan bacaan tilawah dengan sikap bermain-main. Kaki dan tangannya tak bisa diam sehingga fokusnya teralihkan.

**Gambar 3.2**  
**Observasi perilaku konseli saat sebelum dilakukan terapi okupasi**



Ketika muraja'ah pun gerak tubuhnya tidak bisa berdiam. Sehingga sikap ini membuat klien hafalannya hilang. Sebenarnya klien tersebut mempunyai hafalan yang banyak. Hal ini disebabkan seringnya berdekatan dengan gadget, sehingga bahasa yang digunakannya bahasa gadget. Dengan demikian gadget akan mempengaruhi bahasa dan otak terutama bagi seorang anak. Membuatnya sulit untuk fokus atau berkonsentrasi.

Tidak hanya pada pembelajaran dan tahfidz saja tetapi, terapi melakukan upaya berhitung agar melatih konsentrasinya. Berhitung merupakan cara belajar mengenai nama angka untuk mengidentifikasi jumlah benda. Dengan berhitung akan melatih anak menuju kekonkritan. Konseli diminta konselor untuk berhitung mulai dari penjumlahan, pengurangan, perkalian dan mengenal bentuk pecahan biasa. Seberapa jauh konsentrasi klien tentang berhitung. Konselor menemukan kemampuan anak hiperaktif

sulit berkonsentrasi tetapi ia mampu untuk menghitungnya. Mulai diberikan soal-soal untuk melatih konsentrasinya. Berhitung diperlukan untuk menumbuhkan kembangkan anak pada sebuah keterampilan yang sangat diperlukan untuk kehidupan sehari-hari.

Salah satu efek dari ketidak fokusan Aldi ialah karena indikasi dari hiperaktif yang dapat mempengaruhi konsentrasi. Sehingga hal ini menyulitkan Aldi untuk fokus dengan pembelajaran yang ada di sekolah. Selain indikasi dari hiperaktif klien asyik dengan aktivitasnya menggambar coretan seperti di komik. Dari peristiwa ini menghambat klien untuk proses belajarnya.

Berdasarkan pengamatan peneliti, konseli sering tidak menghiraukan dalam aktivitas belajar karena ketidak mengertian pendidik atas kemauan yang diharapkan oleh Aldi. Salah satu pendidik memaksakan Konseli agar bisa sesuai keinginannya tanpa mengerti kondisinya. Kesukaan Konseli ialah meenggambar komik di buku tulis atau kertas. Hal ini membuat beberapa guru mengeluh karena tidak menghiraukannya. Selain itu, akan ketinggalan pelajaran seperti teman-temannya.

Mengetahui permasalahan yang dialami konseli, peneliti mencoba membantu untuk mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya, dengan cara meningkatkan konsentrasi konseli melalui terapi okupasi.

Pengenalan terapi okupasi sebagai sarana mengembangkan konsentrasi karena menurut Zulfa Alya, sulitnya berkonsentrasi dan bergerak tanpa henti

merupakan anak yang hiperaktif.<sup>65</sup> Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Khilyatut Dzakiroh, terapi okupasi merupakan salah satu alternatif untuk membekali proses pengembangan kemampuan kognitif anak.

Terlepas dari pendapat tersebut, pengenalan terapi okupasi dipilih oleh peneliti, karena peneliti melihat dan menanyakan kepada guru konseli bahwa kondisi tidak fokus membuat belajarnya belum bisa mengikuti pelajaran seperti yang lainnya. Kesukaannya masih menggambar dalam bentuk cerpen tentang pertempuran. Hal inilah yang membuat konsentrasi Konseli teralihkan saat belajar.

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

### **1. Deskripsi Proses Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif**

Pelayanan metode yang akan digunakan oleh konselor untuk melakukan proses pengembangan konsentrasi pada anak berkebutuhan khusus adalah dengan terapi. Terapi disini untuk meningkatkan kemandirian konseli dalam proses pembelajaran. Tidak selamanya bergantung dengan guru atau konselornya.

Terlepas dari lingkungan yang merupakan faktor eksternal dalam membentuk kepribadian siswa anak berkebutuhan khusus, khususnya anak hiperaktif tetaplah makhluk Allah yang lahir dengan segala hambatan dan potensi. Maka sudah menjadi *sunnatullah* untuk mengembangkan potensi yang telah mereka miliki, meningkatkan konsentrasinya dan mengurangi ketidak fokusannya.

---

<sup>65</sup> Zulfa Alya, Kurikulum Anak Berkebutuhan Khusus (Salatiga : Anifapublishing, 2018), hal. 16

Meningkatkan konsentrasi bagi anak spesial ini dilakukan dengan melakukan bimbingan secara perseorangan, sedangkan untuk mengatasi ketidak fokusannya seperti bermain-main saat belajar, lari-lari, mainan pensil, serta menggambar. Hal ini dapat dilakukan melalui konseling perseorangan. Layanan perseorangan dipilih karena memungkinkan anak berkebutuhan khusus mendapat layanan langsung oleh peneliti selaku konselor. Bentuk bimbingan konseling bagi anak *hiperaktif* di sekolah perlu adanya penyesuaian yang didasarkan atas karakteristik khusus, kebutuhan anak *hiperaktif*, tujuan dan sasaran, serta aspek perkembangan kognitif.

Bentuk pelaksanaan bimbingan dan konseling bagi anak hiperaktif dalam penelitian ini adalah bimbingan konseling Islam menggunakan terapi okupasi dengan penambahan *reinforcement* berupa pemberian reward dan *punishment* untuk mengembangkan konsentrasi dalam hal pembelajaran, menghafal, berhitung, dan berinteraksi pada anak *hiperaktif*, sehingga anak dapat mencapai tahap konsentrasi seoptimal mungkin sesuai dengan yang diharapkan.

Konsentrasi sangat penting untuk meningkatkan kemampuan anak dalam menjalani proses tentang suatu urusan atau menyelesaikan tugas sampai tuntas atau sempurna. Dengan berkonsentrasi yang baik memungkinkan anak *hiperaktif* akan memberikan faktor penentu keberhasilan siswa dalam menyerap ilmu yang disampaikan guru pada saat belajar. Serta tidak mudah fokusnya teralihkan.

Sebelum melaksanakan terapi okupasi, peneliti terlebih dahulu melakukan pendekatan kepada konseli untuk mendapatkan kepercayaan darinya. Hal ini sangatlah penting, sebab dengan adanya kepercayaan

yang diberikan konseli kepada peneliti, otomatis konseli akan meraih perasaan nyaman terhadap kehadiran peneliti, membuat bonding diantara peneliti dengan konseli. Sehingga kondisi seperti inilah yang akan membuat konseli lebih mudah untuk mengikuti proses konseling, sehingga kesempatan terbebas dari belenggu permasalahan yang ada. Semakin permasalahan digali dengan sangat lebar, maka akan didapati sebuah solusi atas permasalahan tersebut. Konselor dalam melakukan penelitian ini, tidak hanya kepada konseli, peneliti juga melakukan pendekatan dengan guru guru kelas, guru pendamping, dan orang tua konseli demi mendapatkan informasi mengenai karakter dan permasalahan yang dialami oleh konseli.

Penerapan terapi okupasi sebagai sarana meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif* didasarkan pada beberapa proses konseling yang dilakukan oleh peneliti bersama konseli, proses tersebut diantaranya :

a. Identifikasi Masalah

Sebelum bertemu dengan konseli, peneliti mencari informasi tentang keadaan konseli kepada guru pendamping Aldi di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Menurut ustadzah Luluk (wali kelas 4) walaupun belum sempurna, konseli melewati perkembangan sosialnya dengan baik, hal tersebut dibuktikan dengan kepeduliannya dengan orang di sekitarnya begitu tinggi. Contohnya ketika ada temannya yang menangis konseli mencoba menghibur temannya. Ketika kepala sekolah kakinya habis jatuh, konseli memberikan bantuan kepada kepala sekolah dan merasakan khawatir dikala itu mau berdiri.

Perkembangan motorik konseli juga telah mencapai katagori cukup bagus, baik dari segi

motorik kasar maupun motorik halus. Ia merupakan pemuda kecil yang baik, mampu berlari-lari, berjalan, meloncat-loncat, bahkan ia mampu menirukan gaya di film Nusa dan Rara beserta gerakan dan liriknya. Dengan pendengaran dan penglihatan dari film tersebut akan membantu daya konsentrasinya anak. Sedangkan pencapaiannya pada perkembangan motorik halus, Aldi mampu memegang pensil dengan benar, mengancingkan baju sendiri, menggambar dalam bentuk komik.

Untuk ukuran anak berkebutuhan khusus, Aldi dapat dikatakan cukup mandiri karena ia mampu makan, menata buku sendiri, dan memakai baju sendiri sekaligus melepas sepatunya sendiri, meskipun dalam menata buku masih ada yang terkadang ketinggalan dibawa, jadi bundanya yang terkadang juga ikut serta mengontrol buku yang akan dibawanya ke sekolah agar tidak terjadi ketinggalan. Walaupun perkembangannya cukup bagus, namun Aldi memiliki masalah yang perlu segera diselesaikan, ia mudah sensitif ketika sedikit saja digoda oleh temannya, mudah menangis sampai berteriak-teriak. Ketika berwudhu saat antri panjang ia tidak sabar untuk menunggu sebab ia khawatir jika ketinggalan sholat jamaahnya.<sup>66</sup>

Gambaran mengenai potensi dan hambatan yang dialami Aldi, peneliti memperoleh informasinya dari orang tua konseli. Ibu konseli menuturkan bahwa putra sulungnya merupakan anak yang penyayang, berhati lembut, suka

---

<sup>66</sup> Hasil wawancara dengan wali kelas 4 ustazah Luluk di HSG-SD Khoiru Ummah 12 Sepanjang Taman Sidoarjo 30 Juli 2019

membuat animasi di laptop. Karena ia suka menggambar seperti komik di bukunya. Konseli saat liburan sekolah senang sekali memegang laptop karena ia membuat animasi-animasi. Laptop inilah yang menjadi temannya saat liburan.

Ibu konseli menilai bahwa Aldi mempunyai jiwa penyayang dengan sesama temannya, mudah memaafkan, berjiwa lembut. Aldi tidak tegaan ketika melihat temannya menangis, ia akan berupaya menenangkan, seolah-olah ia bagaikan malaikat kecil sang penolong temannya. Suka memberi makanan apabila temannya kehabisan uang saku.

Namun Aldi mengalami hambatan motorik halus, nampaknya ia kesulitan menulis, memegang, ketika berbicara kosa katanya dibolak-balik, apa yang di ungkapkan tidak jelas. Akhirnya sang bunda tidak mengerti apa yang di sampaikan oleh anaknya. Contohnya saat bunda menawarkan Aldi makan dengan lauk seadanya seperti telur, tahu dan tempe beserta sayur bening. Aldi menjawabnya dengan mengangguk dan mengatakan bahwa “lapar Aldi ayam goreng”. Sang bunda mencoba terdiam sejenak sambil merenungi kata-katanya. Ternyata di dapati bahwa sang anak lapar makannya ingin dengan ayam goreng.

Dalam percakapan ini, Ibu konseli juga mengungkapkan perkembangan Aldi dari dalam kandungan hingga saat ini. Ibu konseli mengatakan tidak pernah membayangkan memiliki seorang putra penyandang *hiperaktif yang mengganggu konsentrasinya*, karena masing-masing pihak keluarga dari dirinya

maupun suami sama sekali tidak memiliki riwayat keturunan. Pada proses kehamilan 8 bulan saat diperiksakan USG, bahwa kondisi perkembangan janin membaik. Moment tersebut ditunggu oleh sang Ibu yang senantiasa berharap anaknya lahir dengan selamat. Harapannya pun menjadi kenyataan bahwa bayinya lahir dengan selamat dan berjenis kelamin laki-laki.

Sesaat setelah kelahiran selesai, sang Ibu begitu semangat sekali dalam mengurus sang buah hati pertamanya. Bagaimana manajemen waktu beliau di atur dengan sebaik mungkin. Beliau merasa senang dan bersyukur atas karunia yang Allah berikan. Beliau menghabiskan waktunya dengan anaknya lebih banyak daripada suaminya. Suaminya kini sibuk bekerja mencari nafkah. Berangkat pagi jam 05.30 hingga selesai bekerja jam 20.30. Jadi, hanya akhir pekan atau seminggu sekali bisa bertemu atau berkumpul dengan keluarganya. Sebab suami beliau bekerja sebagai IT di sebuah perusahaan. Wajar sekali apabila bertemu hanya sebentar, jarang bermain dengan anaknya dan kesempatan bercengkraman dengan keluarga di akhir pekan saja.

Waktu terus berjalan, bekerja ikut orang jadi siap tidak siap harus mau menjalankan amanah yang sudah menjadi kewajiban ayah Aldi. Dikala itu ayah Aldi mendapatkan amanah untuk bertugas di Malaysia. Jarak Indonesia dengan Malaysia pun tidaklah dekat. Bisa di bilang dekat apabila memakai alat transportasi pesawat terbang. Tidak mungkin apabila ayah Aldi pulang setiap hari dengan pekerjaan yang selesainya malam. Liburnya hanya sehari pada saat akhir

pekan saja. Di rumah kayak sebentar, belum perjalanan menuju ke bandara, delay nya, dari bandara Malaysia ke tempat lokasi 1 jam. Begitu ribetnya bagi beliau, pada akhirnya hal ini di musyawarahkan bersama sang Istri.

Hasil keputusan dari musyawarah keluarga bahwa sang Istri ikut mendampingi suami kemanapun pergi, agar keharmonisan rumah tangga tetaplah terjaga, sang anak dapat menikmati kasih sayang ayahnya walaupun hanya sekejap mata. Anak juga perlu mendapatkan sosok seorang ayah. Apalagi anak laki-laki nanti akan meniru bagaimana tanggung jawab seorang pemimpin.

Pindah ke Malaysia menjadi keputusan bersama. Disana beliau ngontrak rumah selama 2 tahun. Ayah Aldi melanjutkan aktivitas bekerja disana mulai pukul 08.00 – 17.00. Waktu luang bersama keluarga masih banyak dibandingkan saat bekerja di Indonesia. Ibu Aldi sebagai pengurus rumah tangga. Aktivitas Ibu Aldi yang sebagai pengurus rumah tangga merasa membosankan, karena yang dikerjakan hanya itu-itu saja. Beliau mencoba meminta ijin sama suami untuk berjualan baju-baju muslimah online. Keinginan beliau mendapat ijin dari suami. Sang Ibu bangun pagi menyiapkan hidangan buat sarapan pagi suami dan anaknya, saat itu usia anaknya 4 tahun mulai memasuki sekolah TK. Jadi beliau ini saat masuk sekolah anaknya, beliau mulai berjualan online dan menawarkan jualannya kepada ibu-ibu TK. Sehingga aktivitas beliau ini membuatnya lebih sibuk berjualan online.

Sikap beliau memegang gadgetnya secara diam-diam agar tidak terlihat oleh putranya. Disisi

lain sang bunda meminta putranya untuk belajar, sama beliau disiapkan peralatan belajar lengkap. Ibunya mendampingi sang anak belajar, tetapi sang Ibu tidak fokus mendampingi belajar buah hatinya. Hanya menyuruh dan sang Ibu sibuk dengan aktivitas gadgetnya. Anak tersebut jadi malas belajar, dan karena rasa penasaran dia dengan sebuah gadget akhirnya ia meminta pada sang Ibu. Karena smartphonenya terbatas, jadi keesokan harinya sang anak ini dibelikan smartphone. Disitulah smartphonenya diisi permainan yang banyak agar si anak bisa diam, tidak mengganggu sang Ibu jualan.

Kini usahanya sang Ibu sangat ramai sekali. Hampir waktu bersama anaknya ketutup dengan kesibukannya. Meski bersama-sama berdua dengan sang anak tetapi menjalaninya sendiri tanpa sang Ibu. Setelah pulang sekolah baju, tas dan sepatu Ibunya yang menaruhkan ke tempat semula. Anak diminta untuk makan yang kedua kalinya, namanya anak kecil usianya masih 4 tahun, ia belum sempurna dalam menyelesaikan makan sendiri (belum mandiri makannya masih berantakan).

Ketika anak di usia 4 tahun masih tergolong masa-masa *golden age* atau masa keemasan anak akan lebih mudah untuk mengeksplor kemampuannya. Sebab, daya serapnya begitu kuat sekali dalam menerima informasi atau pengetahuan dari apa yang dilihat maupun apa yang didengarkan. Memorinya begitu tajam sekali, mudah menirukan. Sehingga moment anak semasa keemasan atau *golden age* harus dioptimalkan sebaik mungkin. menghindari dari aktivitas gadget atau gaway. Dengan anak yang

sering beradaptasi dengan gadget akan membuat anak semakin kecanduan. Sedangkan yang peneliti dapati, konseli dahulunya tak lepas dengan gadget. Hal ini menimbulkan sang anak suka sekali untuk bermain game, terlebih anak diberikan fasilitas seperti smartphone dan laptop tanpa di dampingi orang tua.

Sehingga anak pun dibiarkan mengotak-atik gadget tanpa ada pendampingan. Akhirnya sang anak pun merasa bebas bisa bermain leluasa dengan gadgetnya. Sepulang sekolah hingga sampai malam hari berdekatan dengan smartphonenya, hingga meniru bahasa-bahasa yang didalam smartphone tersebut. Ditambah dengan kesehariannya saat berkomunikasi dengan bahasa inggris di sekolahnya. Anak jarang menggunakan bahasa Indonesia.

Akhir dari bermain di smartphonenya membuat sang anak selalu menggambar komik dan bahasa yang dikeluarkan bahasa Inggris. Bahasanya belum dimengerti dengan orang lain, masih kebolak-balik. Sikap ini terus berkelanjutan hingga usia 5 tahun. Usia 5 tahun idealnya seorang anak dapat mengenal nama-nama benda disekitarnya, mengenakan baju sudah bisa, memakai sepatu sendiri juga sudah bisa, mengetahui perintah dari sang Ibu atau orang lain, mampu melakukan motorik halusnya, berbicaranya sudah jelas.

Tentu hal ini berbanding terbalik dengan kondisi Aldi di usia 5 tahun. Aldi belum bisa melakukan semua tugas anak di usia 5 tahunnya dengan baik. Aldi mengalami keterlambatan, termasuk keterlambatan dalam berkonsentrasi. Sikap sang Ibu tentulah sangat bingung mengapa

anaknyanya jadi seperti ini. Sang Ibu sempat menyalahkan anaknyanya yang kurang pintar, menyalahkan taqdir. Melihat anaknyanya seakan-akan aneh tidak seperti anak yang lainnyanya.

Sang Ibu mencoba hari itu juga, menutup jualan onlinenya karena mau menanyakan sebab yang terjadi sama anaknyanya. Ibunda Aldi disarankan untuk membawa Aldi ke terapi anak. Saat itu Ibunya Aldi bertemu dengan seorang psikolog anak, bercerita kronologinya pada akhirnya psikolog mengatakan bahwa Ibu sendiri yang seharusnya di terapi. Sebab anak Ibu baik-baik saja, karena peengasuhan Ibu yang salah dalam mendidik anak jadilah seperti ini. Ibu harus mau menerima anaknyanya dengan ikhlas. Apapun segala kekurangan dari sang anak Ibu. Setelah pengamatan psikolog, bahwa anak Ibu ini masalahnya kompleks sekali. Jadi harus Ibu langsung yang membenahi anak ini, itu ungkapan dari seorang psikolog kepada Ibu Aldi.

Ibu Aldi merasa tertampar atas semua perkataannya, dan menyesali bahwa semua kejadian ini beliaulah penyebabnya. Hanya tinggal penyesalan yang terjadi dan mencoba memperbaiki diri. Jualan onlinenya untuk sementara ditutup dahulu. Hanya ingin fokus kepada anaknyanya saja. Setiap 1 bulan sekali anaknyanya di ajak ke tempat terapi. Kondisi ini selama 1 tahun mengalami perubahan. Meski perubahannya tidak semuanya hilang masih ada beberapa yang harus dilakukan saat dirumah dan gadget harus di jauhkan dari sang anak. Sang anak mengalami perkembangan sulit berbicara meskipun kata yang disampaikan masih sulit, bisa melepas baju sendiri, melepas sepatu sendiri,

motorik halusnya sebagian yang Aldi bisa. Tetapi konsentrasinya masih belum bisa disembuhkan. Konsentrasi Aldi mudah teralihkan dengan sesuatu yang baru. Aldi menggemari bidang menggambar, seperti membuat gambaran di komik. Disaat Aldi menggambar sang Ibu mendapimpingi Aldi untuk menulis dan mengenali huruf.

Setelah mengetahui kondisi sang Aldi seperti itu, maka sang Ibu membawanya pulang ke Indonesia. Ayah Aldi meminta kepada HRDnya untuk dipindahkan kerja di Indonesia karena kondisi yang tidak mendukung anaknya. Karena alasan yang jelas ditambah saat itu sang Istri sedang hamil anak kedua. Dengan berat hati pimpinan mengizinkan ayahnya kembali ke Indonesia. Kabar gembira ini sangat memberikan rasa syukur keluarga kepada Allah.

Setelah pindah di Indonesia Aldi dipindahkan di tempat sekolah negeri yang mengejar kurikulum agar bisa terlaksanakan. Sekolah yang dibilang sangat bagus, berbasis nasional. Tetapi sekolah tersebut tidak tepat buat Aldi. Sebab kondisi Aldi ketika disekolah barunya, ia sering mendapatkan tugas yang banyak dan anak tak mampu menyelesaikannya secara mandiri. Disisi lain Aldi juga mendapatkan perlakuan buruk dari sang teman, karena Aldi anaknya berbeda dari anak normal. Makanya teman-temannya membully ia hingga sempat Aldi dipukulin pipinya. Orang tua tidak akan membiarkan buah hatinya disakiti oleh lain. Ibu Aldi meminta dengan tegas kepada wali kelas dan kepala sekolah untuk segera mengusut kasus ini. Setiap

hari-harinya Aldi mendapatkan cibiran dari teman-temannya.

Karena Aldi mempunyai hati yang lembut sekali, ia berpesan kepada Ibunya bahwa janganlah dendam. Karena dendam itu dibenci Allah. Sontak perkataan buah hatinya membuat sang Ibu menangis. Permasalahan itu akhirnya sang Ibu lupakan berusaha ikhlas meskipun sakit bagi beliau, karena tidak tega anaknya di perlakukan kasar sama temannya. Ibunya berpesan Aldi belajar yang rajin biar pintar. Tetapi Aldi tidak mau menulis, guru setiap kali mengingatkan Aldi hingga orang tuanya pun mendapatkan peringatan. Aldi terus menangis berteriak kencang saat dipaksakan gurunya untuk menulis. Namanya anak yang berbeda dari yang lain, pasti berbeda pula cara belajarnya. Disitulah Ibu Aldi bingung mau bertindak apa melihat anaknya sering menangis bahkan memegang pensil pun tak mau.

Ibu Aldi tak berdiam diri, ia berusaha mencari solusi dengan bertanya kepada teman-temannya informasi tentang tes psikologi anak. Akhirnya Ibu Aldi menemukan tempat buat tes psikologi, harapannya ada perubahan dalam diri anaknya. Saat itu Ibu Aldi juga mendapatkan informasi sekolah yang tepat buat anaknya. Ibunya memindahkan Aldi di sebuah sekolah *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD). Sebelum anaknya di daftarkan disekolah tersebut, sang Ibu menggali informasi yang lebih detail, seperti apa proses pembelajaran antara guru dan murid, kurikulumnya. Ibu Aldi menjelaskan tentang kondisi anaknya dengan segala kekurangan. Pihak sekolah pun menerima Aldi

dengan tangan terbuka, berharap semoga ini jalan terbaik untuk membantu Aldi belajar.

Ibu Aldi tidak hanya mencari informasi buat pendidikan Aldi, tetapi beliau juga mencari informasi tentang terapis atau psikolog yang dapat membantu perkembangan Aldi. Berjalannya waktu Ibu Aldi kini telah menemukan psikolog yang tepat dalam menangani Aldi. Meskipun Ibunya harus membayar biaya yang cukup mahal per bulannya. Tapi sang Ibu ingin berikhtiar dahhulu. Apalah arti uang jika melihat kesembuhan sang anak.

Setelah Aldi dibawa kesana tentunya sang Ibu bercerita panjang tentang kronologi Aldi seperti itu. Aldi melakukan tes dari seorang psikolog bahwa kesukaannya dia dibidang menggambar. Untuk mengikuti intruksi ia belum memahami betul. Hal ini diperlukan pengulangan berkali-kali. Akibat dari hiperaktif yang dialami Aldi, berdampak pada aspek perkembangan kognitif, emosional, dan motoriknya yang terlambat. Maka psikolog melakukan terapi. Setelah proses terapi dilakukan Aldi mengalami perubahan yang signifikan. Mulai bisa menulis, mengenali huruf, angka, bisa membaca, bisa menangkap sebuah pelajaran melalui audionya. Lebih kepada audionya. Ketika Aldi di dengarkan kisah Nabi atau video nusa ataupun yang lainnya lebih mudah untuk menangkapnya. Bahkan ia sangat mampu meniru gerakannya.

Meskipun Aldi dibilang mampu dalam audio saat proses pembelajaran, tetapi jika belajarnya bagi dia sangat membosankan maka ia tidak akan pernah berkonsentrasi seperti anak pada umumnya. Ia begitu aktif sekali, sehingga hal ini

memberikan pengaruh pada konsentrasinya. Konsentrasinya mudah untuk teralihkan dari hobinya ia yang suka menggambar. Beberapa kendala yang menghambat ia adalah ketika di ajak berbicara kontak matanya kesana-kemari, saat guru menjelaskan untuk memperhatikan serta menulis tidak pernah melakukannya, ketika mata pelajaran yang berbau agama Aldi masih mau mengikuti. Aldi disitu masih memiliki kemauan jika dirasa mampu dia akan mengerjakannya. Tapi jika dirasa Aldi sulit maka sudahlah tidak akan ia lihat lagi. Aldi pun akan meneruskan yang menjadi kegemarannya sambil bercerita-cerita sendiri. Mainan kertas dan alat pensil menjadi kegiatan Aldi sehari-hari yang tak pernah lepas.

Tentulah hal ini konselor ketahui ketika konselor mengajar di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD). Awal konselor masuk mengajar, konselor pun diberitahu oleh kepala sekolah bahwa ada anak yang special, yang membutuhkan perlakuan istimewa dari sang gurunya. Saya dikasih tau namanya dan kelasnya. Setelah itu oleh kepala sekolah saya di ajak bertemu dengan anak-anak untuk memperkenalkan diri saya di depan anak-anak, termasuk bertemu dengan Aldi.

Pertama kali bertemu dengan Aldi, tiba-tiba konselor merasakan ingin mendekati, mengenali, berbincang-bindang dengannya. Saat itu konselor seperti merasakan kedekatan dengan Aldi. Disela-sela jam istirahat anak-anak belajar konselor mencoba menghampiri Aldi, mengenal lebih jauh tentangnya. Hingga setiap ngajar di kelas Aldi, konselor melakukan pendekatan sambil melihat memastikan keistimewaan yang dialami Aldi.

Seiring dengan berjalannya waktu, kedekatan konselor dengan Aldi kini semakin dekat. Setiap Aldi ada apa-apa dia lari ke konselor. Jika tidak ada ia mencoba bertanya kepada guru yang lainnya tentang keberadaan saya. Kedekatan inilah membuat murid-murid yang lain menyimpulkan seakan-seakan saya adalah kakaknya Aldi. Tentu dalam hati ada perasaan bersyukur sekali karena bisa didekatkan dengan Aldi. Artinya saya disitu tidak hanya sebagai guru, konselor, tetapi sebagai teman Aldi. Dengan begitu akan memberikan kemudahan-kemudahan konselor dalam memberikan sebuah terapi kepada klien.

b. **Diagnosis**

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari tiga informan dan observasi yang dilakukan, peneliti menafsirkan bahwa lingkungan di sekitar konseli sudah mulai sangat baik dalam mendukung konsentrasinya. Selain itu, peneliti juga mengklasifikasikan permasalahan yang dialami konseli berupa tidak fokus ketika mengerjakan tugas sekolah, tidak fokus ketika guru menerangkan, saat berbicara kontak matanya kemana-mana, dan memilah-milah dalam mengerjakan tugas (lebih sering bermain).

Gangguan ini merupakan sebab akibat, konseli mudah tidak berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah disebabkan karena ketidak mampuan dalam memfokuskan sesuatu. Setelah diamati dengan seksama ternyata masalah ini bersumber dari ketidak konsentrasi. Seperti yang diungkapkan oleh Robert Dilts,

konsentrasi diperlukan untuk dipelajari sehingga anak tidak mudah bosan.<sup>67</sup>

c. Prognosis

Akar permasalahan konseli telah diketahui, maka tahap selanjutnya adalah menentukan langkah-langkah yang harus dilakukan untuk membantu konseli dari permasalahannya. Hal yang harus tetap diingat, proses konseling ini tidak dapat menyembuhkan *hiperaktif* yang di derita konseli, karena kurangnya konsentrasi bukanlah penyakit yang bisa disembuhkan. Melainkan kurangnya konsentrasi, konselor berusaha semaksimal mungkin untuk meningkatkan konsentrasi konseli tersebut. Pengadaan proses konseling ini merupakan salah satu upaya untuk mengoptimalkan potensi konseli, sehingga konseli dapat tetap berjuang untuk hidup di dunia sebagai manusia yang mandiri walaupun memiliki tingkat konsentrasi yang berbeda dengan manusia normal pada umumnya.

Berdasarkan informasi yang telah didapat pada tahap identifikasi masalah, maka peneliti berupaya meningkatkan konsentrasi konseli menggunakan terapi okupasi sebagai kiat memperkenalkan angka (karena selama ini konseli tidak suka sekali dengan berhitung), mengurangi kebiasaan mogok (*ngambek*) saat belajar pada konseli dan melatihnya untuk konsentrasi saat belajar (menumbuhkan konsentrasi).

---

<sup>67</sup> Robert Dilts dan Jennifer Dilts, *The Bright Mind : Strategi Mengatasi Kesulitan Konsentrasi Anak* (Jakarta : Prestasi Pustaka, 2004), hal. 15.

Angka dipilih karena Ahmad Susanto mengatakan bahwa salah satu cara untuk menstimulasi perkembangan kognitif pada anak melalui pengenalan angka.

Sedangkan penggunaan terapi okupasi didasarkan pada landasan bahwa anak-anak pemulihan atau penyembuhannya melalui aktifitas yang menarik konseli, sehingga konseli tidak mudah jenuh saat konselor meningkatkan konsentrasinya agar lebih maksimal.

Terapi okupasi dapat digunakan untuk pemulihan, pengembangan dan pemeliharaan konsentrasi mulai dari perawatan diri, membaca, menulis, berhitung, mendengarkan, menghafalkan, bermain puzzle, sehingga anak dapat kembali berkonsentrasi dengan baik, bisa mengikuti pelajaran dengan baik layaknya temannya.

Terapi okupasi dapat digunakan untuk menyibukkan aktivitas anak agar lebih menarik dalam belajarnya sehingga di dapatkan konsentrasi yang bagus. Kegiatan dari terapi okupasi berupa permainan menyusun puzzle perkalian sambil di ucapkan berulang-ulang, sehingga membuat sang anak nyaman tidak merasa keberatan dalam menghafalkan perkalian. Karena perkalian sebuah pokok yang utama dalam menyelesaikan perhitungan matematika, mengingat konseli kelas 5 sudah saatnya kemampuan yang dimiliki harus dikembangkan kembali. Maksimal di kelas 5 anak sudah mampu menghafal perkalian hingga 100.

Kegiatan-kegiatan dalam terapi okupasi seperti puzzle, berwudhu, gerakan sholat, menghafal do'a sehari-hari, jenis edukasi ini

dilakukan dengan santai seperti bermain, tak ada rasa canggung sama sekali pada diri konseli. Konseli merasa enjoy dalam melakukan kegiatan terapi tersebut.

Berpacu pada metode belajar anak *hiperaktif* yang mengatakan bahwa dalam meningkatkan konsentrasi pada konseli diperlukan penguatan berupa pemberian hadiah dan hukuman sewajarnya untuk memberikan semangat pada konseli, maka dalam penelitian ini peneliti juga menerapkan *reinforcement* guna memberikan stimulus kepada konseli untuk melakukan terapi okupasi. Penerapan *reinforcement* dalam penelitian ini berupa pemberian penguatan positif kepada konseli bila ia berhasil menunjukkan perubahan konsentrasi :

- a. Memperhatikan atau melihat guru mengajar dengan fokus, ia akan mendapatkan pujian
- b. Mendengarkan dengan fokus, ia akan mendapatkan pujian dan mendapatkan reward berupa makanan
- c. Mengerjakan dengan fokus, ia akan mendapatkan pujian dan bermain membuat komik yang ada di buku komik Q
- d. Menghafal, ia akan mendapatkan pujian, mendapatkan reward berupa buku gambar dan pensil.

Jika konseli tidak menunjukkan perilaku yang diinginkan, maka terapis memberikannya penguatan negatif berupa pengabaian beberapa saat.

d. Treatment

*Treatment* merupakan pelaksanaan pemberian bantuan berdasarkan prognosis yang telah direncanakan. Dengan adanya *treatment* yang

diberikan kepada konseli dapat membantu meningkatkan konsentrasinya melalui terapi okupasi. Pelaksanaan terapi okupasi dimulai tanggal 10 Juli hingga 8 Agustus 2019, dilakukan selama tiga kali pertemuan dalam seminggu, dimulai pada hari kamis, 11 Juli 2019 Penelitian dilakukan pada hari senin dan Rabu dari pukul 07.30 – 09.30, hal ini sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat oleh peneliti dengan pihak *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo pada awal pertemuan terdahulu. Penelitian dan konseli memiliki waktu sebanyak 120 menit.

Adapun peneliti atau konselor saat memberikan terapi okupasi kepada konseli tidaklah langsung diterima oleh konseli, ada tahapan-tahapan yang dilalui oleh peneliti. Diantara tahapan-tahapannya adalah sebagai berikut :

- 1) Saat peneliti bertemu pertama kalinya dengan konseli munculah rasa kedekatan. Namun, ketika peneliti melakukan proses terapi okupasi, konseli justru berbeda. Dimana konseli menampakkan sikapnya yang cuek, tidak mendengarkan apa yang dikatakan peneliti. Timbulah sikap acuh tak acuh pada diri konseli. Tetapi peneliti pun tak menyerah untuk terus bisa mengambil hatinya.
- 2) Peneliti mencoba mengamati kegiatan konseli yang tidak konsentrasi terhadap pembelajarannya. Ia menyukai dunia menggambar komik, hingga semua bukunya penuh dengan daya kreatifnya. Sambil peneliti mengamati gambarannya, peneliti mencoba bertanya, bahwa konseli sedang

menggambar apa? Konseli menggambar kartun yang berisi ceritanya mengajak kepada temannya untuk melakukan sholat, disitulah ia gambarkan istana surga. Bahasa konseli, setelah gambar istana surga ada dialog berikutnya gambar orang yang mengatakan “*biar disayang Allah*”. Dari situlah peneliti mengatakan, bahwa konseli mau masuk surga? Jawabnya “*iya masuk surga itu mau minta apa saja dikasih, us. Disana tempatnya indah sekali, itu us kata bundaku*”. Peneliti menyampaikan, “*berarti mas Aldi harus jadi anak yang shalih ya, agar bisa masuk surga bersama bunda, ayah, dan adik ya?*”. Jawabnya “*iya ustadzah*” (sambil menunjukkan wajah senyum di hadapan peneliti). Dari senyuman yang diberikan oleh konseli, peneliti memiliki ruang untuk masuk menarik perhatiannya agar ia mau melakukan terapi. Peneliti terus memberikan *reward* berupa pujian-pujian dan sentuhan tangan, ekspresi yang dapat memberikan kepercayaan, rasa kenyamanan, menarik perhatiannya konseli. Sehingga kasih sayang sangat diperlukan bagi seusia anak-anak tersebut.

- 3) Peneliti mencoba meminjam hasil gambarannya konseli, dan disitulah memberikan nilai atas hasil karyanya. Dan ungkapan do’a kepada konseli semoga kelak ia menjadi seorang komikus. Di tahap ketiga ini membuat konseli semakin nyaman.
- 4) Setiap memulai aktifitas terapi okupasi, konseli diminta untuk berwudhu dan berdo’a terlebih dahulu. Dengan berwudhu dan

berdo'a tujuannya agar diberikan kemudahan dalam menjalani terapi okupasi, dan memohon sama Allah melalui proses terapi yang diberikan ini agar membawa perubahan pada hidup konseli.

- 5) Mempersiapkan terapi okupasi melalui kegiatan atau aktifitas yang sudah diberikan oleh peneliti kepada konseli.

Dengan adanya sebuah terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif, maka diperlukan adanya kegiatan melalui terapi okupasi. Agar anak yang tidak konsentrasi dapat berkonsentrasi dengan baik. Adapun indikator dari tidak konsentrasi : tidak mendengarkan apa yang disampaikan guru dengan baik, tidak mengerjakan tugas dengan baik, tidak memperhatikan gurunya, tidak mendengarkan intruksi yang diberikan. Dari indikator tersebut peneliti akan memberikan beberapa kegiatan terapi okupasi beserta fungsinya.

Adapun beberapa kegiatan terapi okupasi yang sudah peneliti berikan kepada konseli diantaranya : berwudhu, berdo'a, sholat, menghafal, berhitung penjumlahan, puzzle, *story telling*, menyusun stick ice cream menjadi kotak pensil dan mengalihkan proses bermainnya. Tujuan yang paling utama dari kegiatan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi. Agar dari keempat indikator tersebut konsentrasi konseli dapat menjadi lebih baik. Diantaranya keempat indikator tersebut sebagai berikut :

- (a) Tidak mendengarkan apa yang disampaikan guru dengan baik.

Anak hiperaktif tentu tidak akan pernah diam, ia akan melakukan segala hal apa yang

disukai. Melakukan segala sesuatu sesuai dengan kehendaknya sendiri. Disinilah peran konselor dalam memberikan *treatment* melalui berwudhu dan berdo'a terlebih dahulu. Konselor dalam melakukan kegiatan berupa menghafal, bermain puzzle dan mengalihkan bermainnya menjadi fokus belajar.

- 1) Menghafal merupakan melatih daya ingat seseorang. Selain itu juga melatih tingkat kefokusannya. Disini peneliti meminta konseli untuk menghafal surat-surat juz 30. Kebetulan konseli hafalannya sampai pada surat Al-Buruuj. Disitu konseli setiap harinya menyetorkan hafalan 1 (satu) ayat di sekolah, dirumah dibimbing oleh bundanya. Saat pembelajaran tahfid disekolah murid-murid HSG menyetorkan hafalannya semampunya, termasuk konseli. Ketika hafalan surat disekolah, kini konseli mampu untuk menghafalkannya, meski ada beberapa cara penyampaiannya yang kurang tepat. Dari sinilah terlihat bahwa proses pendengaran yang dimiliki oleh konseli sungguh sangat bagus. Sehingga dari proses pendengaran tersebut dapat membantu daya konsentrasi konseli melalui proses pendengaran. Selain konseli belajar menghafal juz 30, ia juga mampu menghafal puzzle perkalian 1-5.
- 2) Puzzle Truk dan Puzzle Perkalian 1 – 5. Dengan permainan ini membuat konseli semakin semangat belajarnya sebab apa

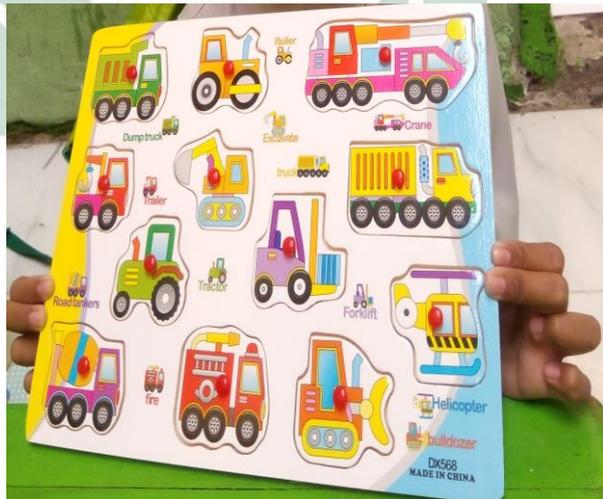
yang lihat gambar-gambar puzzle truk yang bagus sekali. Setelah konseli ada ketertarikan puzzle truk, peneliti mencoba menawarkan puzzle perkalian. Akhirnya cara yang dilakukan oleh konseli dengan menyusun puzzle dengan melafadkan. Hal ini dilakukan terus-menerus oleh konseli selama 1-10 kali. Konseli tidak bosan membongkar dan menyusun kembali puzzlenya. Sehingga memorinya menancap pada ingatan konseli. Bermain puzzle ini peneliti lakukan dalam pertemuan selama 1 minggu. 1 minggu peneliti bertemu konseli 3 kali pada hari senin, rabu, dan kamis. Jadi, setelah konseli menghafalnya, peneliti mencoba menanyai “*Mas, Aldi 3x5 berapa?*” Konseli : “*Ehmm 15 us*”. Peneliti kaget tapi disisi lain peneliti bersyukur konseli dapat menghafalnya dengan bersungguh-sungguh. Peneliti mencoba lagi kepada peneliti mengurutkan hafalan perkalian mulai 1–5 secara urut. Setelah urut peneliti mencoba tes konseli, “*Mas Aldi, 2x9 berapa mas?*” Jawabnya “*18 us*”. Terus “*4x9 berapa mas?*” Jawabnya konseli terdiam sejenak sambil berfikir selama 20 detik “*36 us*”. Peneliti : “*7x5 berapa?*” Konseli : “*35*” untuk mengingat kembali memori yang sudah konseli hafalkan perkaliannya, peneliti mencoba mengulangi hafalan perkalian 1–5. Peneliti melakukannya dan hasil

akhir lebih lancar menghitung perkalian 1-5.

**Gambar 3.3**  
**Terapi Okupasi Melalui Puzzle**



1	2	3	4	5
1 x 1 = 1	2 x 1 = 2	3 x 1 = 3	4 x 1 = 4	5 x 1 = 5
1 x 2 = 2	2 x 2 = 4	3 x 2 = 6	4 x 2 = 8	5 x 2 = 10
1 x 3 = 3	2 x 3 = 6	3 x 3 = 9	4 x 3 = 12	5 x 3 = 15
1 x 4 = 4	2 x 4 = 8	3 x 4 = 12	4 x 4 = 16	5 x 4 = 20
1 x 5 = 5	2 x 5 = 10	3 x 5 = 15	4 x 5 = 20	5 x 5 = 25
1 x 6 = 6	2 x 6 = 12	3 x 6 = 18	4 x 6 = 24	5 x 6 = 30
1 x 7 = 7	2 x 7 = 14	3 x 7 = 21	4 x 7 = 28	5 x 7 = 35
1 x 8 = 8	2 x 8 = 16	3 x 8 = 24	4 x 8 = 32	5 x 8 = 40
1 x 9 = 9	2 x 9 = 18	3 x 9 = 27	4 x 9 = 36	5 x 9 = 45
1 x 10 = 10	2 x 10 = 20	3 x 10 = 30	4 x 10 = 40	5 x 10 = 50



- 3) Mengalihkan bermainnya konseli. Disaat proses pembelajaran, konseli terlihat tidak mendengarkan apa yang disampaikan ustad atau ustadzahnya. Ia lebih asyik bermain. Bermainnya ini konseli memanfaatkan barang-barang yang ia bawa seperti peralatan yang ada di kotak pensil. Yang paling disukainya menggambar. Tetapi disini peran konselor atau peneliti mengalihkan segala cara agar konseli dapat fokus kembali kepada pembelajarannya. Seperti menggunakan bahasa meminjam dan mengatakan wah, bagus sekali gambaran dan mainannya (mainan yang sedang dibawa konseli). Peneliti menyembunyikan permainannya selama beberapa saat hingga pelajaran tersebut selesai. Peneliti bertanya kepada konseli, *“Mas Aldi sayang bunda, kan?”* konseli : *“iya ustadzah”*. Peneliti : *“Ya, kalau Mas Aldi sayang kepada bunda, berarti mas Aldi ya harus selalu rajin belajarnya... (memberikan tanda senyum dan sentuhan kepada konseli). Berarti sekarang mas Aldi mendengarkan apa yang disampaikan oleh ustadzah Hana. Ustadzah Hana sedang mendikte soal matematika. Mas Aldi mau menuliskannya? Nanti bisa menunjukkan ke bundanya kalau hari ini mas Aldi menjadi anak yang paling pintar. Mau ya mas? Membahagiakan orang tua itu dapat pahala, loh mas. Mas Aldi ingin kan mendapat pahala dari Allah dan nanti bisa masuk surga?”* Jawaban dari konseli : *“iya ustadzah mau. Aku sayang bunda ustadzah (sambil menunjukkan wajah sedihnya kalau konseli benar-benar sayang bundanya).* Peneliti dapat menyentuh perasaan konseli, sehingga dari situlah membuat hati konseli seperti tumbuh rasa semangat dan motivasi yang akan ia tunjukkan kepada bundanya. Proses ini berhasil peneliti lakukan hingga ia menyelesaikan

jawaban-jawaban dari pertanyaan yang diberikan ustadzah Hana.

**Gambar 3.4**  
**Sikap Konseli yang suka menggambar, peneliti mengalihkan**



- (b) Tidak mengerjakan tugas dengan baik.
- 1) Berhitung. Untuk mengerjakan tugas dengan baik, maka konseli perlu untuk menumbuhkan rasa suka terhadap pembelajaran. Selama ini konseli tidak menyukai pembelajaran matematika dikelas 4. Ia merasa tidak suka sekali, bahkan sempat melarikan diri mencari tempat yang nyaman. Sebab, disaat proses pembelajaran matematika konseli seperti dipaksa harus bisa mengikuti pelajarannya oleh ustadzah Tini. Hal

itulah membuat konseli merasa tidak nyaman bahkan konseli menangis yang sejadi-jadinya sambil mendobrakkan kakinya ke pintu kelas 4. Mengambil kejadian tersebut membuat konseli merasa tidak nyaman, dalam benaknya semua pelajaran sulit. Dari situlah peneliti meminimalisir rasa sulitnya dan membuatnya semakin tertarik pada pelajaran khususnya matematika, dan membuatnya merasa nyaman.

peneliti mengarahkan fokus Aldi pada angka yang dianggapnya senang, yaitu menyertai angka tersebut dengan ucapan *“emmm.... iya  $2 \times 5 = 10$  sama seperti  $5 + 5$ . Yuk kita coba hitung ya mas Aldi  $5 + 5$  dengan menggunakan jari mas Aldi. Mas Aldi mana angka 5 nya (sambil dilihatkan pada peneliti), satu lagi mana angka 5 nya lagi? Sekarang coba yaa mas Aldi hitung berapa jumlahnya? Ustadzah pengen lihat mas Aldi menghitungnya. Sembari konseli berhitung, peneliti mengamati proses berhitungnya”* dari proses pengujian ini, peneliti menilai bahwa kemampuan berhitung pada konseli masih kurang, dan konsentrasinya pun mudah teralihkan, ia bahkan meminta makan jajannya sebelum jam istirahat.

Usai mengetahui tingkat konsentrasi konseli, peneliti melangsungkan terapi okupasi dengan urutan sebagai berikut :

- a. Peneliti membentuk area bermain dengan bentuk persegi panjang yang disusun pertama 0-10 kedua 11-20 kotak persegi sama sisi. Permainan ini dilakukan

dengan berloncat di lantai. Laintainya diberi angka, konseli yang meloncat sambil ditemani peneliti saat berhitung.

- b. Masing-masing persegi berisi gambar satu digit angka yang dimulai angka 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. Setelah berhitung 1-10 angka tersebut diganti dengan angka 11-20.

1	2	3	4	5
10	9	8	7	6
11	12	13	14	15
20	19	18	17	16

- c. Setelah konseli sudah memahami angka 1-20, melakukan proses terapi okupasi melalui kegiatan menyiapkan kertas lipat berukuran segiempat dengan diberi soal perhitungan, mulai penjumlahan, pengurangan dan perkalian. Tatkala diberikan permainan ini, konseli mengatakan bahwa ia tidak suka sekali dengan matematika. Setiap pelajaran matematika ia tidak mengikuti pelajaran dengan cara bermain sendiri di luar kelas atau ia keluar mencari tempat yang nyaman.

Selama ini yang peneliti ketahui sikap konseli enggan saat menerima pelajaran

matematika. Sehingga peneliti pun menggunakan metode keteladanan, yaitu : mencontohkan kepada konseli menjumlahkan mata uang yang peneliti bawa, bahwa menunjukkan betapa menyenangkan sekali bermain berhitung melauai mata uang ataupun menjumlahkan dengan angka.

Awalnya ia sekedar melihat dan tidak tertarik, ia bahkan mengalihkan perhatiannya dengan menggambar cerpennya sambil bicara sendiri. Konseli tak meresponnya, namun peneliti tidak menyerah begitu saja. Peneliti mencoba menarik perhatian konseli dengan terus memanggil namanya “*mas Aldi anak yang shalih dan pintar, itu gambar apa yaaa. Waahhh, bagus sekali gambarannya mas Aldi. Boleh pinjam gambarnya, mas? Mas Aldi gambar apa?*” Peneliti dihiraukan oleh konseli, ia diam berbicara sendiri sambil menggambar. Peneliti hanya menangkap sedikit kisahnya. Karena peneliti tidak mengerti dengan bahasa yang disampaikan. Peneliti mencoba memberikan sentuhan lembut kepada konseli, memintanya untuk melihat kontak mata peneliti. Disitulah konseli senyum lama-kelamaan mau untuk belajar berhitungnya.

Peneliti membuat kotak persegi ukuran kecil dari kertas lipat. Masing-masing kertas ada 5 soal. Kertasnya ada 10 kertas, jadi total soal yang diberikan kepada peneliti ada 50 soal. Terkesan banyak sekali soalnya, peneliti tidak langsung memberikan soal sebanyak 10 lembar kertas. 5 lembar peneliti berikan pada

sesi pertama, dengan durasi 60 menit. Saat proses mengerjakan peneliti mengerjakan soal sebanyak 50, tidak terasa selama 50 menit waktu yang telah dihabiskan buat mengerjakan. Peneliti meminta konseli istirahat sejenak selama 15 menit, konseli bebas melakukan apa saja saat proses istirahat. Asal tidak mengganggu teman yang lainnya.

Setelah waktu istirahat berlangsung, kini peneliti meminta kembali bermain terapinya. Agar menghilangkan kejenuhan, peneliti memberikan mata uang lagi untuk menghitung jumlah mata uga yang telah tersedia. Setelah itu, peneliti memberikan stick ice cream untuk memudahkan proses menghitungnya. Setelah itu peneliti menawarkan kepada konseli apakah ia mau berhitung kembali seperti tadi. Respon dari konseli menganggukkan kepalanya bahwa ia mau. Waktu yang diberikan durasinya sama, terus peneliti mengerjakannya serius seakan-akan ia sedang ujian. Selama 45 menit konseli berhasil mengerjakan dengan tepat.

Setelah berhasil, kini peneliti mengoreksi hasil jawabannya, masyaAllah ternyata jawabannya konseli benar semua. Akhirnya peneliti melihat kesungguhan konseli, maka sebagai bentuk apresiasi konseli, peneliti memberikan reward berupa pujian, sentuhan, nilai 100 dan snack. Peneliti memberikan pesan kepada konseli bahwa *“Ayo mas Aldi bisa menjadi anak yang pintar, nanti mas Aldi harus lebih semangat lagi ya belajarnya.*

*Terus semangat ya mas Aldi? Ustadzah sayang.... sekali sama mas Aldi.” Konseli : “iya ustadzah, Aldi juga sayang ke ustadzah Khusnul”.*

### **Gambar 3.5**

#### **Terapi Okupasi Melalui Berhitung**



- 2) Sholat. Sholat merupakan kewajiban seorang muslim untuk menjalankannya, apabila ditinggalkan akan mendapatkan dosa. Konseli telah tertanam dalam dirinya bahwa sholat adalah kewajiban seorang muslim. Jika ingin masuk surga, maka sholat. Hingga dari keseharian konseli, ia tak lepas untuk meninggalkan sholatnya sehari 5 waktu. Meskipun ia dalam aktifitas yang capek, ia tiba-tiba

tidur sendiri, jika terdengar adzan, maka ia bergegas segera bangun. Hingga bundanya merasa bersyukur sekali memiliki anak meski dengan keistimewaan, tetapi Allah lebihkan pada dirinya selalu ingat Allah. Rutin dalam menjalankan sholat dan ngajinya. Bahkan ketika disepertiga malam, konseli yang bangun lebih awal untuk membangunkan bundanya. Bundanya diminta bangun sholat malam agar masuk surga, disayang Allah dan mendapat banyak rezeki. Bahkan konseli saat disekolah karena keterbatasan kamar mandi buat wudhu dan BAK, membuatnya antri lama. Ketika semua teman-temannya sudah naik ke atas, merapatkan shof barisan, di tempat kamar mandi hanya tinggal orang, konseli merasa takut dan sedih sekali jika sholatnya sudah dimulai. Akhirnya ia mengetuk-ngetuk pintu untuk cepetan wudhunya. Setelah selesai berwudhu, konseli naik ke atas, melihat semua temannya pada sholat, ia menangis dan marah kenapa sholatnya ditinggal? Para ustadzah yang bertugas piket sholat dhuhur mencoba menenangkan konseli untuk menyusul sholatnya. Jadi, dalam urusan mengerjakan sholat konseli inginnya selalu tepat waktu (*on time*).

(c) Tidak memperhatikan gurunya

Stick Ice Cream. Terapi ini berlangsung dari jam 07.30 hingga 09.30 WIB, terapi okupasi diawali dengan berwudhu dan

berdo'a. Kali ini Aldi melakukan permainan menyusun stick ice cream yang berwarna-warni, menyatukan batang-batang sticknya agar dapat dibentuk seperti gelas. Permainan jenis stick yang akan dibuat sebagai alat tempat pensil. Untuk merekatkan stick ice cream yang satu dengan yang lainnya menggunakan lem kayu. Dalam permainan ini membutuhkan sebuah kesabaran, kefokusannya, telaten. Karena jika tidak telaten sticknya akan lepas. Dengan demikian permainan ini akan membantu konseli pada konsentrasinya, kesabaran dalam menyatukan tiap-tiap stick, keuletan. Peneliti memberikan contoh bagaimana caranya membuat kotak pensil dari stick ice cream. Disitulah juga menguji seberapa bersarkah ia dapat memperhatikan dengan bersungguh-sungguh.

Tatkala konseli menempelkannya sampai 5 batang stick, tiba-tiba lepas, disitu peneliti mengarahkannya untuk memasang kembali. *"Ayo, Mas Aldi dipasang kembali ya itu sticknya. Mas Aldi harus sabar ya untuk memasangnya"*. Konseli mengatakan kalau itu sulit. Dua kali menempelkan lepas kembali. Konselinya pun menangis, ia putus asa. *"Peneliti mencoba menenangkannya bahwa konseli mau kan untuk membuat kotak pensil. Nanti Mas Aldi punya kotak pensil yang bagus"*. Akhirnya dengan perkataan peneliti begitu yang terus berulang-ulang membuat peneliti semangat kembali untuk melakukannya, sambil peneliti mengarahkan dan membantu. Meskipun harapan peneliti karya kotak pensil konseli sendiri yang

melakukannya. Tapi, setidaknya ada usaha dari konseli untuk mau melanjutkan kembali karyanya hingga selesai. Setelah stick ice cream menyatu, disitulah terpancar senyuman konseli kalau sudah menjadi kotak pensil. Ia pun menunjukkan jarinya di sela-sela alasnya ingin diberi namanya dia. Keberhasilan konseli tatkala membuat karya kotak pensil dari stick ice cream, peneliti tidak lupa memberikan reward berupa pujian, jempol sebagai tanda konseli mampu melakukannya dan hasil karya tersebut.

Setelah selesai membuat kotak pensil dari *stick ice cream*, konseli pun mengatakan ingin membuat lagi. Hal ini telah memberikan ketagihan dan kepuasan kepada konseli atas hasil karyanya.

### **Gambar 3.6**

#### **Terapi Okupasi Melalui *Stick Ice Cream***





- (d) Tidak mendengarkan intruksi yang diberikan.  
*Pertama Story Telling.* Story telling diberikan kepada konseli dengan tujuan agar setiap peneliti tanya, akankah konseli mampu mendengarkan intruksi yang diberikan kepadanya. Peneliti membacakan sebuah cerita 1 paragraf, dari situ peneliti mencoba mengetes konseli isi dari cerita tersebut dan konseli diminta peneliti untuk melanjutkan membaca ceritanya. Konseli bisa menyampaikan cerita dari peneliti secara garis besarnya. Hal ini melatih daya fokus atau konsentrasinya sejauh mana, akankah konseli dapat mendengarkan intruksi yang diberikan.

**Gambar 3.7**  
**Terapi Okupasi melalui Story Telling**



*Kedua Menggambar.* Menggambar merupakan salah satu cara mengukur keuletan konseli, kefokusannya, mendengarkan intruksi yang diberikan. Awalnya menggambar konseli tidak satu arah, yang penting baginya menggambar ikan. Tetapi disitu peneliti memberikan contoh, Peneliti : *“menggambar satu arah, ya mas Aldi biar terlihat bagus”* (Sambil peneliti tunjukkan). Setelah itu, konseli mencoba sendiri dari intruksi yang diberikan peneliti. Terlihat setelah intruksi yang sudah diberikan peneliti, kini konseli menggambar satu arah.

### Gambar 3.8

### Terapi Okupasi Melalui Menggambar



Dari kesimpulan keempat indikator tersebut menunjukkan bahwa konseli telah berhasil melakukan proses terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif. Hasil setiap proses yang ia lakukan memberikan perubahan yang bagus dan perlu adanya apresiasi untuk konseli. Apresiasinya berupa reward seperti pujia, jempol, kasih sayang peneliti kepada konseli, nilai, kue sebagai wujud keberhasilannya.

Setelah proses treatment yang diberikan peneliti, maka untuk penutupan berdo'a kepada Allah agar konseli senantiasa mendapatkan keberkahan dalam setiap belajar dan semoga kedepannya konseli menjadi anak yang shalih, pintar, komikus ideologis, hafid Qur'an dan faqih fiddin.

e. Evaluasi / *Follow – up*

Evaluasi adalah langkah untuk mengetahui sampai sejauh manakah hasil yang diperoleh dalam proses konseling, selanjutnya dapat ditentukan kegiatan lanjutan sesuai dengan perkembangan konseli. Evaluasi atau *follow up* dalam penelitian ini dilakukan sebelum, saat, dan setelah proses konseling dengan cara memperhatikan perilaku konseli.

Sebelum diterapkan terapi okupasi, konseli belum bisa mengikuti pelajaran dengan baik, konsentrasinya mudah teralihkan dalam berbagai hal atau sulit fokus, bahkan ia juga mudah mogok dalam beraktifitas (ngambek). konseli hanya melakukan sesuatu yang ia sukai, seperti menggambar, bermain dengan permainan yang dibawa dari rumah. Tak lagi menghiraukan kata guru atau temannya, sesuka hati konseli. Jika

konseli dipaksa untuk mengerjakan tugasnya, atau dipaksa menulis dan mendengarkan maka kalau konseli tidak suka sering menangis. Tangisannya terdengar diluar sekolah, sehingga menghebohkan seluruh yang ada dalam sekolah tersebut.

Sedangkan selama terapi okupasi dilangsungkan, peneliti melihat walaupun perilaku mogok (ngambek) konseli masih nampak, bahwa ia tetap mau melakukan proses terapi okupasi setelah diabaikan beberapa saat, ia juga berusaha memusatkan perhatian atau konsentrasi pada keterangan peneliti dan pada permainan puzzle atau operasi hitung dasar, serta masih mau melakukan membuat kotak pensil dari stick ice cream yang membutuhkan ekstra kesabaran dan keuletan.

Setelah dilakukan terapi okupasi, peneliti menilai bahwa anak hiperaktif dalam meningkatkan konsentrasinya dapat mengalami perkembangan. Walaupun konseli masih mengenal operasi hitung dasar, sebab di usia kelas 5 anak telah mampu menghitung operasi yang jumlahnya cukup banyak. Setidaknya konseli telah berhasil melakukan proses terapi. Saat peneliti mendampingi proses belajar dikelas bersama gurunya ustadzah Anita, disitulah konseli mulai belajar kefokusannya, mulai mau menulis dan mendengarkannya. Berhasil mendengarkan proses pendektean meskipun dalam menulisnya masih ada yang belum sempurna, tetapi disitulah muncul kemauan dengan sungguh-sungguh pada diri konseli saat mau melakukan perubahan. Sehingga hal tersebut dapat terminimalisir permasalahan yang ada dalam diri konseli. Berdasarkan hasil perkembangan yang diperoleh

konseli, terapi ini harus dilanjutkan hingga anak mampu berkonsentrasi dengan baik. Namun, pelaksanaan terapi ini tidak harus didampingi oleh peneliti, konseli dapat melakukan terapi okupasi dengan guru pendamping, guru kelas HSG SD Khoiru Ummah Sepanjang Taman Sidoarjo atau dengan orang tua konseli.

Pengetahuan tentang puzzle perkalian dan operasi hitung dasar dapat dipelihara dengan hukum latihan melalui aktivitas dalam kehidupan sehari-hari berupa menghitung benda-benda yang ada disekitarnya, berapa jumlah siswa yang masuk pada hari ini, laki-laki dan perempuannya di setiap pagi. Jika, kebiasaan ini terus diulang-ulang maka akan melatih daya konsentrasinya.

## **2. Deskripsi Hasil Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif**

Sebelum menentukan hasil dari proses terapi okupasi, peneliti akan menyajikan lima indikator yang dapat dijadikan sebagai tolok ukur keberhasilan proses konseling, kelima indikator tersebut adalah konseli mau melakukan proses konseling, konseli dapat mendengarkan, konseli mampu menyelesaikan tugas sekolah, konseli dapat berkonsentrasi dengan baik, dan konseli dapat mengikuti intruksi-intruksi yang diberikan. Berikut adalah uraian dari kelima indikator tersebut.

Konseli enggan mengikuti terapi okupasi di awal pelaksanaan terapi, ia tak tertarik sama sekali bahkan ia lebih memilih untuk berusaha menggambar komik. Dengan kesabaran guru kelas *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo dan peneliti akhirnya ia mau melihat dan memperhatikan cara bermain melalui terapi okupasi, nampaknya ia merupakan anak yang melakukan

segala sesuatu setelah melihat dan memperhatikan hal tersebut. Setelah dia penasaran, tanpa paksaan ia mendekati saya dan meminta untuk bermain okupasi melalui aktifitas puzzle. Selanjutnya ia pun mau melakukan kegiatan ini.<sup>68</sup>

Kemampuan mendengar konseli sebelum dilakukan terapi okupasi, sebelumnya telah memiliki pendengaran yang baik. Hanya saja, karena ketidak konsentrasian mengubah konseli seakan-seakan menjadi orang yang tidak mudah mendengar apa yang ada disekitarnya. Setelah dilakukan sebuah terapi, konseli di arahkan untuk mendengarkan apa yang disampaikan guru atau peneliti. Agar konseli dapat berkonsentrasi dengan baik melalui pendengarannya maka peneliti disitu meminjam permainan yang dimiliki konseli. Terbukti saat setelah dilakukan terapi konseli dapat mendengarkan dengan baik ketika pelajaran ustadzah Hana, mendikte murid kelas 5 nya. Konseli ini dapat melakukan hasil dektaan ustadzah Hana, meskipun apa yang didengarkan belum sepenuhnya mampu menuliskan dengan benar. Setidaknya konseli mau berusaha mendengarkan.<sup>69</sup>

Adapun hasil dari kemampuan mendengar konseli dituangkan dalam bentuk tulisan. Hasil tulisan inilah yang menjadi tugas sekolah yang akan dilaksanakan konseli. Sebelum dilakukan terapi, konseli tidak pernah melaksanakan tugas dari sekolah baik tugas saat pembelajaran di sekolah maupun tugas dirumah. Konseli hanya terfokus pada kesibukannya menggambar komik. Setelah dilakukannya terapi, konseli memiliki tanggung jawab untuk berusaha mengerjakan tugas-tugas dari sekolah. Bukti

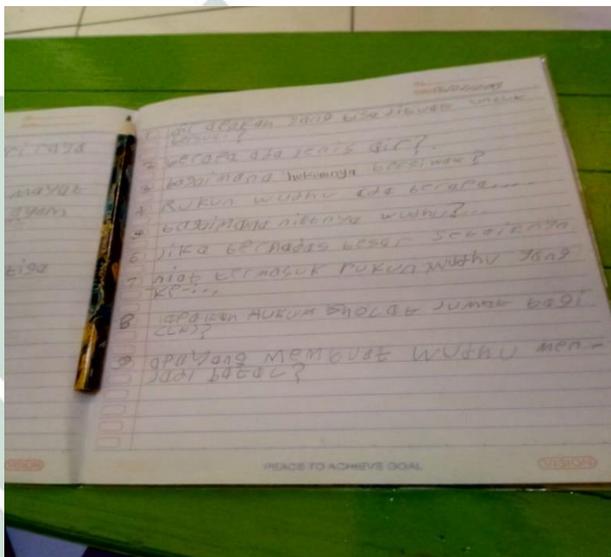
---

<sup>68</sup> Observasi perilaku konseli pada tanggal 11 Juli 2019.

<sup>69</sup> Observasi perilaku konseli pada tanggal 15 Juli 2019

keberhasilannya ditunjukkan saat guru melakukan proses pembelajaran dikelas.<sup>70</sup>

**Gambar 3.9**  
**Hasil Observasi Perilaku Konseli**



Adapun konsentrasi untuk anak, standart konsentrasinya usia 6 – 12 tahun, memiliki konsentrasi yang lebih panjang. Rentang konsentrasi sekitar 30 – 45 menit. Ketika anak dikatakan berkurang konsentrasinya, maka menjadi hal yang wajar bagi anak-anak terutama hiperaktif. Sebelum diterapkan terapi okupasi, konsentrasi konseli sangat mudah teralihkan, segala apa yang ada di depannya tak lagi dihiraukan. Hanya berfokus pada apa yang ia

<sup>70</sup> Observasi peerilaku konseli pada tanggal 17 Juli 2019

sukai. Kemampuan berkonsentrasi dengan baik telah ditunjukkan oleh konseli saat melakukan terapi okupasi, operasi hitung dasar. Dimana konseli telah berhasil melakukan dengan baik, meskipun waktu yang diberikan kepada konseli membutuhkan durasi waktu cukup lama.<sup>71</sup>

Indikator keberhasilan selanjutnya adalah kemampuan konseli akan intruksi-intruksi yang diberikan. Intruksi disini berkaitan dengan perintah atau petunjuk dalam melaksanakan suatu pekerjaan atau tugas. Dimana ketika bundanya mas Aldi, memberikan intruksi kepada putranya untuk memberikan bingkisan kepada ustazahnya, maka disitulah konseli setelah sampai disekolah memberikan kepada ustazahnya. Intruksi yang diberikan kepada konseli dapat terserap dengan bagus manakala ada pengulangan kepada konseli. Akan membantu konseli melewati masa-masa tidak konsentrasi menjadi lebih bisa berkonsentrasi, dan mengingat apa yang telah disampaikan.

Selain observasi, peneliti juga melakukan wawancara kepada guru kelas *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo, beliau mengatakan bahwa setelah diterapkan terapi okupasi, perkembangan konsentrasi Aldi menjadi jauh lebih baik, hal itu dibuktikan dengan mengerjakan tugas disekolah dan ketepatannya dalam merespon intruksi yang diberikan.<sup>72</sup>

Ibu konseli juga merasakan pengaruh atas konsentrasinya yang semakin membaik. Beliau juga sudah mulai bisa memberikan intruksi kepada Aldi

---

<sup>71</sup> Observasi perilaku konseli pada tanggal 18 Juli 2019.

<sup>72</sup> Wawancara kepada guru kelas *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo pada tanggal 8 Agustus 2019.

berupa menata bukunya saat selesai belajar, saat pagi mengecek kembali buku yang akan dibawa sekolah, bisa menaruh letak sepatunya di rak sepatu, ketika bundanya sibuk, Aldi dimintain tolong untuk menjaga adiknya. Sehingga konseli bisa mandiri dengan kebutuhan dia yang diperlukan.

Berdasarkan pemaparan tersebut, konseli berhasil dalam semua indikator. Sehingga dapat disimpulkan bahwa proses konseling ini berhasil untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif* melalui terapi okupasi.



## BAB IV

### ANALISIS DATA

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data baik yang berasal dari wawancara, observasi, maupun dokumen. Peneliti melakukan kegiatan analisis guna mendapatkan temuan fakta dari lapangan berdasarkan fokus permasalahan.

Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus, maka peneliti menggunakan teknik analisa data deksriptif kompratif untuk membandingkan pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif di lapangan dan dalam teori serta membandingkan kondisi awal konseli sebelum bersinggungan dengan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif dengan kondisi setelah pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif. Berikut adalah analisis data yang diperoleh berdasar penyajian data :

#### **A. Analisis Proses Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo.**

Analisis proses terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *Hiperaktif* digunakan agar pembaca mengetahui perbedaan ataupun persamaan proses terapi okupasi di teori dengan proses terapi okupasi di lapangan. Terapi okupasi mengadopsi dari bu Zulfa Alya. Pada versi aslinya, terapi ini ditujukan untuk menangani 2 hal, yaitu : *Pertama*, fisik artinya dapat memberikan terapi yang melatih gerakan tangan dan kaki.

Seperti melempar bola, menendang bola, menyusun puzzle. *Kedua*, Mental : memberikan terapi yang dapat melatih dan mengembangkan bakat, kreatifitas dan rasa

percaya diri. Misalnya menari, menyulam, menempel, dan sebagainya. Namun dalam penelitian ini, peneliti menggunakan permainan puzzle dimodifikasi sedemikian rupa agar dapat menjadi media meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif*. Terapi okupasi melalui permainan puzzle perkalian di dalam lapangan penelitian, memanfaatkan permainan puzzle perkalian dan stick ice cream sebagai media untuk belajar penjumlahan dan pengurangan. Stick ice cream disini dapat membantu dalam perhitungan perkalian. Ketika konseli bermain puzzle membongkar lalu memasangnya, peneliti meminta konseli untuk mengucapkan tiap-tiap kotak yang akan disusun. Terlebih lagi konseli suka dengan menyusun puzzle. Selain itu peneliti juga memanfaatkan nyanyian ‘perkalian 1-5’ sebagai petunjuk bagi konseli. Ketika konseli berhenti menyusun satu per satu, ia harus mengucapkan perkalian yang dipegangnya. Jika konseli kesulitan menghitungnya, konseli dapat menggunakan media berhitung melalui stick ice cream. Fungsinya bisa untuk penjumlahan, pengurangan, menghitung perkalian serta bisa dibuat sebuah karya. Karena ketertarikan dengan puzzle memudahkan konseli mampu menghafal perkalian meski ada yang masih menghitung hasilnya. Permainan ini melatih ingatan anak pada bentuk perkalian, melatih konsentrasi penglihatan dan pendengaran anak, serta menumbuhkan semangat belajarnya.

Terapi okupasi dapat dikombinasikan dengan langkah-langkah bimbingan konseling Islam khususnya pada tahap *treatment*. Berikut adalah analisis data dari tiap tahapan bimbingan konseling Islam yang dilakukan oleh peneliti :

1. Identifikasi Masalah

Anas Salahuddin menyatakan bahwa identifikasi masalah bertujuan untuk mengenal konseli beserta gejala-gejala yang tampak. Teori ini sangat sesuai dengan keadaan lapangan yang dilalui oleh peneliti.

Usai membangun hubungan dengan konseli, peneliti berusaha mengenali dan mencari informasi mengenai hambatan dan potensi yang dimiliki konseli melalui kegiatan wawancara, observasi berperan dan dokumentasi.

Selain mengenal potensi dan hambatan konseli, tahap identifikasi dalam penelitian ini juga bermaksud menentukan permasalahan mana yang terlebih dahulu harus diselesaikan oleh konseli.

Berdasarkan data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa konseli memiliki masalah pada konsentrasinya, sehingga saat usia 11 tahun konseli ketinggalan pembelajaran. Apa yang dilakukan konseli saat proses pembelajaran sama sekali tidak memperhatikan gurunya saat menjelaskan, bahkan tugas yang diberikannya pun tidak pernah dihiraukan.

## 2. Diagnosis

Diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi anak beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini, kegiatan yang akan dilakukan adalah mengumpulkan data menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Teori ini sesuai dengan keadaan di lapangan, setelah mengenal konseli peneliti berusaha menetapkan permasalahan yang dialami konseli untuk selanjutnya menentukan bantuan apa yang cocok untuk membantu konseli.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku konseli berupa ketidak konsentrasi pada saat pembelajaran. Sehingga hal ini menghambat proses belajar konseli yang di usia 11 tahun, belum bisa operasi hitung dasar, ia mudah ngambek, mudah menangis, tidak pernah mengikuti pembelajaran di sekolah. Sehingga hal ini terbaikannya tugas-tugas konseli, tidak

memperhatikan gurunya saat menjelaskan ataupun saat di ajak bicara.

Gangguan ini merupakan sebab akibat konseli mudah tidak berkonsentrasi seperti mendengarkan, memperhatikan, melihat saat proses pembelajaran. Sehingga konseli kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran.

Konseli mengalami kesulitan konsentrasi, ia tidak bisa mengikuti pembelajaran disekolah, aktivitas yang dilakukan hanya bermain sendiri sesuai yang diinginkan konseli. Bila konseli dipaksakan untuk mengikuti pembelajaran maka ia akan mudah melakukan aksinya menangis. Sehingga orang-orang disekitarnya bingung untuk menafsirkan cara menarik perhatian konseli agar mudah berkonsentrasi dengan baik.

### 3. Prognosis

Teori mengatakan bahwa prognosis merupakan langkah menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membantu konseli menyelesaikan masalahnya. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam diagnosis, yaitu setelah ditetapkannya masalah dan latar belakang. Di dalam lapangan, peneliti berusaha memberikan alternatif penyelesaian masalah konseli berdasarkan latar belakang, sehingga didapat terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif*. Konsentrasi atau kemampuan memusatkan perhatian diusahakan dapat berkonsentrasi dengan baik, salah satu kiat yang digunakan untuk menstimulasi konsentrasi anak adalah dengan mengajarnya bermain sambil belajar (menggunakan cara yang kreatif untuk menarik perhatiannya).

Terapi okupasi digunakan karena untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif* tentu tak

semudah membalikkan telapak tangan, peneliti perlu menciptakan aktivitas yang menarik, dan sesuai dengan minat konseli agar dapat membantu konseli meningkatkan konsentrasi sekaligus ketertarikan belajarnya. Berdasarkan data yang diperoleh melalui identifikasi masalah, didapatkan fakta bahwa konseli adalah sosok anak yang pendiam, tapi peduli dengan sesamanya, suka menggambar komik, suka nyanyi sendiri.

Terapi okupasi yang dikombinasikan dengan nyanyian “perkalian 1-5” yang berfungsi sebagai sarana untuk membantu konseli meningkatkan konsentrasinya. Pada permainan ini, anak diajak untuk melatih kesukaan belajar dan konsentrasi, misalnya saat konseli memasang potongan puzzle, lalu konseli mengungkapkan angka yang ia pasang. Selain itu, peneliti juga menggunakan teknik *reinforcement* berupa penguatan positif (pemberian pujian, hadiah) agar untuk semangat dalam belajar atau melatih kefokuskan dan pemberian penguatan negatif (pengabaian beberapa saat) ketika konseli menunjukkan perilaku non adaptif, misalnya saat mogok dalam beraktifitas.

#### 4. Treatment

Treatment yaitu langkah pelaksanaan pemberian bantuan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam prognosis. Karena ketika melakukan intervensi berupa terapi okupasi peneliti tidak terlalu memaksakan mengutamakan kenyamanan konseli namun juga tidak terlalu mengikuti kemauan konseli.

Perencanaan yang disusun peneliti dalam tahap prognosis, proses konseling diawali dengan berwudhu. Namun di dalam lapangan konseli tidak mau berwudhu dengan sempurna, konseli hanya mau mengusap wajah dan membasuh kakinya, peneliti tak

bisa memaksa karena salah satu prinsip dari Bimbingan Konseling adalah tidak boleh memaksa kehendak kepada konseli selain itu peneliti juga menyadari, bahwa aktifitas yang terlihat sederhana bagi kita belum tentu sederhana bagi mereka. Meskipun ia tidak mau melakukan wudhu dengan sempurna, namun peneliti tetap menganggap itu sebagai progres karena ia mau mengusap wajah, membasuh kaki, dan mengetahui bahwa aktifitas yang tengah ia lakukan ini adalah bagian dari ritual keagamaan.

Usai berwudhu, peneliti dan konseli melakukan do'a sebelum belajar, kami berharap kepada Allah agar diberikan kemudahan saat proses bimbingan dan konseling yang akan kami jalani. Dalam tahap ini, konseli mau berdo'a, ia mengangkat kedua tangannya namun pandangannya kemana-mana.

Pengujian terhadap konsentrasi konseli dilakukan usai berwudhu dan berdo'a. Dalam pengujian ini konseli terfokus pada gambar, ia menunjukkan gambar-gambar truck yang biasa ia lihat di laptop, ia bahkan belum mengetahui perkalian 1-5 atau operasi hitung dasar. Aktifitas yang seharusnya disebut sebagai sarana untuk menguji, dalam lapangan sarana itu berubah sebagai media belajar mengenal angka. melalui puzzle itu peneliti mengajarnya tentang operasi hitung dasar, *"Mas Aldi, trucknya waaaww bagus, ya. Ehmmm kalau trucknya 2 x 4 ada berapa yaa? Ayoo, kita hutung bersama yaahh? Satu... dua... tiga... empat... lima... enam... tujuh... delapan... wah, mas Aldi punya truck 8 bagus sekali. Jadi, berapa mas Aldi 2 x 4? Konseli menjawabnya 8"*.

Langkah selanjutnya adalah pelaksanaan terapi okupasi, dalam rancangan terapi, peneliti berharap konseli mampu menghafal perkalian sebagai bekal

operasi hitung dasar yang diarahkan peneliti nyanyian ‘perkalian’. Namun, realitas yang terjadi di lapangan, konseli tidak mau. Ia bahkan terlihat sangat tidak tertarik bermain permainan ini. Penelitipun akhirnya memberi contoh terlebih dahulu pada konseli, peneliti membongkar dan pasang kembali puzzle satu per satu sambil bernyanyi untuk menarik perhatian konseli, sambil menghitung stick ice cream yang sudah peneliti siapkan, pada putaran ke dua konseli menunjukkan perhatiannya pada permainan ini, ia mulai tersenyum tersipu sembari sesekali memegang puzzle sambil meniru peneliti. Di putaran ke empat ia mulai mau melakukan permainan ini akan tetapi harus didampingi peneliti dan guru kelas *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo. Walau pelaksanaan di lapangan tak sesuai dengan rencana yang telah disusun peneliti, namun hakikatnya konseli tetap melakukan esensi yang menjadi tujuan pada permainan ini, konseli tetap dilatih berkonsentrasi, konseli tetap melihat perkalian yang ia rangkainya, konseli juga tetap mengacungkan jarinya sebagai perwakilan operasi hitung dasar yang ia maksud.

Konseli berhasil menghafalkan perkalian 1-5 serta mengenal operasi hitung dasar lainnya. Maka ia pun berhak mendapatkan penguatan positif berupa pujian dari peneliti “waaahh, mas Aldi, pintar banget” sembari mengelus kepala pada konseli dan memberikan senyuman yang manis untuknya.

#### 5. Evaluasi / *Follow up*

Langkah terakhir adalah dengan memantau keberhasilan proses bimbingan dan konseling Islam menggunakan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif*.

Setelah melakukan kegiatan terapi okupasi terdapat beberapa evaluasi guna perbaikan pada proses bimbingan dan konseling berikutnya, yaitu pelaksanaan terapi okupasi hendaknya diawali dengan teknik modelling, hal ini penting karena seperti yang diungkapkan oleh Aqila Smart, bahwa salah satu cara menerapkan perilaku kedisiplinan pada anak hiperaktif adalah melakukan percontohan. Selain itu, untuk menanggulangi sikap konseli yang mudah bosan, peneliti menggunakan cara bermain yang berbeda namun tetap memiliki esensi yang sama dalam melakukan terapi bermain ini. Misalnya dengan membongkar puzzle dan menyusunnya kembali, membentuk stick ice cream menjadi sebuah mainan, dan sebagainya.

Terapi okupasi sedikit banyak telah membantu meningkatkan konsentrasi anak hiperaktif, setelah melakukan terapi ini konseli sudah mulai konsentrasi dan mampu mengikuti pembelajaran yang di arahkan oleh gurunya serta menghafal perkalian 1 hingga 5. Ustadzah Hana selaku guru pendamping di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo, melalui permainan ini konseli menunjukkan sikap memperhatikan gurunya saat menerangkan, mau mengerjakan tugas sekolah serta mau mendengarkan saat gurunya mendekte murid-muridnya termasuk kepada konseli. Namun, pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi tidak harus di dampingi oleh peneliti, konseli dapat melakukan terapi ini dengan guru pendamping, guru kelas *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah atau dengan orang tua konseli.

**B. Analisis Hasil Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo.**

Pada bagian ini, peneliti menganalisis perbedaan perilaku konseli sebelum, saat dilakukan terapi dan setelah diterapkannya terapi okupasi. Perubahan yang terjadi memang tak signifikan akan tetapi peneliti menganggap bahwa perubahan sedikit itu merupakan sebuah kemajuan positif bagi anak *hiperaktif*.

Sebelum dilakukan terapi konseli sehari-harinya enggan untuk mengikuti proses belajar. Saat gurunya menjelaskan ia tidak mau mendengarkan, tidak memperhatikan, tidak melihat penjelasannya, bahkan mengerjakan tugasnya pun tidak dilakukan. Konseli tetap mengeluarkan buku tulisnya dan pensil dari tasnya. Tetapi yang ia lakukan hanya menggambar, dan mengambil mainan apa yang ada disekitarnya dimanfaatkan untuk bermain. Hingga nyeletuk perkataan temannya bahwa konseli sukanya mainan saja. Kalau mainan sebaiknya dirumah. Disitu konseli merasa tidak suka ketika diberikan nasihat temannya. Dia marah bahkan melempari bukunya yang ia pegang. Hingga guru yang mengajar kelas 4 tersebut merasa keberatan dengan sikapnya. Bagaimana nantinya jika konseli tetap seperti itu, semuanya mengeluh.

Saat peneliti mengajar disana, berusaha semaksimal mungkin untuk membantu konseli menyelesaikan permasalahan yang tengah dialaminya. Peneliti sebelumnya menggali informasi tentangnya, setelah itu peneliti melakukan terapi okupasi untuk permasalahan konseli tersebut. Saat dilakukannya terapi, konseli masih tak tertarik juga saat diterapi. Dengan berbagai cara peneliti mengambil perhatiannya dan kesukaan ia apa, disitulah menemukan caranya. Terapi okupasi yang

digunakan sifatnya bermain yang mengarah pada pembelajaran, agar konseli tidak mudah bosan jika melulu belajar saja. Akhirnya konseli tertarik juga untuk melakukan terapi. Bahkan saat konseli dilakukan terapi, ia mulai perlahan mau mendengarkan intruksi, meski intruksi yang diberikan harus berulang-ulang sampai tiga kali baru dikerjakan. Konseli juga secara perlahan mendengarkan ketika peneliti bercerita, meski konseli agak menoleh ke arah lain. Tetapi, peneliti berusaha menarik perhatiannya tanpa memaksa dengan saling manatap. Harapannya konseli berlatih konsentrasi. Tiada henti peneliti melakukannya dengan penuh kesabaran dan kelembutan mengarahkannya. Peneliti mulai belajar mendengarkan saat gurunya mendekati.

Mendengarkan dengan suasana yang berisik pun bagi anak hiperaktif yang mengalami kesulitan konsentrasi tak mudah. Tetapi peneliti membantu dengan mengulangi perkataan gurunya itu sambil memberikan pujian kepada konseli setiap ia menuliskan hasil dekteannya. Sempat hal ini peneliti tergoda dengan mainan disekitarnya, tetapi peneliti hanya mengucapkan, *“Mas Aldi sayang ya sama Bunda?. Jawabnya sayang. Kalau sayang berarti mas Aldi harus bersungguh-sungguh yaa belajarnya, nanti sampai rumah tunjukkan kepada Bunda yaa mas? Ia menjawab, iya ustadzah”*.

Saat dilakukan terapi kepada konseli, dengan berjalannya waktu kini konseli memiliki perubahan yang awalnya tidak mau menulis sama sekali sampai mau menulis bahkan menuruti intruksi yang diberikan peneliti ataupun gurunya saat mengajarnya. Konseli pun pernah saat mengerjakan tugas mendapatkan nilai 100. Dan dengan nilai tersebut membuat konseli sangat senang sekali ia terus menuliskan sebuah surat untuk bundanya. Dan isi suratnya membuat bundanya terharu. Sampai

selesai dilakukan terapi okupasi, konselipun konsentrasinya meningkat.

Melalui terapi okupasi, peneliti menyajikan lima indikator yang dapat dijadikan sebagai tolok ukur keberhasilan proses konseling ini, kelima indikator tersebut adalah konseli mau melakukan proses konseling, konseli dapat mendengarkan, konseli mampu menyelesaikan tugas, konseli dapat berkonsentrasi dengan baik, dan konseli dapat mengikuti intruksi yang diberikan. Penjelasan ini telah ditulis pada BAB III, berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa proses konseling ini berhasil karena anak *hiperaktif* ada peningkatan dalam konsentrasi melalui terapi okupasi.

**Gambar 4.1**  
**Hasil Terapi Okupasi**



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data yang telah dilakukan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Proses pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif* dilaksanakan sesuai dengan langkah-langkah dalam bimbingan konseling pada umumnya, yaitu : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, dan evaluasi / *follow up*. Terapi okupasi digunakan pada tahap *treatment*. Terapi ini memiliki pengertian proses penyembuhan melalui aktifitas yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental, kognitif agar lebih mandiri dalam menjalani kehidupannya dan tidak bergantung pada orang lain. Terapi okupasi ini melalui *pertama* : kegiatan puzzle perkalian, kegiatan ini konseli lakukan dengan berulang kali menyusun sambil melafakan, *kedua* : menghafal do'a sehari-hari melalui permainan tebak-tebakan yang ada di kertas (konseli membuka tulisan dalam kertas do'a apa yang akan di bacakan), *ketiga* : berwudhu serta tata caranya, *keempat* : berhitung penjumlahan, *kelima* : bermain story telling menggunakan video anak-anak dan bacaan komik anak-anak. Permainan ini melatih ingatan anak pada bentuk berhitung, menghafal, melatih konsentrasi penglihatan dan pendengaran anak, serta melatih anak untuk mengeluarkan suara bermakna. Adapun pelaksanaan terapi okupasi membuat anak seolah-olah diberikan aktifitas yang menyibukkan atau menarik daya konsentrasinya. Melakukan kegiatan ini tentulah sang anak secara alamiahnya akan sangat suka apabila keberhasilannya

mendapatkan reward. Reward disini bukan pada materi, tetapi dengan pujian dan kasih sayang akan menjadikan anak merasa dihargai, disayang, diperhatikan, serta memunculkan keterikatan pada diri anak.

2. Hasil akhir dari proses terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif* dapat dikatakan cukup berhasil karena setelah diberikan terapi ini, konseli sudah mampu berkonsentrasi dengan baik saat proses belajar, berhitungnya mulai pintar, menghafal perkalian sudah lumayan sebagian hafal sebagian masih ada yang menghitung, sudah mau mendengarkan dan mengerjakan kewajiban konseli sebagai seorang pelajar, selain itu *impact* nya dalam kehidupan sehari-hari perilaku konseli yang suka menangis berkurang, sudah tidak lagi terdengar suara tangisan yang dulunya setiap hari, setiap jam sering sekali menangis.

## **B. Saran**

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu peneliti mengharapkan peneliti selanjutnya menyempurnakan hasil penelitian ini. Berdasarkan hasil dari penelitian yang diperoleh, maka dikemukakan saran-saran bagi :

1. Konselor

Pelaksanaan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif* melalui aktifitas-aktifitas yang menumbuhkan ketertarikannya pada setiap kegiatan di sekolah terutama dalam hal belajar. Meningkatkan konsentrasi membutuhkan daya tarik agar suasana menyatu dengan hati, sehingga setiap aktifitas atau belajarnya memberikan energi positif terutama dalam penanganan anak *hiperaktif* memang

bukanlah perkara yang mudah. Sebab sekalipun anak yang normal konsentrasinya pun bisa tidak fokus. Maka untuk mencapai harapan tersebut alangkah baiknya bila peneliti memperkaya khazanah keilmuan melalui aktifitas membaca dan berdiskusi mengenai terapi dan perkembangan anak berkebutuhan khusus.

## 2. Konseli

Manusia memang tak dapat memilih dan menuliskan skenario hidup sesuai dengan kemauannya sendiri. Kehidupan yang saat ini dijalani merupakan hadiah dari Allah, walaupun Allah memberi kehidupan dengan kondisi yang bisa dibilang lambat perkembangannya, berbeda dengan anak normal pada umumnya, konseli pasti mampu menciptakan makna atas kehadiran dirinya di dunia, ia pasti juga mampu menjalani hidup dengan mandiri, asal konseli bersungguh-sungguh dan bersemangat untuk mengembangkan potensi yang telah Allah berikan dalam dirinya.

## 3. Guru *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo

Mendidik anak *hiperaktif* dan anak berkebutuhan khusus lainnya memang tak semudah mendidik anak-anak normal pada umumnya, perlu pengetahuan dan keterampilan khusus untuk menghadapi mereka. Maka, agar dapat memenuhi tuntutan tersebut para pendidik di *Homeschooling Group* Sekolah Dasar (HSG-SD) Khoiru Ummah Taman Sidoarjo, alangkah bagusnya menambah pengetahuan terkait tumbuh kembang anak berkebutuhan khusus melalui seminar-seminar atau workshop.

Menerapkan perilaku adaptif ataupun memberikan informasi baru kepada mereka hendaknya dilakukan dengan cara yang mampu membangkitkan semangat belajar bagi anak berkebutuhan khusus terdahulu, salah satu caranya dengan memberikan kenyamanan, ketulusan dan kesabaran dalam mendidik anak. Metode belajarnya pun diusahakan dengan memberikan ketauladanan, serta dilakukan dengan terus menerus hingga anak menemukan polanya.

#### 4. Orang Tua Konseli

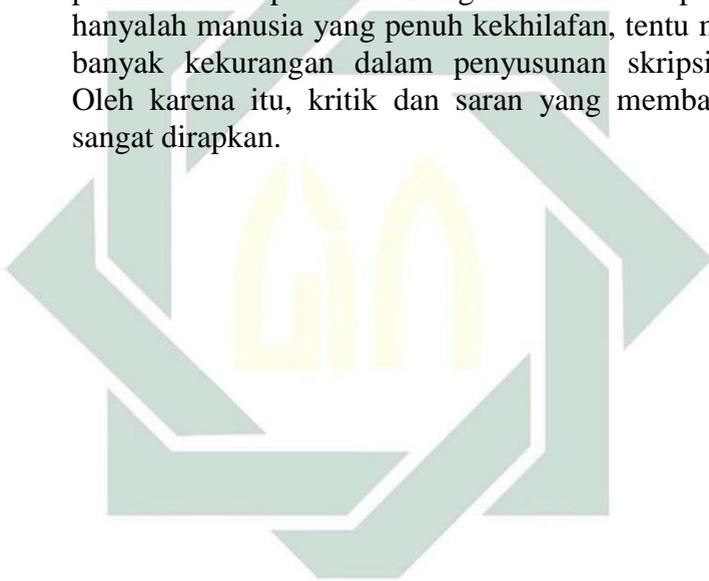
Anugrah yang telah Allah berikan memang tidaklah sempurna, berbeda dengan anugrah yang diterima oleh orang tua lainnya di luar sana. Akan tetapi, anugrah “berbeda” tersebut bisa menjadi ladang pahala di surga bagi orang tua yang mau bersabar dan bertawakkal. Menerima setiap perbedaan yang telah Allah berikan dengan melihat kelebihan yang ada dalam diri anak dan ibrah dibalik anugrah terindah ini.

Anak yang berbeda ini mampu menjadi manusia hebat, *khairunnas* asal sang orang tua tekun mengajari mereka, menyadarkan ikhtiarnya kepada Allah memohon yang terbaik kepada anaknya, menunjukkan penerimaan atas kehadiran mereka, dan berlaku tegas pada mereka untuk beberapa kegiatan dasar. Tanamkan pada diri sendiri bahwa anak berkebutuhan khusus ini harus menjadi manusia yang mandiri karena kita tidak akan mungkin selamanya hidup untuk kebersamai mereka dan melayaninya.

5. Peneliti Selanjutnya

Perlu adanya upaya untuk meneliti lebih lanjut terhadap keefektifan terapi okupasi untuk meningkatkan konsentrasi anak *hiperaktif*. Agar terapi okupasi ini dapat dikembangkan dengan baik sebagai terapi dengan jenis permasalahan yang berbeda.

Akhirnya, berkat limpahan rahmat dan hidayah dari Allah SWT peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Dengan demikian peneliti hanyalah manusia yang penuh kekhilafan, tentu masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat dirapkan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hadi. *Mushaf Al-Qur'an*. Jakarta : Maktabah Al-Fatih. 2015
- Alya, Zulfa. *Kurikulum Anak Berkebutuhan Khsuus*. Salatiga : Anifa Publishing. 2018
- Astati. *Terapi Okupasi, Bermain dan Musik Untuk Anak Tunagrahita*. Jakarta : Depdikbud. 1995
- Assayuthi, Imam Bashori. *Bimbingan Ibadah Shalat Lengkap*. Surabaya : Mitra Ummat. 1998
- Azmira, Via & Tim Redaksi Cemerlang. *A Gift : Anak Hiperaktif*. Yogyakarta : Rapha Publishing. 2015
- Baihaqi dan M. Sugiarmun. *Memahami dan Membantu Anak ADHD*. Bandung : PT Refika Aditama. 2008
- Bungin, Burhan. *Metode Penelitian Sosial : Format- Format Kuantitaif dan Kualitatif*. Surabaya : Universitas Airlangga. 2001
- Bungin, Burhan. *Penelitian Kualitatif : Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana. 2010
- Dilts, Robert dan Jennifer Dilts. *The Bright Mind :Strategi Mengatasi Kesulitan Konsentrasi Anak*. Jakarta : Prestasi Pustaka. 2004
- Fadlillah, M. *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*. Jakarta : Prenadamedia Group. 2018

- Hatiningsih, Nuligar. 2013. *Play Tharaphy Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD)*, Jurnal Ilmiah Psikologi terapan, (online), Vol. 1, No. 2, <https://www.umm.ac.id>, diakses 27 Mei 2019
- Hidayati, Richma. *Peran Konselor Sekolah Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Siswa Hiperaktif*, Jurnal Konseling, (Online), Vol. 1, No. 1 (<https://www.umk.ac.id>, diakses 2 Juni, 2019)
- Hidayati, Ririn. *Peran Konselor Sekolah Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Siswa Hiperaktif (ADHD)*. Jurnal Ilmiah Kependidikan, (online), Vol. 4, No. 1, (<https://www.umk.ac.id>, diakses 28 Mei 2019)
- Idrus, Muhammad. *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Jakarta : Erlangga. 2009
- Jazil, Syaiful. *Fiqih Ibadah*. Surabaya : Putra Media. 2010
- Maiyana, Efmi. 2019. *Pemanfaatan Android Dalam Perancangan Aplikasi Kumpulan Doa*. Jurnal Sains dan Informatika : Research of Science and Informatic, (online), Vol. 4, No. 1, (<https://ejournal.kopertis10.or.id>, diakses 24 Juni 2019)
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya. 2009
- Muchsan, H. *Akidah Akhlaq Kelas 1 MI*. Jakarta : Yudistira. 2013
- Nazir, Moh. *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia Indonesia. 1998

- Nuryana, Aryati. Efektivitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, (online), Vol. 12, No. 1, (<https://www.ums.ac.id>, diakses 29 Mei 2019)
- Olivia, Femi. *Mendampingi Anak Belajar*. Jakarta : Elex Media. 2010
- Pratiwi, Ratih Putri dan Alfin Murtiningsih. *Kiat Sukses Mengasuh Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media. 2013
- Retnoningsih, Dra. Ana dan Drs. Suharso. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Lengkap*. Semarang : Widya Karya. 2010
- Somantri, Sujuhati. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung : PT. Refika Aditama. 2006
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta. 2008
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta. 2012
- Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung : Alfabeta. 2014
- Sujarwanto. *Terapi Okupasi Untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional. 2005
- Suparmoko, M. *Metode Penelitian Praktis*. Yogyakarta : BPFE. 1995

- Susanto, Handy. *Meningkatkan Konsentrasi Siswa Melalui Optimalisasi Modalitas Belajar Siswa*. Jurnal Pendidikan. Jilid 5. no 6. 2006
- Suwaid, Muhammad Ibnu Abdul Hafidh. *Cara Nabi Mendidik Anak*. Jakarta : Al-I'tishom. 2004
- Slameto. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta : Rineka Cipta. 2010
- Smart, Aqila. *Anak Cacat Bukan Kiamat*. Yogyakarta : PT Bulan Bintang. 2010
- Willis, Sofyan S. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung : CV. Alfabeta. 2007
- Zaviera, Ferdinand. *Anak Hiperaktif : Cara Cerdas Menghadapi Anak Hiperaktif dan Gangguan Konsentrasi*. Jogjakarta : Katahati. 2012