



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**“KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DENGAN
TEKNIK *PLAY THERAPY* UNTUK MENGURANGI
ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER
(ADHD) PADA SEORANG ANAK DI PACAR
KEMBANG TAMBAK SARI SURABAYA”**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh :
Ayu Dianggi
B73218081

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Nama : Ayu Dianggi
NIM : B73218081
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan ini bahwa skripsi yang berjudul **“KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *PLAY THERAPY* UNTUK MENGURANGI *ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER* (ADHD) PADA SEORANG ANAK DI PACAR KEMBANG TAMBAK SARI SURABAYA”**, merupakan karya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar atau ditemukanya pelanggaran atas skripsi saya ini, saya siap menerima sanksi akademik yang telah ditentukan.

Surabaya, 7 Agustus 2022

Vang Menyatakan

Ayu Dianggi

NIM. B73218081

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Ayu Dianggi

NIM : B73218081

Program Studi: Bimbingan Konseling Islam

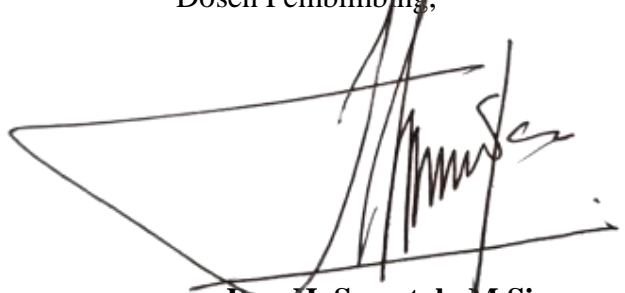
Judul Skripsi : *Konseling Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya.*

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk dilanjutkan.

Surabaya, 7 Agustus 2022

Menyetujui

Dosen Pembimbing,

A large, stylized handwritten signature in black ink, appearing to read 'Drs. H. Suwatah, M.Si.', is written over a large, irregular, hand-drawn shape that resembles a wide, shallow triangle or a large letter 'A'.

Drs. H. Suwatah, M.Si.

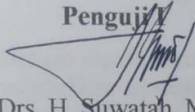
NIP. 196412152014111002

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Ayu Dianggi dengan judul *Konseling Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya* telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada tanggal 22 Agustus 2022

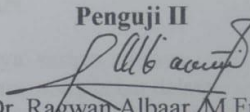
Tim Penguji

Penguji I



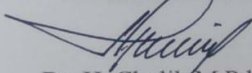
Drs. H. Suwatah, M.Si
NIP: 196412152014111002

Penguji II



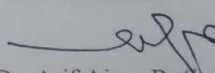
Dr. Ragwan Albaar, M.Fil.I
NIP: 196303031992032002

Penguji III



Dr. H. Cholih, M.Pd.I
NIP: 196506151993031005

Penguji IV



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

Surabaya, 22 Agustus 2022

Dekan



Dr. Cholih Arif, S.Ag., M.Fil.I
NIP: 110171998031001



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

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@uinsby.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 : Ayu Dianggi
NIM : B73218081
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : dianggiayu@gmail.com

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

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Konseling *Cognitive Behavior* Dengan Teknik *Play Therapy* Untuk Mengurangi *Attention Deficit*

Hyperactivity Disorder (ADHD) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya.

beserta 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, 21 Desember 2022

Penulis

(Ayu Dianggi)

ABSTRAK

Ayu Dianggi, Nim. B73218081, 2022. *Konseling Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya.*

Fokus penelitian ini mendeskripsikan tentang bagaimana proses dan hasil Terapi *Cognitive Behavior* dengan teknik *Play Therapy* dalam rangka mengurangi hiperaktif pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* yang terjadi pada salah satu penduduk anak-anak di Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisa deskriptif komparatif. Data diperoleh melalui observasi secara langsung, wawancara, dan *home visit*.

Dalam penelitian ini dapat di simpulkan bahwa proses teknik kontrak perilaku dalam mengatasi kecanduan gadget melalui beberapa tahapan, yaitu : 1. Konselor mengarahkan konseli (klien) untuk mempersiapkan diri dengan cara mandi dengan bersih dan dilanjut untuk berwudlu, 2. konseli ditempatkan pada tempat praktik konseling yang bersih dan nyaman, 3. konselor mengarahkan konseli untuk membaca *basmalah* seelah itu, konseli diminta untuk memilih permainan kognitif apa yang akan dilakukan nantinya dalam bimbingan konselor. Dalam penelitian ini juga terdapat perubahan pada diri konseli, terlihat ketika konseli sudah merasa lebih baik daripada sebelumnya dan merasa bahwa konseli bisa mengonrol dirinya. Konseli juga bisa fokus dengan apa yang dia lakukan.

Kata Kunci: *Cognitive Behavior, Play Therapy, Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).*

ABSTRACT

Ayu Dianggi, NIM. B73218081, 2022. *Konseling Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya.*

The focus of this study is to describe how the process and results of Cognitive Behavior Therapy with Play Therapy techniques in order to reduce hyperactivity in Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) children that occurred in one of the children's residents in the Pacar Kembang Village, Tambak Sari District, Surabaya City.

This study uses qualitative research methods with comparative descriptive analysis. Data were obtained through direct observation, interviews, and home visits.

Dalam penelitian ini dapat di simpulkan bahwa proses teknik kontrak perilaku dalam mengatasi kecanduan gadget melalui beberapa tahapan, yaitu : 1. Konselor mengarahkan konseli (klien) untuk mempersiapkan diri dengan cara mandi dengan bersih dan dilanjut untuk berwudlu, 2. konseli ditempatkan pada tempat praktik konseling yang bersih dan nyaman, 3. konselor mengarahkan konseli untuk membaca *basmalah* seelah itu, konseli diminta untuk memilih permainan kognitif apa yang akan dilakukan nantinya dalam bimbingan konselor. Dalam penelitian ini juga terdapat perubahan pada diri konseli, terlihat ketika konseli sudah merasa lebih baik daripada sebelumnya dan merasa bahwa konseli bisa mengonrol dirinya. Konseli juga bisa fokus dengan apa yang dia lakukan.

Keywords: Cognitive Behavior, Play Therapy, Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
MOTTO & PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Definisi Konsep	9
F. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II KAJIAN TEORETIK	15
A. Kerangka Teoritik	15
1. <i>Cognitive Behavior</i>	15
a. Sejarah <i>Cognitive Behavior</i>	15
b. Pengertian <i>Cognitive Behavior</i>	16

2.	<i>Play Therapy</i>	18
a.	Pengertian <i>Cognitive Behavior Play Therapy</i> (CBPT) 18	
3.	Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) 31	
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan	36
BAB III METODE PENELITIAN		40
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian	40
B.	Sasaran dan Lokasi Penelitian	41
C.	Jenis dan Sumber Data	42
D.	Tahap- Tahap Penelitian.....	44
E.	Teknik Pengumpulan Data	47
F.	Teknik Validitas Data.....	50
G.	Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		55
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian	55
B.	Penyajian Data.....	61
1.	Deskripsi Proses Penelitian Terapi Cognitive Behavior Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hypereactivity Disorder di Kelurahan Pacar Kembang Kec. Tambak Sari Kota. Surabaya.	61
2.	Tahap Proses Terapi	62
3.	Hasil penerapan Cognitive Behavior Play Therapy untuk mengurangi Attention Deficit Hypereactivity	

Disorder di Kelurahan Pacar Kembang Kec. Tambak Sari Kota. Surabaya.	71
C. Pembahasan Hasil Akhir (Analisis Data)	77
1. Perspektif Teori	77
2. Perspektif Islam.....	84
BAB V PENUTUP	87
A. Kesimpulan.....	87
D. Saran dan Rekomendaasi	89
E. Keterbatasan Penelitian	90
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN	97



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan konselor atau peneliti pada tanggal 5 Agustus 2021 anak usia 7 tahun, didapatkan hasil bahwa hiperaktif pada anak ADHD. DA merupakan siswa kelas 1 Sekolah Dasar (SD). DA dikatakan anak ADHD karena hiperaktif perbuatan yang tidak bisa diam dan selalu berusaha menggerakkan tubuhnya untuk memainkan sesuatu dan disertai tanda-tanda anak ADHD lainnya di antaranya yaitu suka mengganggu teman-temannya di sekolah dan melaksanakan tugas tidak tuntas dan tidak sesuai dengan perintah yang diberikan kepadanya. DA hampir setiap hari mengerjakan tugas yang didapat dari sekolahnya dan dia selalu membuat alasan untuk memperlama dalam mengerjakan tugasnya, seperti membuat alasan dia haus, lapar dan mengantuk.

Seiring dengan perkembangan zaman saat ini, semakin banyak juga permasalahan yang dapat dialami orang dewasa bahkan anak-anak juga dapat memiliki permasalahan yang berkaitan dengan gangguan perilaku. Gangguan perilaku ini dapat dialami seperti sulit memusatkan perhatian, kehilangan barang, tidak menyelesaikan tugas, mudah merasa bosan, mudah terganggu, bergerak tanpa henti. Anak dalam keadan hiperaktif ini terkadang di sekolah dia di jauhi temannya karena dia dianggap menggaanggu pada saat pelajaran di sekolah, akan tetapi ada juga yang memiliki banyak teman karena dia sangat aktif untuk diajak bermain dengan teman seumurannya.

Menurut definisi Organisasi Kesehatan Dunia, seorang anak didefinisikan sejak seseorang dalam kandungan sampai usia 19 tahun, anak adalah aset suatu negara dan akan melanjutkan perjuangannya, sehingga pertumbuhan dan perkembangannya harus dipertimbangkan. (Depkes RI, 2014).² Menurut Pasal 1 Ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, anak adalah seseorang yang belum berumur 18 (delapan belas) tahun termasuk anak yang masih dalam kandungan.³

Bukan tanpa alasan Tuhan menciptakan sesuatu, terutama untuk anak yang diciptakan khusus seperti anak hiperaktif ini. Anak ini sangat membutuhkan kasih sayang dan perhatian yang lebih dari orang tua dan lingkungannya. Anak juga titipan Tuhan yang harus kita terima dan jaga, begitu juga apa yang dilakukan dan dimiliki anak adalah bagian dari orang tua. Karena anak adalah perhiasan dan kekayaan dunia bagi orang tuanya. Sesuai dengan surah Al-Kahfi ayat 48 yang berbunyi :

الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ
ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا

² Infodatin, *Kondisi Pencapaian Program Kesehatan Anak Indonesia*, (2014),hal 2

³ Infodatin, (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI) , diakses pada 20 Juni 2022 <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-anak.pdf>

Yang artinya “*Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amalan-amalan yang kekal lagi saleh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan,*” (QS. Al-Kahfi [18]: 46).

Sebagaimana dijelaskan oleh Al-Muyassar/Kementerian Agama Arab Saudi, harta dan anak adalah keindahan dan kekuatan di dunia fana ini, dan amal saleh (terutama membaca tasbih, tahmid dan takbir, dan tahlil) lebih banyak pahalanya di dunia ini, Tuhanmu lebih pada sisi kekayaan dan anak-anak. Perbuatan baik ini adalah hal terpenting yang bisa diharapkan oleh siapa pun yang dapat membalas Tuhan, sehingga dia bisa mendapatkan apa yang dia impikan di dunia ini di kehidupan selanjutnya.⁴

Salah satunya yang ingin penulis bahas adalah anak hiperaktif yang susah untuk memusatkan perhatiannya dalam melakukan apa yang sedang dilakukannya. Menurut organisasi *Play Therapy International*, hingga 71% terapat perubahan positif pada anak-anak yang telah mendapat terapi bermain.⁵

Pada tahun 1845, ahli saraf Heinrich Hoffman menulis tentang perilaku yang dikenal sebagai ADHD dalam bukunya *Children's Stories*. Dalam literatur lain dijelaskan, ADHD pertama kali dijelaskan oleh seorang dokter Inggris, George F. Masih ada sekelompok anak di ruang kerjanya yang "tidak memperhatikan, gelisah, dan

⁴ QS *al Kahfi* ayat 46

⁵ Rahmawati.Dina,*Terapi Bermain untuk Mengatasi Masalah Mental Anak*. (21 April 2020)

gelisah". Dia percaya bahwa, secara biologis, pada anak-anak sangat kekurangan dalam hal kemauan.⁶

Seiring pertumbuhan manusia, kebutuhannya pasti berbeda, terutama untuk anak dengan kondisi tertentu atau berkebutuhan khusus atau anak ADHD. Dalam masyarakat juga tidak sedikit dijumpai anak ADHD. Anak hiperaktif yaitu anak yang sulit untuk memusatkan sesuatu dengan cenderung untuk banyak gerak dan sulit untuk diam sejenak. Menurut Flanagan (2002:3) menyebutkan bahwa dalam penelitian faktor hiperaktif ini belum pasti, akan tetapi beberapa ilmuwan yakin bahwa ADHD atau hiperaktif bukan disebabkan oleh kerusakan otak atau alergi makanan. Akan tetapi dari beberapa penelitian menyebutkan beberapa faktor yaitu dapat diakibatkan oleh faktor genetik dan terlambatnya perkembangan dalam otak banyaknya beban pikiran yang dirasakan.

Anak yang mengalami gangguan tersebut akan menjadi pusat perhatian jika sedang bersosialisasi dan berada dengan anak normal lainnya, bahkan anak tersebut sering mengganggu teman lain. Maka anak tersebut susah untuk melakukan sosialisasi dengan teman lainnya. ADHD pada anak merupakan gangguan yang timbul pada masa perkembangan dini (sebelum berusia 7 tahun) dengan ciri utama ketidakmampuan memusatkan perhatian, impulsif, dan hiperaktif.

Dengan masalah ini, perlu adanya penanganan yang tepat untuk menggantikan hiperaktif pada anak -anak ADHD. Salah satu penanganan melalui bermain dengan dasar terapi permainan perilaku kognitif (CBPT) untuk anak. Anak -anak dapat belajar memahami dunia dan

⁶ <http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

lingkungan mereka melalui permainan. Dengan bermain, anak-anak dapat dengan bebas menunjukkan perasaan baaatin dan emosi mereka.

Terapi bermain adalah sebuah metode yang berhubungan dengan perkembangan kesehatan mental, emosi, dan perilaku anak. Terapi bermain dapat digunakan untuk anak-anak, sebab permainan dapat meningkatkan komunikasi. Melalui bermain, Anak-anak dapat belajar mekanisme adaptasi, yaitu cara individu untuk menyelesaikan masalah dan mengatur ulang tiggah lakunya agar lebih baik.⁷

Terapi Game (CBPT) bahawa terapi kognitif efektif dalam meningkatkan perhatian pada anak-anak, juga dapat pengendalian dirinya (Choi, 2012). Dalam terapi bermain, prinsipnya yaitu padat, jelas, waktunya terbatas, singkat dan mendidik (Schaefer, 2011 : 316).⁸

Terapi bermain dapat digunakan sebagai cara dalam membantu anak ADHD memberikan komunikasi ide dan perasaan mereka ketika penalaran yang tak tentu dan kemampuan verbal yang dibutuhkan untuk mengungkapkan perasaan, pikiran dan perbuatan mereka sebelum berkembang secara optimal (Hall, Kaduson, & Schaefer, 2002 : 515)⁹

⁷ Rahmawati.Dina,*Terapi Bermain untuk Mengatasi Masalah Mental Anak.* (21 April 2020)

⁸ Kholilah.Ella,Solichatun,Yulia.*Terapi Bermain Dengna CBPT (Cognitive Behavior Play Therapy) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD.* (Vol. 15. September 2017). hal 42

⁹ Kholilah.Ella, Solichatun,Yulia. *Terapi Bermain Dengna CBPT (Cognitive Behavior Play Therapy) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD.* (Vol. 15. September 2017). hal 42

Dampak hiperaktif pada ADHD ini menyebabkan DA mengalami beberapa masalah yang mengganggu aktivitasnya dan menghambat proses belajarnya baik di sekolah maupun di rumah. Oleh karena itu, kebiasaan DA tersebut kerap menjadikan ibunya kesal karena tugasnya tidak kunjung selesai dan membuat teman-temannya kesal tidak bisa konsentrasi karena mendapat gangguan dari DA saat pelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil assesment dan observasi yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti memilih konseling *Cognitive Behavior* dengan *Play Therapy* untuk mengurangi hiperaktif pada anak ADHD di Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Surabaya. Dalam permainan, seorang konselor dapat menggunakan waktu bermain untuk mengamati dan memahami masalah yang dihadapi oleh anak-anak.

Berdasarkan uraian singkat dari fenomena yang terjadi, maka penulis ingin mengetahui serta menelaah lebih dalam. Oleh karena itu, peneliti menarik judul "*Konseling Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya*".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari judul yang telah peneliti ambil, yakni "*Konseling Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya*".

Maka, peneliti dapat merumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana proses Konseling *Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy* Untuk Mengurangi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya ?
2. Bagaimana hasil Konseling *Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy* Untuk Mengurangi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya ?

C. Tujuan Penelitian

Dari pemaparan rumusan masalah diatas maka penelitian yang akan dilakukan penulis bertujuan :

1. Untuk mengetahui proses Konseling *Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy* Untuk Mengurangi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya.
2. Untuk mengetahui hasil Konseling *Cognitive Behavior Dengan Teknik Play Therapy* Untuk Mengurangi *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* Pada Seorang Anak Di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diharapkan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Dalam Penelitian ini nantinya diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai media pengembangan ilmu dan bahan kajian serta dapat dijadikan sebagai wawasan baru sebagai peneliti dan para praktisi di bidang bimbingan dan konseling.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Bahwa skripsi ini nantinya dapat dikembangkan di masyarakat, lembaga dan seterusnya. Hasil penelitian ini diharapkan nantiya dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi peneliti agar mampu memberikan layanan konseling yang terbaik untuk kliennya atau konselinya, khususnya pada konseli yang memiliki masalah yang sama dengan penelitian ini.

b. Bagi Pembaca

Nantinya hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bantuan bagi pembaca diluar sana yang berkendala dalam hal yang sama dengan penelitian ini.

E. Definisi Konsep

1. Pengertian *Cognitive Behavior*

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) yaitu teknik modifikasi perilaku dan mengubah keyakinan maladaptif. Ahli terapi membantu individu mengganti interpretasi yang irasional terhadap suatu peristiwa dengan interpretasi yang lebih realistik. Atau, membantu pengendalian reaksi emosional yang terganggu, seperti kecemasan dan depresi dengan mengajarkan mereka cara yang lebih efektif untuk menginterpretasikan pengalaman mereka.¹⁰

Cognitive behavioral therapy (Terapi Perilaku Kognitif) terdiri atas sebuah kombinasi antara terapi kognitif, dengan penekanan pada pengurangan pikiran-pikiran yang menaklukkan diri sendiri, dan terapi perilaku, dengan penekanan pada perubahan perilaku. Sebuah aspek penting dalam terapi kognitif-perilaku adalah *self-efficacy*, sebuah aspek Albert Bandura bahwa seseorang dapat mengendalikan situasi dan menghasilkan hal-hal yang positif.¹¹

2. Pengertian *Play Therapy*

(O'connor & Liza, 1997) Konsep CBPT dasar didasarkan pada teori psikopatologis yang luas dan interaksi timbal balik yang rumit antara kognisi,

¹⁰ Chusnul Maulidiah E.A, *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Akibat Cultur Shock Mahasiswa Dari Malaysia Di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, (Surabaya : Fakultas Dakwah dan Komunikasi 2015), hal 46

¹¹ Laura A. King terjemahan *Brian Marwensdy, Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*, (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika, 2010), hal 373

emosi, perilaku dan lingkungan.¹² Menurut Tin Suharmini (2005:15) bahwa perilaku hiperaktif dapat digambarkan sebagai perilaku yang tidak ingin diam yang disebabkan oleh beberapa faktor, baik dalam individu maupun karena faktor psikogenik.¹³

Cognitive behavioral play therapy (CBPT) adalah menggabungkan intervensi kognitif dan perilaku dalam paradigma terapi bermain. CBPT digunakan berdasarkan pada teori-teori perilaku dan kognitif perkembangan emosional dan psikopatologi. CBPT adalah teori yang berasal dari Teori Kognitif (CT) yang dikonseptualisasikan oleh *Aaron Beck*. Prinsip cognitive behavioral play therapy yang merupakan turunan dari CBT fokus dalam pemikiran yang mempengaruhi keterampilan sosial emosional yang dimiliki oleh anak.¹⁴

Dalam penerapan terapi perilaku kognitif, pertamanya diharapkan gejala yang dimiliki klien semakin lebih baik dari waktu ke waktu (Gaudiano, 2008).¹⁵

Terdapat keuntungan pada aktivitas bermain yaitu dapat meningkatkan hubungan baik antara klien (anak

¹² Pujianti, Henny. *Cognitive Behavior Play Therapy (Cbpt) Untuk Mengatasi Inferioritas Pada Anak*. 2012.

¹³ Yinyang. *Jurnal Studi Islam, Gender dan Anak*. Vol. 15 No. 1, Januari 2020. hal 131

¹⁴ <http://repository.radenfatah.ac.id/15214/2/BAB%20II.pdf>

¹⁵ Hanifi, Anjuni Khofifah Hanifi. *Mengenal Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Penerapannya Dalam Psikologi*. 2021. <https://kampuspsikologi.com/cognitive-behavioral-therapy/> diakses pada 12 Juli 2022.

dan keluarga) dengan konseli, karena dengan melaksanakan kegiatan bermain konseli memiliki kesempatan untuk menjalin hubungan yang baik dan menyenangkan dengan klient dan keluarganya. Terapi kognitif perilaku diarahkan pada modifikasi fungsi berpikir, perasaan dan tindakan, dengan menekankan peran otak dalam menganalisis, memutuskan, bertanya, melakukan dan memutuskan sesuatu. Dengan mengubah status pikiran dan perasaannya, subjek diharapkan untuk mengubah perilakunya dari negatif menjadi positif (Oemarjoedi, 2003).

3. Pengertian Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

(Baihaqi & Sugiarmun, 2006:2) menyampaikan bahwa ADHD adalah kependekan dari *Attention Deficit Hyperactive Disorder*, ADHD dalam bahasa Indonesia adalah gangguan pemusatan perhatian dengan ADHD. Ada tanda dan gejala ADHD yaitu kurangnya perhatian, dimana seorang anak tidak berhati-hati saat mengerjakan pekerjaan rumah atau aktivitas lainnya. Anak dengan ADHD sering mengalami kesulitan berkonsentrasi di kelas, berbicara, atau membaca dengan waktu yang lama.¹⁶

(Millichap, 2013:1) *Attention Deficit Hyperactive Disorder* atau ADHD adalah nama yang diberikan kepada anak-anak, remaja, dan beberapa orang dewasa, yang lalai, mudah terganggu, hiperaktif, dan impulsif. ADHD adalah gangguan neurobiologi, dan bukan gangguan dengan penyebab tertentu. Ada

¹⁶ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

banyak yang telah diidentifikasi sebagai penyebab ADHD.

Baihaqi & Sugiarmen (2006: 3) mengungkapkan bahwa ADHD adalah gangguan kronis yang berawal pada masa bayi dan berlanjut hingga dewasa.

(Kutscher, 2005:41) berpendapat bahwa gangguan pada anak ADHD dapat diyakini berdampak negatif pada kehidupan anak di sekolah, di rumah dan di masyarakat. ADHD adalah kombinasi dari kurangnya perhatian, hiperaktif, dan impulsif.¹⁷

(Fithroh,dkk) Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah gangguan perilaku yang ditandai dengan kurangnya kemampuan untuk fokus pada hal yang dihadapi. Anak-anak dengan ADHD menunjukkan rentang perhatian yang lebih rendah dibawah rata-rata dibandingkan dengan anak-anak pada usia yang sama. Gejala lain yang terjadi adalah hiperaktif dan impulsif.¹⁸

F. Sistematika Pembahasan

Guna mempermudah pembaca dalam memahami skripsi ini maka peneliti perlu memberikan gambaran sistematika pembahasan, sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab bahasan yang meliputi :

Bab pertama. Pada bab pertama ini berisi tentang pendahuluan yang meliputi: latar belakang, rumusan

¹⁷ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

¹⁸ Roshinah, Fithroh Dkk. Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Hiperaktif – Impulsif Pada Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (Adhd).hal 141

masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua. Pada bab kedua dari penelitian ini terbagi menjadi dua sub bab utama yakni kajian teoretik dan juga penelitian terdahulu yang relevan. Kajian teoretik terbagi menjadi beberapa penjelasan diantaranya penjelasan mengenai terapi membaca Al-Qur'an, sistem daya ingat dan juga stroke. Sedangkan pada sub bab penelitian terdahulu yang relevan membahas tentang beberapa penelitian oleh peneliti yang berhubungan dengan judul yang dibahas.

Bab ketiga. Pada bab ketiga dalam penelitian ini terdiri dari tujuh subbab. Sub bab pertama berisikan tentang pendekatan dan jenis penelitian. Sub bab kedua tentang lokasi penelitian yang akan dilakukan. Sub bab ketiga mengenai jenis dan sumber data yang terbagi menjadi 2 yaitu data primer dan data sekunder. Sub bab keempat tentang tahap-tahap penelitian yakni terdiri dari tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan, tahap analisa intensif dan analisa data. Sub bab kelima yakni teknik pengumpulan data yang melalui observasi, wawancara dan juga dokumentasi. Sub bab keenam adalah teknik validitas data yang terdiri dari melakukan cek ulang dan triangulasi. Sub bab ketujuh yakni teknik analisis data yang diambil dari pelopor Miles dan Huberman.

Bab keempat. Pada bab keempat dalam penelitian ini terbagi menjadi tiga sub bab. Sub bab pertama berisi tentang gambaran umum dan subjek penelitian. Sub bab kedua berisi tentang penyajian data, dan sub bab yang ketiga berisi tentang pembahasan hasil akhir yang sesuai dengan rumusan masalah pada bab 1.

Bab kelima. Pada bab kelima dalam penelitian ini terbagi menjadi tiga sub bab. Sub bab pertama berisi tentang kesimpulan atas penelitian yang telah dilakukan, sub bab kedua berisi tentang saran, dan sub bab yang ketiga berisi tentang keterbatasan dalam melakukan penelitian.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORETIK

A. Kerangka Teoritik

1. Cognitive Behavior

a. Sejarah *Cognitive Behavior*

Sejarah terapi kognitif pada awalnya dikembangkan pada awal 1960 oleh Dr. Aaron Beck dari University of Pennsylvania. Teori tersebut memostulasikan bahwa selama perkembangan kognitifnya klien belajar kebiasaan-kebiasaan yang tidak tepat untuk memproses dan menginterpretasi informasi. Terapi kognitif berusaha bahwa distorsi kognitif klien dan membantunya mempelajari berbagai macam cara yang berbeda dan lebih realistis untuk memproses dan menguji realitas informasi. Secara historis, terapi kognitif dapat dirunut kembali kepada karya filsuf Epictetus, pada abad pertama Masehi berpendapat bahwa orang-orang tidak terganggu oleh hal jasmaniah, namun terganggu oleh pandangan mereka tentang hal-hal itu. Terapi kognitif Aaron Beck diawali dengan pendapat-pendapat para tokoh. Yaitu diawali oleh Filsuf Epictetus yang beranggapan bahwa seseorang tidak terganggu dengan hal-hal jasmaniah namun terganggu karena pandangan mereka sendiri tentang suatu hal. Kemudian diikuti oleh pendapat-pendapat tokoh terkemuka seperti J.B Watson, Ivan Pavlov, Alfred Alder,

George Kelly, Albert Ellis yang kemudian mulai terbentuklah terapi kognitif oleh Aaron Beck.¹⁹

b. Pengertian *Cognitive Behavior*

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) yaitu teknik modifikasi perilaku dan mengubah keyakinan maladaptif. Ahli terapi membantu individu mengganti interpretasi yang irasional terhadap suatu peristiwa dengan interpretasi yang lebih realistis. Atau, membantu pengendalian reaksi emosional yang terganggu, seperti kecemasan dan depresi dengan mengajarkan mereka cara yang lebih efektif untuk menginterpretasikan pengalaman mereka.²⁰

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) atau terapi perilaku kognitif adalah salah satu jenis psikoterapi. Terapi ini banyak digunakan untuk mengatasi berbagai masalah kejiwaan, termasuk stres, depresi, dan gangguan kecemasan.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

¹⁹ Himpunan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UAD, *AARON T. BECK : (BAPAK COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY)*, (Februari 2022)

²⁰ Chusnul Maulidiah E.A, *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Akibat Cultur Shock Mahasiswa Dari Malaysia Di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, (Surabaya : Fakultas Dakwah dan Komunikasi 2015), hal 46

Cognitive behavioral therapy (Terapi Perilaku Kognitif) terdiri atas sebuah kombinasi antara terapi kognitif, dengan penekanan pada pengurangan pikiran-pikiran yang menaklukkan diri sendiri, dan terapi perilaku, dengan penekanan pada perubahan perilaku. Sebuah aspek penting dalam terapi kognitif-perilaku adalah *self-efficacy*, sebuah aspek Albert Bandura bahwa seseorang dapat mengendalikan situasi dan menghasilkan hal-hal yang positif. Bandura percaya bahwa *self efficacy* adalah kunci keberhasilan terapi. Pada setiap langkah proses terapi, seseorang perlu memperkuat kepercayaan diri mereka dengan mengatakan “saya dapat melakukannya” dan sejenisnya. Seiring dengan meningkatnya kepercayaan diri dan terlibat dalam perilaku adaptif, keberhasilan menjadikan sesuatu yang memotivasi secara intrinsik. Sebelum terlalu lama individu akan menunjukkan usaha yang luar biasa yang bertahan lama dalam usaha untuk menyelesaikan masalah-masalah pribadi karena hasil hasil positif yang di gerakkan oleh *self efficacy*.²¹

²¹ Laura A. King terjemahan *Brian Marwensdy, Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*, (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika, 2010), hal 373

2. *Play Therapy*

a. *Pengertian Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT)*

CBT yaitu teknik teknik modifikasi perilaku dan perubahan keyakinan yang maladaptif. Terapis membantu individu mengubah penjelasan irasional. Sebuah interpretasi yang lebih realistis dari peristiwa. Atau membantu dengan gangguan kontrol emosional seperti kecemasan dan depresi. Mengajarkan bagaimana menafsirkan pengalaman dengan lebih efektif. Cognitive behavioral play therapy (CBPT) adalah menggabungkan intervensi kognitif dan perilaku dalam paradigma terapi bermain. CBPT digunakan berdasarkan pada teori-teori perilaku dan kognitif perkembangan emosional dan psikopatologi. CBPT adalah teori yang diturunkan dari Teori Kognitif (CT) yang dikonseptualisasikan oleh Aaron Beck. Prinsip cognitive behavioral play therapy yang merupakan turunan dari CBT fokus terhadap pemikiran yang mempengaruhi keterampilan sosial emosional yang dimiliki oleh anak.²²

Metode bermain merupakan metode yang memudahkan anak untuk memahami materi yang diajarkan oleh guru. Selain itu, belajar tidak pernah membosankan dan anak-anak bisa bermain

²² Chusnul Maulidiah E.A, *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Akibat Cultur Shock Mahasiswa Dari Malaysia Di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, (Surabaya : Fakultas Dakwah dan Komunikasi 2015), hal 46

sambil belajar. Metode bermain adalah kebebasan anak untuk berekspresi secara spontan saat bermain, dan butuh waktu bagi anak untuk menyelesaikan aktivitasnya (Sujiono dkk, 2015:73).²³

Terapi bermain kognitif-perilaku (CBPT) adalah kombinasi intervensi kognitif dan perilaku dalam paradigma terapi bermain. CBPT digunakan berdasarkan teori perilaku dan kognitif perkembangan emosional dan psikopatologi. CBPT adalah teori yang berasal dari Cognitive Theory (CT) yang dibuat oleh Aaron Beck. Turunan dari CBT, prinsip-prinsip terapi bermain kognitif-perilaku berfokus pada pemikiran yang memengaruhi keterampilan emosional dan sosial anak.²⁴

CBT menggabungkan terapi kognitif, yang berfokus pada pengurangan kontrol diri, dengan terapi perilaku, yang berfokus pada perubahan perilaku. Perilaku kognitif sebagai self-efficacy, sebuah aspek dari Albert Bandura, memungkinkan seseorang untuk mengendalikan situasi dan menghasilkan sesuatu yang positif. Bandura percaya bahwa self-efficacy adalah kunci keberhasilan pengobatan meningkat. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan di setiap langkah proses pengobatan Mereka mengatakan "Saya bisa melakukannya" atau sesuatu. Sukses menjadi motivator intrinsik ketika kepercayaan

²³ Aulia, Anisa Wafa. *Pengaruh Metode Pembelajaran Bermain (Kolase Dan Meronce) Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Di Tk Aisyiyah Pucangan 1 Kartasura Kabupaten Sukoharjo Tahun Ajaran 2019/2020*. Skripsi (Surakarta:2019)

²⁴ <http://repository.radenfatah.ac.id/15214/2/BAB%20II.pdf>

diri terbangun dan perilaku adaptif terlibat. Tak lama, individu akan menunjukkan upaya besar, mencoba memecahkan masalah pribadi.²⁵

Tujuan terapi kognitif-perilaku adalah untuk mengubah pemikiran, perasaan, dan fungsi perilaku dengan menekankan peran otak dalam analisis, pengambilan keputusan, pertanyaan, tindakan, dan pengambilan keputusan. Dengan mengubah pemikiran atau keadaan emosinya, subjek diharapkan mengubah perilakunya dari negatif menjadi positif (Oemarjoedi, 2003).

Konsep dasar CBPT didasarkan pada teori psikopatologi yang luas dan rincian interaksi timbal balik yang rumit antara kognisi, emosi, perilaku dan lingkungan (O'connor & Liza, 1997).²⁶ Menurut Tin Suharmini (2005:15) bahwa perilaku hiperaktif dapat digambarkan sebagai perilaku yang tidak mau diam yang disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari dalam individu itu sendiri maupun karena faktor psikogen.²⁷

²⁵ Laura A. King terjemahan Brian Marwensdy, *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*, (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika, 2010), hal 373

²⁶ Pujianti, Henny. *Cognitive Behavior Play Therapy (Cbpt) Untuk Mengatasi Inferioritas Pada Anak*. 2012.

²⁷ Yinyang. *Jurnal Studi Islam, Gender dan Anak*. Vol. 15 No. 1, Januari 2020. hal 131

b. Tujuan dan manfaat *Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT)*

Terapi kognitif sendiri merupakan terapi yang bertujuan untuk mengubah cara berpikir seseorang yang salah dan menimbulkan kekhawatiran. Pemikiran yang tidak tepat seperti itu mungkin, misalnya, seseorang yang berpikir bahwa seseorang tidak dihargai oleh suatu kelompok, sehingga mengasingkan individu tersebut dari kelompok tersebut, yang mungkin tidak memperlakukan individu tersebut dengan rasa tidak hormat yang tulus.²⁸

Manfaat CBT dalam proses terapeutik diharapkan mampu memodifikasi pemikiran yang tidak tepat dan mengubah perilaku yang tidak sesuai pada individu tersebut (Gazzaniga et al., 2011). Diharapkan penggunaan terapi kognitif-perilaku akan memperbaiki gejala yang dialami klien, dan fungsi klien juga akan meningkat dari waktu ke waktu (Gaudiano, 2008). Meskipun ada banyak studi dan studi kasus yang menunjukkan keberhasilan implementasi CBT, ada beberapa hal yang perlu dipertimbangkan sebelum menerapkannya. Misalnya, terapi ini tidak cocok untuk pasien dengan riwayat cedera otak yang mengganggu pemikiran rasional. Selain itu, terapi ini membutuhkan partisipasi aktif dan kerjasama

²⁸Hanifi, Anjuni Khofifah Hanifi. *Mengenal Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Penerapannya Dalam Psikologi*. 2021.

<https://kampuspsikologi.com/cognitive-behavioral-therapy/> diakses pada 12 Juli 2022

serta membutuhkan waktu yang lama untuk mencapai tujuan yang diinginkan.²⁹

c. Tahap-Tahap *Cognitive Behavior Play Therapy* (CBPT)

CBPT memiliki beberapa tahapan sebagai penerapannya. Tahapan tersebut yaitu *orientation*, *assessment*, *middle*, serta, *termination stages*. Tahapan ini secara lebih lengkap dideskripsikan oleh Knell yaitu :

1) *Introductory/Orientation.*

Selama sesi pengantar, salah satu peran konselor adalah membantu orang tua konselor memahami bagaimana mempersiapkan anak mereka dengan benar untuk sesi pertama.

2) *Assessment.*

Setelah CBPT siap, evaluasi akan dimulai. Pada tahap awal CBPT, masalah yang dihadapi dan kejelasan diagnosis lebih dipahami dan direncanakan pengobatannya.

3) *Middle stage.*

Pada tahap pertengahan CBPT, konselor mengembangkan rencana perawatan yang bertujuan untuk memperkuat kontrol diri anak, meningkatkan keinginan untuk mencapai tujuan perilaku, dan mempelajari respons adaptif untuk menghadapi situasi

²⁹Hanifi, Anjuni Khofifah Hanifi. *Mengenal Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Penerapannya Dalam Psikologi*. 2021.

<https://kampuspsikologi.com/cognitive-behavioral-therapy/> diakses pada 12 Juli 2022

yang lebih spesifik. Tergantung pada masalah yang dihadapi, terapis dapat memilih dari berbagai intervensi kognitif dan perilaku.

Ini akan dipertimbangkan dengan hati-hati, sespesifik mungkin mengenai intervensi dan masalah khusus anak. Penggunaan banyak teknik terapeutik dan intervensi kognitif-perilaku berada pada tahap menengah ini. Pencegahan generalisasi dan kekambuhan perilaku termasuk dalam pengobatan tahap pertengahan, sehingga anak-anak belajar menggunakan keterampilan baru dalam berbagai situasi, dan keterampilan baru yang membatasi kemungkinan regresi setelah pengobatan selesai dapat dikembangkan.

4) *Termination Stage.*

Pada tahap akhir, anak dan keluarga siap untuk pengobatan definitif. Saat pengobatan mendekati akhir, anak dihadapkan pada kenyataan penghentian dan perasaan anak menjelang akhir pengobatan.

Untuk mencapai perubahan kognitif pada anak dalam menghadapi situasi, terapis harus dapat melakukan semua tahapan CBPT dan dapat memastikan bahwa semua tahapan dilakukan dengan benar.³⁰

Metode konselor-proaktif, direktif, terikat waktu, terstruktur, disesuaikan dengan waktu konselor, dan berkembang sesuai dengan kebutuhan konselor.

³⁰ <http://repository.radenfatah.ac.id/15214/2/BAB%20II.pdf>

d. Tehnik *Cognitive Behavior Play Therapy* (CBPT) Dalam Islam

CBT adalah pendekatan psikoterapi yang digunakan oleh konselor untuk membimbing individu ke arah yang positif. Dalam praktik di bidang ini, terapi kognitif-perilaku disampaikan oleh konselor, psikolog, dan terapis melalui berbagai bentuk konseling atau terapi, secara individu atau kelompok, secara langsung atau *online*.

Terapi bermain bertujuan untuk mengubah perilaku anak yang tidak sesuai menjadi perilaku yang diharapkan, dan dapat menghilangkan hambatan, ketakutan, frustrasi, dan masalah emosional yang sudah ada sebelumnya, dan meningkatkan kerja sama selama perawatan. (Nurjaman, 2006 dalam Mulyaman, 2008).

Bermain memberi keseruan pada anak dan dalam islam bermain sama sekali tidak dilarang terdapat dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Al Bukhori dan muslim, Aisyah berkata :

'Aku selalu bermain anak patung di rumah Rasulullah SAW. Adakalanya rakan-rakan ku datang untuk bermain bersamaku. Suatu hari Nabi SAW datang kepada kami, kami semua terus bersembunyi kerana takutkan Baginda Nabi SAW. Namun begitu, Nabi SAW tidak pula kelihatan marah (apabila melihat patung mainan di tangan mereka), tetapi Nabi SAW datang dan bermain bersama' (Al-Imam Abi 'Abdillah Muhammad

bin Ismail Al- Bukhari, Sahih Bukhari 5, no. 5779).³¹

Oleh karena itu, agama islam membolehkan anak-anak bermain karena bermain adalah keperluan mereka. Nabi Muhammad juga memberikan contoh bagaimana kita dalam menghadapi anak-anak yaitu dengan bermain dengan anak-anak yang suka bermain. Seperti yang disebutkan dalam riwayat, Nabi SAW sering memakai Hasan dan Hushin dan bermain dengan kuda. Dalam riwayat lain, Umar bin Khattab sedang merangkak dan anak-anaknya bermain di punggungnya. (Mulyani, 2016). Dalam teladan ini bahwa bermain dengan anak bukan suatu hal yang membuang waktu namun merupakan sebuah ungkapan cinta dan kasih sayang. Selain itu, ajara agama islam juga menuntut anak untuk bermain dimana Imam Ja'far Shadiq berkata :

“Biarkanlah anak bebas bermain hingga usia tujuh tahun”. Sementara Rasulullah SAW berkata, *“Biarkanlah mereka bermain. Bumi adalah padang rumput bagi anak-anak.”*³²

Hal ini menunjukkan bahwa bermain dalam kalangan anak-anak adalah kegiatan yang harus dilaksanakan. Bermain bukan hanya untuk

³¹ Razak, N. H., Mohd Yusof, S. N., & Mohd Sukor, N. (2021). *Terapi bermain menurut pendekatan Islam. Jurnal Pendidikan Awal Kanak Kanak Kebangsaan*, (vol 10(2)), 61-70. <https://doi.org/10.37134/jpak>. hal.64

³² Razak, N. H., Mohd Yusof, S. N., & Mohd Sukor, N. (2021). *Terapi bermain menurut pendekatan Islam. Jurnal Pendidikan Awal Kanak Kanak Kebangsaan*,(vol 10(2), 61-70. <https://doi.org/10.37134/jpak>. hal.64

membantu perkembangan anak tetapi juga merupakan keperluan untuk memenuhi fitrah anak yang diciptakan dengan keinginan yang suka bermain.

e. Tehnik *Cognitive Behavior Play Therapy* (CBPT) Dengan Meronce.

CBPT memiliki banyak sekali jenis dalam pelaksanaannya, salah satunya yaitu menggunakan mainan seperti meronce. Menurut Sumantri (2005:158) Meronce adalah proses menyusun bahan berlubang dan sengaja dilubangi dengan benang, tali, dll untuk membuat ornamen dan barang sekali pakai. (Sumanto, 2005: 159), bahan dasar melon terdiri dari bahan alami seperti jamur, bunga, buah, pohon, ranting dan biji. Bahan buatan adalah benda buatan manusia, seperti manik-manik, pita serat sintetis, kertas berwarna, dan sedotan. Alat yang digunakan dalam kegiatan Melonse adalah tali, gunting, dan kotak manik-manik.³³

Kegiatan menyusun manik-manik merupakan salah satu bentuk kegiatan yang dapat digunakan untuk merangsang minat, perhatian dan motivasi anak selama proses pembelajaran agar tidak bosan atau bosan selama proses pembelajaran sehingga hasil yang diperoleh lebih bermakna dan menyenangkan baginya..³⁴

³³ Alwi,Kiki Oktaviany. *Aktivitas Meronce Manik-Manik Dalam Meningkatkan Kemampuan Berhitung Penjumlahan Pada Murid Cerebral Palsy Kelas Dasar Iv Di Slb Ypac Makassar*.Skrpsi (Makasar.2020)

³⁴ Alwi,Kiki Oktaviany. *Aktivitas Meronce Manik-Manik Dalam Meningkatkan Kemampuan Berhitung Penjumlahan Pada Murid Cerebral Palsy Kelas Dasar Iv Di Slb Ypac Makassar*.Skrpsi (Makasar.2020)

Kata melon berarti mengurutkan atau menghubungkan benda-benda dengan tali, dll. Manik-manik melon adalah kemampuan untuk merangkai manik-manik dengan tali atau benang. Warna-warna cerah dari manik-manik akan menarik bagi semua anak. Manik-manik dapat dijalin melalui lubang di tengah manik-manik untuk membuat kalung, gelang, jepit rambut, atau kreasi lainnya.³⁵

Meronce adalah kegiatan merangkai berbagai benda kecil menjadi seutas tali atau benang untuk merangsang keterampilan motorik halus dan melatih ketelitian, kesabaran, dan daya tahan. Ada banyak jenis objek yang bisa Anda bayangkan, dengan berbagai bentuk, bahan, dan kegunaannya. Pilih salah satu yang sesuai dengan minat, keterampilan, dan kebutuhan anak Anda yang sedang berkembang³⁶

Meronce adalah permainan yang menggunakan manik-manik berbagai bentuk dan warna yang disusun dalam sebuah benang yang dapat digunakan sebagai gelang, kalung, gantungan kunci dan berbagai kreasi. Meronce telah dimodifikasi sebagai salah satu media konsultatif untuk mengatasi masalah hubungan sosial dan perilaku dalam format visual yang efektif. Bentuk suatu benda juga tidak bergantung pada atribut tertentu seperti warna, isi, dan bahan, sehingga bentuk dalam penelitian ini adalah bentuk apa

³⁵ *Analisis Metode Bermain Meronce Terhadap Anak Hiperaktif Di Tk Al Azhariyyah Jurang Gebog Kudus*. Hal 14. Diakses Pada <http://repository.iainkudus.ac.id/2907/5/05%20BAB%20II.pdf>

³⁶ Umama, *Pojok Bermain Anak*, (Jogjakarta :CV.Diandra Primamitra Media, 2016)

yang akan diprogramkan oleh guru ketika melakukan suatu kegiatan, terutama suatu kegiatan secara langsung, dan mereka cenderung menenun. Selama kegiatan, sesuai petunjuk guru dan alat yang tersedia dalam kegiatan ini, bentuk geometris, bentuk bunga atau bentuk lainnya.³⁷

Meronce merupakan kegiatan yang membutuhkan koordinasi mata-tangan yang cermat dan melatih motorik halus anak dengan memasukkan benang ke dalam butiran lonce dengan gerakan jari. Keterampilan motorik halus mewakili serangkaian kondisi yang melibatkan koreksi kesalahan terus menerus dari perbedaan sinyal dan kemampuan tubuh (tangan) untuk menggunakan media yang memerlukan koordinasi mata-tangan dan pelatihan otot kecil atau halus. Ini adalah latihan yang dilakukan. Metode model digunakan untuk mereview kegiatan pembelajaran. Pemodelan adalah metode pembelajaran yang disajikan dengan menunjukkan kepada anak-anak suatu proses, situasi, atau objek tertentu. Kegiatan pembelajaran dibuat lebih efektif dengan menggunakan metode model untuk mengubah kegiatan menjadi proses pelatihan untuk anak-anak.³⁸

³⁷ Mulyawartini.Gusti Ayu, *Melalui Kegiatan Meronce Bentuk Dan Warna Dapat Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Pada Kelompok B Tk Harapan Kelayu*, (21 Agustus 2019.Vol 1 No 1)

³⁸ Darmastuti.Tanti, *Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Dalam Kegiatan Meronce Dengan Manik – Manik Melalui Metode Demonstrasi Pada Anak Kelompok A Di Tk Khadijah 2 Surabaya*,(Januari 2013.Vol 2 No 1)

Menurut Sadiman (dalam Adyatman, 1996 : 31) Kegiatan menyusun manik-manik merupakan salah satu bentuk kegiatan yang dapat dimanfaatkan merangsang minat, perhatian dan kemauan anak dalam proses belajar. Memudahkan anak merasa jenuh dan bosan dalam proses belajar, menjadikan hasil pengalaman belajar anak lebih bermakna dan menyenangkan bagi mereka.³⁹

Meronce adalah kegiatan menata barang dengan tali. Bentuk Meronce dapat diubah secara bebas, membantu anak belajar menciptakan ide-ide baru, meningkatkan kreativitas mereka, melatih pengenalan warna bentuk geometris, mengasah motorik halus, melatih memegang dengan kedua tangan, dll. Keterampilan Melon adalah kegiatan memasukkan manik-manik yang bertujuan dalam menggunakan jari untuk menggenggam, meraih, dan mencubit dengan ibu jari dan jari telunjuk pada anak usia dini. Dengan demikian, keterampilan melempar digunakan sebagai alternatif untuk mengajar anak-anak untuk membantu mereka yang menghadapi hambatan gerakan. Jari dan pergelangan tangan mereka adalah tangannya. Oleh karena itu, keterampilan melon memiliki dampak positif pada perkembangan keterampilan motorik halus selama anak usia dini..⁴⁰

³⁹ Alwi.Kiki Oktaviany, *Aktivitas Meronce Manik-Manik Dalam Meningkatkan Kemampuan Berhitung Penjumlahan Pada Murid Cerebral Palsy Kelas Dasar Iv Di Slb Ypac Makassar*, Skripsi (Makassar.2020)

⁴⁰ *Analisis Metode Bermain Meronce Terhadap Anak Hiperaktif Di Tk Al Azhariyyah Jurang Gebog Kudus*, Hal 14, Diakses Pada <http://repository.iainkudus.ac.id/2907/5/05%20BAB%20II.pdf>

Yuriastien dkk (dalam Bakti, 2014: 33) berpendapat bahwa manfaat aktivitas meronce adalah sebagai berikut :

1. Membantu dengan keterampilan motorik halus. Ketika anak melakukan kegiatan tersebut, anak mengambil lingkaran dari tanah liat dan memasukkannya ke dalam lubang dengan menggunakan tali.
2. Melatih koordinasi mata dan tangan. Anak menggunakan kedua tangan dan mata untuk memasukkan roncean. Sehingga membutuhkan koordinasi mata dan tangan.
3. Meningkatkan perhatian dan konsentrasi. Pada saat anak meronce, anak membutuhkan latihan dan konsentrasi saat memasukkan roncean ke dalam lubang dengan tepat.⁴¹

Beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa manfaat aktivitas meronce yaitu sebagai aktivitas yang pengasah kemampuan kognitif anak yang dimana dalam aktivitas meronce ada banyak pelajaran yang bias didapatkan seperti anak dapat belajar warna, bentuk, melatih konsentrasi anak, anak juga dapat belajar konsep jumlah (berapa banyak).⁴²

⁴¹ Alwi.Kiki Oktaviyani, *Aktivitas Meronce Manik-Manik Dalam Meningkatkan Kemampuan Berhitung Penjumlahan Pada Murid Cerebral Palsy Kelas Dasar Iv Di Slb Ypac Makassar*,Skrpsi (Makassar.2020)

⁴² Alwi.Kiki Oktaviyani, *Aktivitas Meronce Manik-Manik Dalam Meningkatkan Kemampuan Berhitung Penjumlahan Pada Murid Cerebral Palsy Kelas Dasar Iv Di Slb Ypac Makassar*,Skrpsi (Makassar.2020)

3. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

a. Sejarah ADHD

Menurut (Baihaqi & Sugiarmanto, 2006: 4) ADHD adalah istilah baru, tetapi anak hiperaktif atau hiperaktif sudah ada sejak lama. ADHD pertama kali dijelaskan oleh dokter Inggris George F. Masih dalam studinya tentang sekelompok anak-anak yang menunjukkan "ketidakmampuan yang aneh untuk berkonsentrasi, resah dan kegelisahan." Dia percaya bahwa kurangnya kemauan anak itu berasal dari sifat bawaan makhluk itu. Penyakit itu disebabkan oleh sesuatu dalam tubuh anak, bukan karena faktor lingkungan.⁴³

(Baihaqi & Sugiarmanto, 2006: 6) Pada akhir 1950-an, ADHD dikenal sebagai hiperkinesia, dan biasanya bermanifestasi sebagai lemahnya penyaringan rangsangan yang masuk ke otak. Perspektif ini mengarah pada definisi sindrom anak hiperaktif, di mana gerakan berlebihan telah digambarkan sebagai ciri utama ADHD. Namun, tak lama kemudian dikatakan bahwa ADHD bukan satu-satunya masalah, yaitu ketidakmampuan anak untuk mengatur aktivitas motorik selaras dengan situasi.⁴⁴

Pada tahun 70-an, ada gagasan bahwa selain ADHD, kurangnya perhatian dan kontrol motorik yang buruk adalah gejala utama ADHD. Teori ini diterima secara luas dan berdampak besar pada

⁴³ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

⁴⁴ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

definisi ADHD yang digunakan oleh Diagnostic and Statistical Manual (DSM) (Baihaqi & Sugiarmn, 2006: 6). Dalam perkembangannya, upaya telah dilakukan untuk merumuskan kembali ADHD, yang telah berulang kali menghasilkan klasifikasi berbagai penyakit. (Baihaqi & Sugiarmn, 2006: 7).⁴⁵

b. Pengertian ADHD (*Attention Deficit Hyperactive Disorder*)

(Millichap, 2013:1) *Attention Deficit Hyperactive Disorder* atau ADHD adalah nama yang diberikan kepada anak-anak, remaja, dan beberapa orang dewasa yang lalai, mudah terganggu, hiperaktif, dan impulsif. ADHD adalah gangguan neurobiologis, bukan gangguan dengan penyebab tertentu. Ada banyak faktor yang telah diidentifikasi sebagai penyebab ADHD.⁴⁶

Sejalan dengan itu, Baihaqi dan Sugiarmn (2006: 2) juga mendefinisikan, ADHD adalah anak yang menunjukkan tanda atau gejala kurangnya perhatian, hiperaktif, dan impulsif, yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan dalam sebagian besar aktivitas hidup mereka.⁴⁷

ADHD adalah istilah populer, kependekan dari *attention deficit hyperactivity disorder*; (*Attention* = perhatian, *Deficit* = berkurang, *Hyperactivity* = hiperaktif, dan *Disorder* = gangguan). Secara

⁴⁵ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

⁴⁶ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

⁴⁷ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
<http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

umum, ADHD menyajikan suatu kondisi pada anak-anak dengan tanda dan gejala kurangnya perhatian, hiperaktif, dan perilaku impulsif yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan dalam sebagian besar aktivitas kehidupan. (Baihaqi & Sugiarmun, 2006:2).⁴⁸

*Decades of research characterize attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) as a neurobiological disorder typically first detected in childhood that persists into adulthood in approximately 50% of cases (1–3) (Sibley, Margaret H, ect. 2021).*⁴⁹ Beberapa dekade penelitian mencirikan attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) sebagai gangguan neurobiologis yang biasanya pertama kali terdeteksi pada masa kanak-kanak yang berlanjut hingga dewasa pada sekitar 50% kasus (1-3) (Margaret H Sibley, dkk. 2021.)⁵⁰

Baihaqi & Sugiarmun (2006: 3) mengungkapkan bahwa ADHD merupakan suatu gangguan kronis (menahun) yang dimulai pada masa bayi dan dapat berlanjut hingga dewasa. (Kutscher, 2005:41) Gangguan ADHD pada anak dapat berdampak negatif pada kehidupan anak di

⁴⁸ Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim <http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>

⁴⁹ Margaret H Sibley. *Variable Patterns of Remission From ADHD in the Multimodal Treatment Study of ADHDN*. *American Journal of Psychiatry*. (Aug 2021) <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2021.21010032>

⁵⁰ Hasil Terjemahan online <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=translate> (diakses pada 4 Agust-22)

sekolah, rumah, dan masyarakat. ADHD adalah kombinasi dari tiga jenis: kurangnya perhatian, hiperaktif, dan impulsif.

Pengertian itu didukung oleh hasil observasi yang dipimpin Russell Barkley dan kawan-kawan (dalam Kutscher, 2005:43) yang menggambarkan ADHD sebagai ketidakmampuan untuk menghambat dalam diri mereka. Anak ADHD yang tidak mampu melakukan pengereman, maka mereka :

- 1) Tidak mampu menahan gangguan : kurang memperhatikan
- 2) Tidak mampu mengontrol pemikiran : Impulsif
- 3) Tidak mampu mengontrol tindakan seperti gangguan atau : pikiran Hiperaktif

Berdasarkan dari beberapa pendapat diatas dapat di ambil kesimpulan bahwa ADHD adalah salah satu ganggan pemusatan perhatian, hiperaktif dan implusif yang dapat diketahui sejak usia dini.

c. Faktor-faktor Penyebab ADHD

Menurut (Paternotte&Buitelaar, 2010:18) terdapat beberapa hal sebagai faktor penyebab ADHD, yaitu :

- 1) Faktor genetik (Keturunan)

Berdasarkan studi tentang pewarisan anak kembar dan anak angkat, tampak bahwa faktor keturunan berperan pada sekitar 80

persen. Dengan kata lain, sekitar 80% perbedaan antara anak-anak dengan gejala ADHD di masyarakat ditentukan oleh faktor genetik. Anak-anak dari orang tua dengan ADHD delapan kali lebih mungkin untuk memiliki anak dengan ADHD.

2) Faktor Fungsi Otak

Pada anak kecil, sistem pengereman atau sistem hambatan belumlah cukup berkembang: setiap anak balita sering bertindak tanpa berpikir atau bertindak impulsif, sulit menahan diri, dan menganggap dirinya pusat dari dunia. Umumnya sistem otot dalam bekerja akan mulai pada usia 2 tahun, dan pada usia 4 tahun akan berkembang secara kuat. Maka pada anak ADHD perkembangan sistem ini lebih lambat, dan juga dengan kapasitas yang lebih kecil. Sistem penghambat atau pengereman di otak bekerja kurang kuat atau kurang mencukupi. Dari penelitian juga disebutkan bahwa adanya neuro-anatomi dan neuro kimiawi yang berbeda antara anak yang menyandang ADHD dan tidak (Paternotte&Buitelaar, 2010:19).

3) Faktor Lingkungan

Faktor ADHD juga berpegang pada gen dan lingkungan yang ngatif, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan secara luas, termasuk lingkungan psikologis (relasi dengan orang lain, berbagai kejadian dan penanganan yang telah diberikan), lingkungan fisik

(makanan, obat-obatan, menyinaran), lingkungan biologis (cedera otak, radang otak, komplikasi saat melahirkan) (Paternotte&Buitelaar, 2010:18).

Maka ADHD tidak hanya disebabkan oleh satu faktor saja melainkan multi faktor yang satu dengan yang lainnya saling berhubungan.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Terapi Behavior Dalam Menangani Anak Hiperaktif Di Harmony Psychology Bureau Rajabasa Bandar Lampung .

- a. Oleh : **Dewi Ardimaningsih**
- b. Isi penelitian : Pada penelitian ini mendeskripsikan tentang bagaimana pelaksanaan terapi behavior dalam menangani anak hiperaktif di lembaga Harmoni Psikologi Bueau, Rajabasa, Bandar Lampung. Bahwa yang pertama pembentukan perilaku, kedua meningkatkan pemahaman mengenai konsep dasar, ketiga individual, keempat model penerapan. Adapun teknik yang dilakukan konselor adalah Pengaturan Tempat Duduk Klien ADHD, Tidak Membatasi Waktu dalam Mengerjakan Suatu Pekerjaan, Menerima setiap Pekerjaan Klien.
- c. Hasil dari penelitian ini adalah pendekatan behavioral yang berfokus pada perubahan tingkah laku. metode yang digunakan yaitu metode terapi bermain, metode face to face dan metode hati nurani yang diharapkan dapat membantu individu merubah perilakunya ke yang lebih baik dan membuat rasa percaya diri, semangat dan memiliki

rasa tanggung jawab terhadap tugasnya dan dalam lingkungannya.

- d. **Persamaan** : Peneliti terahulu sama-sama menggunakan pendekatan behavioral dan membantu individu merubah perilakunya menjadi lebih baik lagi.
- e. **Perbedaan**: Penelitian terdahulu menggunakan metode face to face dan metode hati nurani, penelitian yang sekarang menggunakan terapi CBPT.

2. Terapi Bermain Dengan CBPT (Cognitive Behavior Play Therapy) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD oleh.

- a. **Oleh** : Ella Kholilah dan Yulia Solichatun
- b. **Jurusan** : Psikologi
- c. **Tahun terbit** : 2017
- d. **Diterbitkan** : Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- e. **Isi penelitian** : Dalam penelitian ini penulis menggunakan terapi bermain untuk meningkatkan konsentrasi pada anak ADHD. Dengan penanganan khusus untuk meningkatkan konsentrasi, menurunkan gejala hiperaktivitas dan impulsivitas pada anak ADHD. Salah satu penanganannya dapat melalui terapi bermain dengan basis terapi bermain kognitif perilaku (CBPT).
- f. **Hasil dari penelitian ini** adalah terapi bermain melalui terapi bermain kognitif perilaku (CBPT) dapat meningkatkan konsentrasi pada anak ADHD. Hasil penelitian menunjukkan perubahan tingkat konsentrasi lebih tinggi pada fase intervensi dibandingkan pada fase baseline. Walaupun

perilaku konsentrasi subjek belum sepenuhnya dapat konsisten (stabil).

- g. **Persamaan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terapi bermain dengan CBPT dapat meningkatkan pemusatan perhatian (konsentrasi) pada anak ADHD.
- h. **Perbedaan**: Penelitian sekarang menggunakan CBPT untuk mengurangi hiperaktif pada anak ADHD.

3. Bimbingan Dengan Teknik Perilaku (Behavior Therapy) Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak ADHD (*Attention Deficit/Hyperactivity Disorder*).

- a. **Oleh** : Nur Faizah Romadona, Aan Listiana, Euis Kurniati
- b. **Isi penelitian** : Penelitian tersebut menyajikan dalam grafik dan dianalisis dengan analisis visual. Model bimbingan dengan terapi perilaku diberikan bagi guru dan orangtua dalam 7 sesi pertemuan.
- c. **Hasil dari penelitian ini adalah** Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan bimbingan dengan terapi perilaku efektif dapat meningkatkan keterampilan sosial anak ADHD kelas rendah, yang meliputi aspek kerjasama, sikap asertif, tanggung jawab, empati, dan kontrol diri. Rekomendasi diberikan pada guru, orang tua anak ADHD maupun Kepala Sekolah, agar mempertimbangkan penerapan bimbingan dengan terapi perilaku untuk meningkatkan keterampilan sosial anak ADHD di kelas rendah
- d. **Persamaan** : Penelitian terdahulu sama-sama menjadikan anak ADHD sebagai objek observasi.

- e. Perbedaan: Penelitian terdahulu menerapkan bimbingan dengan terapi perilaku, penelitian yang sekarang menggunakan terapi CBPT.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan fenomenologis, karena penelitian ini dilakukan dengan kondisi yang alamiah.

Dalam penelitian ini dapat digunakan untuk penelitian yang berupaya mengungkap sifat pengalaman seseorang dengan fenomena tertentu. Metode kualitatif dapat digunakan untuk memahami dan mengungkapkan sesuatu dibalik fenomena yang bahkan belum dipahami.⁵¹

Manusia dibentuk dan dikondisikan oleh pengondisian sosial-budaya. Pandangannya deterministik, dalam arti tingkah laku, dipandang sebagai hasil belajar dan pengondisian.⁵²

Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (Field Research), yaitu penelitian yang dilakukan dengan terjun langsung dilapangan atau pada responden, yang bersifat kualitatif. Penelitian kualitatif yaitu penelitian yang menghasilkan prosedur analisis yang pengumpulan datanya didasarkan pada latar alamiah dan juga termasuk metodologi yang dimanfaatkan untuk prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif tidak menggunakan prosedur analisis statistik.

⁵¹ Anselm Strauss dan Juliet Corbin, 2003, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar), hlm5

⁵² Rofiq.Arif Ainur,*Teori Dan Praktik Konseling*,(Surabaya:Raziev Jaya, 2017) hal 19

Dalam teknik penyajian datanya, penelitian menggunakan pola deskriptif. Sehingga yang dimaksud pola deskriptif menurut Best, adalah metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai dengan apa adanya.⁵³

Sedangkan Jenis dalam penelitian ini adalah studi kasus (case study) yang merupakan bagian dari metode kualitatif yang akan mendalami suatu kasus tertentu secara lebih detail dengan melibatkan pengumpulan informasi dari berbagai sumber.⁵⁴

Sesuai dengan metode yang digunakan, penulis melakukan wawancara dan observasi langsung tentang implementasi play therapy untuk mengurangi ADHD pada anak tersebut.

B. Sasaran dan Lokasi Penelitian

1. Konseli

Konseli adalah seorang anak berusia 7 tahun bernama DA (nama samaran). Konseli merupakan siswi kelas I Sekolah Dasar (SD) di Surabaya, yang bertempat tinggal di Kelurahan Pacar Kembang yang berada di Kecamatan Tambak Sari Surabaya. Konseli memiliki kebiasaan yang tak bisa diam atau hiperaktif.

⁵³ Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009), hal. 157.

⁵⁴ J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*, (Jakarta: PT. Grasindo, 2010), hal. 49

2. Konselor

Konselor merupakan mahasiswa aktif semester delapan di UIN Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam.

3. Lokasi Penelitian

Pelitian yang dilaksanakan di Kelurahan Pacar Kembang yang berada di Kecamatan Tambak Sari Surabaya lebih tepatnya di RT 02 RW 09.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data yang bersifat non-statistik, yaitu data yang diperoleh nantinya berupa dalam bentuk kata verbal bukan angka.

a. Jenis Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dilapangan. Dimana disini penulis menggunakan fenomena yang sedang terjadi yaitu tentang sikap konseli yang suka menunda-nunda pekerjaan. Dalam hal ini peneliti memperoleh sumber data berupa latar belakang permasalahan konseli, yang berupa hasil wawancara peneliti dengan koseli, hasil observasi antara peneliti terhadap permasalahan konseli, dan juga dokumentasi dari proses konseling.

Dapun data-data primer dalam penelitian ini diperoleh secara lanagsung dari konseli. Konseli AD memiliki hiperaktif, hal tersebut memberi pengaruh yang tidak baik terhadap konseli dengan

menjadikan konseli tidak bertanggung jawab untuk menyelesaikan pekerjaannya secepat mungkin, hal ini juga menjadikan konseli tidak menghargai orang disekitarnya. Sifat ini muncul karena sistem pengereman atau sistem menahan diri pada konseli belum cukup berkembang dengan baik dan juga faktor lingkungan yang menjadikan konseli memiliki hiperaktif tersebut.

b. Jenis Data Sekunder

Data Sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua, yang bertujuan untuk melengkapi data primer. Data sekunder didapatkan dari wawancara dan observasi langsung dari orang skitar konseli seperti keluarga beserata teman dekatnya.

Informasi yang diperoleh dari ibu DA mengenai anak keduanya yang seringkali tidak menahan dirinya atau seringkali menggerakkan tubuhnya dan tidak bisa diam. Informasi dari kakak konseli ketika adiknya diajak belajar bersama, konseli lebih sering menggerakkan benda-benda di sekitanya dan tidak melaksanakan perintah sesuai dengan yang dibeikan.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber pertama yang didapatkan peneliti, dalam hal ini yaitu konseli itu sendiri. Dimana konseli sedang mengalami hiperaktif atau ADHD, dengan ini peneliti membantu menyelesaikan permasalahan konseli dengan melakukan sebuah Bimbingan dan Konseling dengan Penerapan *Cognitive Behavior*

dengan teknik *Play Therapy* Untuk Mengatasi ADHD pada seorang anak di Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data kedua yang didapatkan dalam proses penelitian yang terkait dengan data primer tentang bagaimana keseharian konseli, gejala apa yang timbul dalam ADHD dalam keseharian dan kehidupan konseli apakah merugikan diri dan lingkungannya atau bisa dikatakan sebagai *significant others*. Data ini bisa didapatkan dari orang terdekat konseli, seperti orang tua, dan kakak konseli.

D. Tahap- Tahap Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga tahapan dari penelitian.

1. Tahap Pra Lapangan

Peneliti menyusun rancangan penelitian, memilih subjek lokasi penelitian, menyiapkan perlengkapan dan persoalan ketika di lapangan. Peneliti kemudian menyiapkan alat-alat penelitian yang dibutuhkan di lapangan, seperti pedoman wawancara, referensi untuk memperdalam aplikasi terapeutik lapangan, dan peralatan lain yang diperlukan untuk penelitian selanjutnya untuk memperoleh berbagai informasi topik, deskripsi lapangan, dan informasi terkait. Keduanya.

Ada enam tahap kegiatan yang harus dilakukan oleh peneliti dalam tahapan ini ditambah dengan satu

pertimbangan yang perlu dipahami, yaitu etika penelitian lapangan. Kegiatan dan pertimbangan tersebut diuraikan berikut ini ⁵⁵:

a. Menyusun Rancangan Penelitian

Dalam Penelitian membuat rumusan masalah yang dijadikan objek penelitian, kemudian membuat usulan judul penelitian sebelum melaksanakan penelitian hingga membuat proposal penelitian.

b. Memilih Lapangan Penelitian

Dalam hal ini peneliti memilih penelitian lapangan di Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya karena memang terdapat seorang anak yang memiliki ADHD.

c. Mengurus Perizinan

Peneliti mengurus surat izin kepada Ketua Prodi BKI dan dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi untuk terjun langsung di lapangan di Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya. Sehingga dapat mempermudah kelancaran peneliti dalam melakukan penelitian

d. Menjajaki dan Memilih Lapangan

Penjajakan dan penilaian lapangan akan terlaksana dengan baik apabila peneliti sudah mengetahui melalui lingkungan dalam situasi atau kondisi daerah tempat penelitian dilakukan. Dalam hal ini peneliti akan menjajaki lapangan dengan mencari informasi di tempat peneliti melakukan penelitian.⁵⁶

⁵⁵ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (edisi revisi), (Bandung: Remaja Rosdakarya 2007), hal 127

⁵⁶ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (edisi revisi), Bandung: Remaja Rosdakarya 2007), hal 130

e. Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Peneliti menyiapkan perlengkapan seperti buku kecil, bulpoin, manik-manik untuk permainan yang akan dilaksanakan, dan handphone untuk dokumentasi.

f. Persoalan Etika Penelitian

Persoalan etika akan timbul apabila peneliti tidak menghormati, tidak mematuhi, dan tidak mengindahkan nilai-nilai masyarakat dan pribadi tersebut. Dalam hal ini peneliti harus mampu menyesuaikan diri, serta untuk sementara waktu menerima norma-norma dan nilai-nilai yang ada di latar penelitian, dan sementara meninggalkan budayanya sendiri.

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada saat mulai memasuki tahap lapangan, latar lapangan harus dipahami terlebih dulu baru memulai untuk menjalin keakraban dengan objek beserta lingkungan objek. Kemudian dilakukan wawancara mendalam. Fokus pada tahap ini adalah menggali informasi mengumpulkan data di lapangan.

Dalam tahap pekerjaan lapangan ini, yang akan dilakukan peneliti adalah memahami latar penelitian terlebih dahulu serta mempersiapkan diri baik fisik maupun mental.⁵⁷ Selanjutnya yakni memasuki lapangan untuk menjalin keakraban dengan subyek atau informan lainnya agar memperoleh banyak informasi.⁵⁸ Dan ini terus dilakukan selama proses penelitian. Selanjutnya yakni berperan sambil mengumpulkan data

⁵⁷ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (edisi revisi), Bandung: Remaja Rosdakarya 2007), hal 136

⁵⁸ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (edisi revisi), Bandung: Remaja Rosdakarya 2007), hal 140

melalui wawancara, observasi, serta dokumentasi, foto, dan lain lain.

3. Tahap Analisa Intensif dan Analisa Data

Setelah peneliti mendapatkan data dari lapangan, kemudian peneliti melakukan penyajian data dengan mendeskripsikan proses dan hasil serta hasil analisis data.

Pelaksanaan penelitian ini melalui dibagi menjadi beberapa tahap: pertama, tahap penggalan data awal terhadap anak ADHD di Pacar Kembang Tambak Sari Surabaya, melalui teknik wawancara bersama orang tua dan keluarganya, kemudian mereduksi data tersebut. Kedua tahap penyajian data dan yang terakhir adalah kesimpulan tentang implementasi *play therapy* untuk mengurangi ADHD pada anak tersebut.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data sangat penting guna mendapatkan data. Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi adalah mengamati obyek penelitian secara langsung tanpa manipulasi baik dalam hal tempat, aktifitas maupun keadaan. Dalam melakukan observasi, teknik yang digunakan peneliti adalah observasi partisipatif atau partisipasi langsung pada objek dan metode. Tujuannya adalah untuk memperoleh data dari gerak tubuh subjek, intonasi bicara, dll, untuk mengetahui berbagai aspek

eksistensi internal subjek. Juga untuk mengobservasi secara Verbal (cara konseli berkomunikasi).

Teknik observasi yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan dua metode, yakni:

- a. *Participant Observation*. Yaitu peneliti melibatkan objek secara langsung dalam menggali data secara observasi berkala.
- b. *Non Participant Observation*, Yaitu tidak melibatkan objek penelitian secara berlangsung. Dalam proses pengumpulan data dapat diobservasi melalui kehidupan keseharian yang diperoleh melalui informasi orang-orang di sekitar individu.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode observasi partisipan dan observasi non partisipan. Observasi partisipan bertujuan untuk mengamati peristiwa alami yang terjadi di lapangan dan observasi non partisipan bertujuan untuk mendapat informasi dari orang disekitar konseli. Peneliti langsung mendatangi ke lokasi penelitian yaitu di Kelurahan Pacar kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya. Dalam teknik ini, peneliti sendiri berpartisipasi atau berinteraksi langsung dengan kegiatan subjek dengan mengumpulkan data secara sistematis dari data yang dibutuhkan. Berdasarkan fokus penelitian, peneliti mengamati hiperaktif konseli, dampak atau perilaku konseli dan penyebab hiperaktif konseli.

2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu, percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara atau orang yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara atau orang yang memberikan jawaban atas pertanyaan. Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan mengadakan komunikasi dengan sumber data dengan dialog tanya jawab secara lisan baik langsung maupun tidak langsung. Adapun jenis wawancara yang digunakan oleh peneliti adalah wawancara tak terstruktur, dimana dalam proses wawancara penulis tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya, pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.

Pada penelitian ini wawancara yang dilakukan peneliti berlangsung secara tidak terstruktur dan wawancara secara langsung dengan orangtua, keluarga dan kakak dari konseli. Alasan peneliti memilih orangtua, keluarga dan kakak konseli yaitu karena mereka yang setiap hari bertemu, berkomunikasi dengan konseli dan mengetahui perilaku serta kebiasaan konseli di rumah. Tujuan menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur, konseli, untuk membuat konseli lebih terbuka, tidak menyembunyikan situasi nyata, atau untuk menyenangkan pewawancara dengan cara seperti ini, maka akan diperoleh jawaban-jawaban spontanitas dari konseli.

3. Dokumentasi.

Tanzeh menjelaskan dalam bukunya Pengantar Metode Penelitian bahwa metode dokumentasi adalah mengumpulkan data dengan melihat atau merekam. Lampiran atau File laporan atau file yang sudah tersedia. Metode ini dilakukan dengan mengacu pada dokumen resmi seperti monografi, catatan, kartu pertunjukan, dan buku peraturan yang ada.⁵⁹

Dokumentasi adalah merupakan salah satu teknik pengumpulan data dengan cara menulis dan mencatat data atau dokumen yang sudah ada. Dokumentasi digunakan untuk menelaah history dari data seorang klien yang akan digunakan. Teknik dokumentasi dapat berupa peristiwa atau kejadian seorang klien, dan situasi sosial seorang klien yang sangat berguna untuk penelitian kualitatif. Menurut Yusuf, metode dokumentasi adalah teknik pengumpulan data melalui peninggalan-peninggalan atau arsip-arsip yang sangat terkait dengan permasalahan dalam penelitian yang dikaji.⁶⁰

F. Teknik Validitas Data

Uji validitas yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Melakukan Cek Ulang (*Re-checking*)

Proses cek ulang bertujuan untuk meninjau kembali data. Hal tersebut digunakan untuk meminimalisir kesalahan data yang diambil, apakah sudah valid atau belum. Pada umumnya melakukan

⁵⁹ Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009), hal. 66

⁶⁰ Iryana, *Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif* <https://osf.io>

cek ulang dilaksanakan pada pertengahan penelitian.⁶¹

Menurut Moloeng, pemeriksaan keabsahan data meliputi perpanjangan keikutsertaan, ketekunan pengamatan, pemeriksaan teman sejawat melalui diskusi, analisis kasus negatif, kecakupan referensial, pengecekan anggota, uraian rinci dan auditing.⁶²

2. Triangulasi

Moloeng menjelaskan bahwa triangulasi adalah teknik untuk memvalidasi data dengan cara mencocokkan atau membandingkan data untuk meningkatkan keabsahan data yang ada dengan sumber atau standar lain selain data.

Pada penelitian ini, triangulasi terbagi menjadi dua macam yaitu :

- a. Triangulasi sumber merupakan teknik pengecekan dengan membandingkan informasi dari subyek dengan informasi dari informan yang bertujuan agar data yang didapatkan dapat dipercaya, Karena data berasal dari satu sumber, tidak hanya subjek penelitian, tetapi juga beberapa sumber lain, seperti anggota keluarga dan teman, pernyataan subjek diambil agar data yang dikumpulkan dapat dipercaya.
- b. Triangulasi metode merupakan metode pengujian dengan membandingkan data hasil observasi dengan data hasil wawancara,

⁶¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hal. 271.

⁶²Lexy J. Moleong, *Metodelogi Penelitian Kualitatif*,(Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005) hlm.178

dengan isi dokumen yang relevan. Peneliti mencoba mengkaji data yang didapat pada proses wawancara.

Studi ini mendefinisikan triangulasi sebagai pemeriksaan data dari sumber lain. Triangulasi adalah penggabungan dua atau lebih sumber data untuk memperoleh informasi yang semakin komprehensif tentang fenomena yang akan diteliti. Triangulasi juga dapat dilakukan dengan memeriksa penelitian yang ditugaskan ke tim lain yang mengumpulkan data.⁶³

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses pengumpulan data secara sistematis untuk mempermudah peneliti dalam memperoleh kesimpulan. Analisis data menurut Bogdan dalam Sugiyono yaitu proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.⁶⁴

Analisis data kualitatif dilakukan dengan mengolah data, mengorganisasikannya, mengklasifikasikannya ke dalam unit-unit yang dapat dikelola, mensintesiskannya, menemukan dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan dipelajari, dan

⁶³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Hal 273-275.

⁶⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hlm. 334

memutuskan apa yang akan diceritakan kepada orang lain.⁶⁵

Miles dan Huberman mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh. Analisa data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Di dalam menganalisa data deskriptif kualitatif, yaitu dengan cara mendeskripsikan makna atau fenomena yang diperoleh peneliti, dengan menunjukkan bukti-bukti yang ada. Analisis data kualitatif bersifat induktif, yaitu analisis berdasarkan data yang diperoleh

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif komperatif. Teknik analisis deskriptif komperatif adalah sebuah teknik analisis data dengan cara mengumpulkan data kemudian dibandingkan antara teori dan praktik yang ada dilapangan. Teknik ini bertujuan untuk mencari jawaban secara mendasar mengenai sebab-akibat munculnya fenomena atau masalah tersebut.

Analisis data dapat dilakukan setelah peneliti mengumpulkan data. Penelitian ini bersifat studi kasus, oleh karena itu analisis deskriptif kualitatif yang digunakan untuk analisis data dalam penelitian ini, dapat di pahami sebagai proses pemecah masalah yang

⁶⁵ Lexy J. Moleong, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005) hlm.248

diselidiki, dengan melihat atau menjelaskan keadaan objek penelitian berdasarkan fakta yang terjadi.⁶⁶

Proses analisis data dilakukan secara deskriptif, yaitu data hasil wawancara, dan observasi akan dianalisis dan akan dipaparkan ke dalam bentuk deskriptif.



⁶⁶ Hadari Nawawi, Dkk, *Penelitian Terapan*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1996), hal. 73.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Pelitiaan yanag dilaksanakan di Kelurahan Pacar Kembang yang berada di Kecamatan Tambak Sari Surabaya lebih tepatnya di RT 02 RW 09. Alamat tersebut merupakan kediaman konseli yang akan diteliti. Kelurahan Pacar kembang memiliki batas-batas sebagai berikut:

Tabel 4.1
Batas-batas Kelurahan Pacar Kembang

Timur	Kelurahan Kalijudan
Barat	Kelurahan Pacar keling
Utara	Kelurahan Karang Menjangan
Selatan	Kelurahan Karang Empat

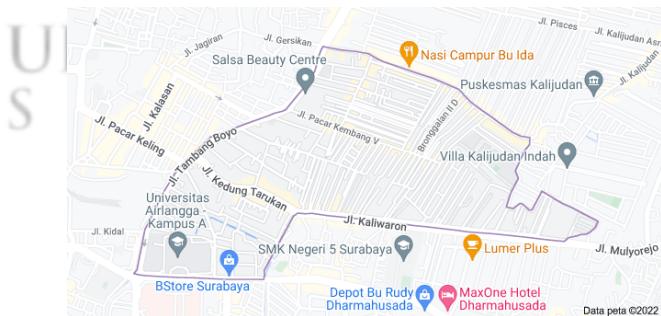
Menurut Data Disdukcapil Semester 2 tahun 2021 Desa Pacar Kembang ini memiliki penduduk sekitar 39.894 jiwa. Masyarakat kelurahan Pacar Kembang termasuk masyarakat yang mayoritasnya beragama Islam. Masyarakat kelurahan Pacar Kembang dikenal

sebagai penganut agama yang taat, pada ajaran agamanya. Ajaran Islam telah mengakar dan menjadi tradisi dalam pranata sosial masyarakat pada umumnya, sehingga segala aktifitas kehidupan beragama dalam masyarakat selalu mencerminkan nilai-nilai agama.

Hal ini terlihat jelas dengan kegiatan keagamaan yang dilakukan oleh masyarakat kelurahan Pacar Kembang, seperti pengajian umum yang diadakan pada hari besar Islam. Misalnya memperingati Isra' Mi'raj, Maulud Nabi, Pengajian Ibu-Ibu yang diadakan satu bulan sekali, warga daerah setempat sering berangkat ke masjid untuk sholat bersama, dan anak-anak setiap sore hari pergi untuk mengaji. Kelurahan Pacar Kembang memiliki fasilitas, sekolah, pertokoan, masjid, kuburan, jalan raya.⁶⁷

Berikut dilampirkan peta Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya.

Gambar 4.1
Denah Kelurahan Pacar Kembang



⁶⁷ Hasil observasi dan wawancara dengan nenek konseli di rumah konseli pada 30 Oktober 2021

2. Deskripsi Konselor

a. Biodata Konselor

Konselor merupakan seseorang yang mendampingi dan mengarahkan konseli dalam menyelesaikan permasalahannya. Dalam penelitian ini konselor merupakan seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Berikut merupakan tabel biodata dari konselor yang melaksanakan terapi pada penelitian ini.

Tabel 4.2

Biodata Konselor

1.	Nama	Ayu Dianggi
2.	Jenis kelamin	Perempuan
3.	TTL	Surabaya, 08 April 2000
4.	Anak ke	1
5.	Berat Badan	80 Kg
6.	Tinggi badan	163 Cm
7.	Alamat	Perum Graha Mulya indah. Bulakrejo. Sukoharjo. Jawa Tengah
8.	Agama	Islam

b. **Pengalaman Konselor**

Konselor merupakan sebuah profesi yang dilakukan oleh seseorang yang ahli dalam bidang konseling. Pengetahuan serta praktek dasar dalam ilmu konseling dipelajari dalam jenjang perkuliahan yang diampu oleh konsentrasi konseling. Pada mata kuliah tersebut, konselor pernah praktek melakukan konseling individu dan konseling kelompok.

Selain itu konselor juga telah menempuh mata kuliah *Appraisal Konseling*. Konselor diajarkan melakukan penelitian dari perilaku seseorang yang hasilnya dijadikan dalam bentuk buku. Selain itu ada banyak lagi mata kuliah yang telah ditempuh konselor, seperti *Teori Teknik Konseling*, *Konseling Pesantren*, dan sebagainya.

Selain pernah menempuh beberapa mata kuliah konselor juga pernah melaksanakan *Kuliah Kerja Nyata Berbasis Riset* yang membuat jurnal dengan judul “*Biblioterapi Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Saat Pandemi*” dan konselor juga pernah melaksanakan *Praktek Pengalaman Lapangan* di Dinas *Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana* kota Nganjuk diluar kampus konselor juga meenjadi pengajar les privat di salah satu lembaga les Privat di Surabaya .

3. Deskripsi Biodata Konseli

DA (nama samaran) adalah seorang klien yang saat ini duduk di bangku sekolah dasar dan dia sangat sulit untuk berkonsentrasi konseli juga sering mengganggu teman-temannya saat pelajaran di kelas berlangsung. Tak hanya mengganggu temannya,

koseli juga mengganggu kakak dan adiknya disaat fokus untuk melakukan sesuatu. Sejak belum memasuki sekolah, ibu konseli sadar bahwa dia sulit untuk berkonsentrasi. Konseli lahir di Surabaya pada tanggal 27 Maret 2015 dan juga seorang muslim.⁶⁸

4. Latar Belakang Konseli

Konseli adalah anak kedua dari empat bersaudara. Ia mempunyai keluarga yang terdiri dari Ayah, Ibu, Kakak, Konseli dan dua adiknya. Keluarga konseli merupakan keluarga yang harmonis. Dapat dilihat ketika mereka seringkali bercanda satu sama lain ketika mengunjungi rumah konseli. Ayahnya merupakan seorang pegawai swasta, ibunya merupakan seorang ibu Rumah tangga, kakaknya seorang mahasiswa, sementara DA sendiri merupakan seorang siswa. Konseli lahir di Surabaya, dibesarkan di Nganjuk dan pindah ke Surabaya dikarenakan ikut ayahnya yang di pindahkan tugas kerjanya. Kedekaan konseli dengan kedua orang tua dan kakaknya terjalin sangat baik.⁶⁹

5. Kepribadian Konseli

Dari pengamatan peneliti dan juga pendapat orang terdekat bahwa konseli sejak kecil merupakan anak yang aktif dan tidak bisa diam, menurut cerita dari ibu konseli pada saat konseli sekolah di taman kanak-kanak dia sering berkeliling untuk mengunjungi temanya yang ada di dalam kelas dan mengajak bermain. Seringkali konseli mengaji dengan kakeknya ia tidak bisa diam,

⁶⁸ Hasil wawancara dengan konseli, pada tanggal 16 Nopember 2021 di rumah konseli.

⁶⁹ Hasil wawancara dengan ibu konseli, pada tanggal 14 Nopember 2021 di rumah konseli.

mulai dari menggerakkan tangannya, membuat mainan benda disekitarnya, pernah suatu ketika konseli di tegur agar diam dan dia menyembuyikan tangannya dibawah meja agar dia tidaak ditegur jika bergerak jemarinya memainkan sesuatu. Bahkan hingga saat ini pun, jika konseli sedang belajar tidak bisa fokus dan diam, dalam waktu kurang dari 10 menit konseli konseli bisa saja membuat tangannya beregerak memainkan bolpoint dan berusaha untuk bangun dan nantinya akan kembali untuk belajar lagi.

6. Deskripsi Masalah Konseli

Masalah merupakan suatu persoalan atau penyimpangan yang tidak seharusnya terjadi dalam kehidupan manusia. Masalah sering kali menghambat suatu teori, praktek maupun sebuah pelaksanaan tertentu di kehidupan manusia. Sebuah permasalahan dapat diselesaikan dengan solusi yang berhubungan dengan sebuah masalah yang terjadi. Tidak semua manusia dapat menyelesaikan ataupun memperbaiki permasalahannya tanpa bantuan orang lain. Karena pada dasarnya manusia merupakan mahluk sosial yang membutuhkan orang lain untuk hidup.

Permasalahan yang dialami oleh klien yang bernama DA merupakan permasalahan personal yakni berasal dari dirinya sendiri yang dapat didapat oleh faktor gen dan lingkungan. DA merupakan seseorang yang sulit untuk fokus atau sulit untuk memusatkan perhatiannya. Masalah yang muncul dalam kehidupan harus segera diselesaikan agar tidak membebani pikiran dan menghambat perkembangan individu. Sehingga konseli mudah merasa lelah dan sulit untuk

menyelesaikan suatu hal dalam dalam waktu yang singkat. ADHD yang dialami oleh DA.⁷⁰

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Penelitian Terapi Cognitive Behavior Play Therapy Untuk Mengurangi Attention Deficit Hypereactivity Disorder di Kelurahan Pacar Kembang Kec. Tambak Sari Kota. Surabaya.

Sebelumnya konselor memberikan penjelasan kepada konseli perihal waktu, dan tempat yang akan dipilih untuk proses terapi. Hal itu bertujuan supaya konseli merasa nyaman terhadap proses terapi tersebut.

a. Waktu

Kesepakatan waktu yang terbentuk adalah seminggu satu kali pertemuan, dan dilaksanakan selama delapan minggu. Konselor juga menjelaskan bahwa dalam waktu tiga minggu tersebut konselor tidak hanya bertemu dengan konseli saja, melainkan bisa dengan orang-orang terdekat dari konseli, seperti anggota keluarga.

b. Tempat

Tempat yang digunakan dalam prosesterapi ini berada di rumah konseli. Konseli meminta seluruh alur prosesnya berada di rumah konseli, dikarenakan konseli merasa paling nyaman ketika berada dirumahnya sendiri.

⁷⁰ Hasil wawancara dengan ibu dan kakak konseli, pada tanggal 14 Nopember 2021 di rumah konseli.

2. Tahap Proses Terapi

- a. Tahap Awal : Pada tahap ini, tahap yang dilakukan peneliti yang sekaligus seorang konselor adalah mengidentifikasi permasalahan yang dialami konseli.
- b. Tahap Pertengahan : Setelah mengetahui permasalahan yang dialami konseli, konselor menetapkan treatment yang akan dipakai dan menerapkan treatment tersebut.
- c. Tahap Akhir : Setelah melaksanakan treatment, konselor melaksanakan evaluasi dan follow up. Tahap ini bertujuan mengetahui hasil dari treatment tersebut dan menindaklanjuti permasalahan permasalahan yang masih ada.

Berikut ini adalah langkah-langkah pelaksanaan terapi sesuai prosedur dalam bimbingan konseling Islam:

a. Identifikasi Masalah

Konselor menggali data yang dibutuhkan. Konselor menggali data dari konseli dan *significant other*. Untuk memperoleh data tentang konseli, konselor menggali data tentang konseli dengan teknik wawancara. Konselor juga mewawancarai *significant other*. Konselor juga melakukan observasi atau pengamatan terhadap perilaku-perilaku yang tampak pada konseli.

Setelah itu, konselor mengulas kembali permasalahan yang ada pada konseli secara detail.

Konselor menanyakan beberapa pertanyaan kepada konseli terkait apa dirasakan saat tidak bisa fokus. Dari pernyataan konseli, dia terbiasa bahkan bukan hal serius jika konseli sering tidak bisa diam dan mulai menggerakkan bagian tubuhnya.

Akibatnya ia sering dianggap tidak bisa diam dalam waktu yang sedikit lebih lama daripada anak-anak yang lain,. Bentuk-bentuk hiperaktif yang dilakukan konseli merupakan menggerakkan apapun pada bagian tubuhnya terkadang saat melakukan suatu pekerjaan konseli meninggalkannya hanya untuk berjalan tanpa ada kepastian dengan apa yang akan dilakukannya.

Dari penyatan konseli, konselor dapat menggali lebih lanjut terkait penyebab-penyebab konseli terdapat hiperaktif. Selain itu konselor juga menggali informasi kepada orang terdekat konseli atau *significant other*. Berikut ini hasil wawancara terhadap konseli dan *significant other*.

1) Data bersumber dari konseli.

Konselor menanyakan beberapa hal kepada konseli tentang apa yang dia rasakan selama ini. Apa akibat yang dirasakan jika dia sering tidak fokus dan bangun dari tempat duduknya tanpa sebab. Dan apa yang diinginkan oleh konseli tentang kebiasaannya yang hiperaktif.

Berdasarkan dari jawaban-jawaban konseli, dia tidak merasakan ada yang tidak sesuai dengannya. Tetapi konseli juga merasa

bahwa lama-lama Konseli merasa capek dengan hiperaktif dan menyebabkan apa yang dilakukannya tidak cepat selesai. Dari hal tersebut, konseli ingin mengurangi hiperaktif yang ada pada dirinya.⁷¹

2) Data Bersumber dari Keluarga Konseli

D merupakan ibu dan salah satu anggota keluarga yang dekat dengan konseli. Dia menyatakan bahwa konseli sejak kecil selalu aktif dan ibunya menganggap bahwa konseli tidak memiliki rasa capek. Konseli sampai saat ini menurutnya tetap sama seperti dulu. Sejak dulu ibunya berusaha untuk menasehatinya agar diam tetapi perbuatannya tidak bisa di kurangi jadi dibiarkan saja dengan ibunya, sehingga menjadikan kebiasaan menurut keluarga konseli.

b. **Diagnosis**

Setelah mengidentifikasi masalah pada konseli, maka konselor dapat mengambil kesimpulan. Konseli mempunyai kebiasaan tidak bisa diam, susah untuk mengendalikan dirinya, serta seringkali susah untuk fokus. Berikut ini merupakan faktor yang ada pada anak hiperaktif :

- 1) Konseli sering meninggalkan ibunya saat diajak bicara.
- 2) Konseli sering menjawab saat diajak bicara dan yang bicara belum selesai.

⁷¹ Hasil wawancara dengan konseli pada 17 Oktober 2021

- 3) Konseli saat duduk tangannya selalu memainkan atau membolak-balikkan hpnya.⁷²

c. Prognosis

Setelah mengetahui penyebab-penyebab dari permasalahan yang dialami konseli, maka konselor melanjutkan langkah berikutnya. Konselor melaksanakan tahap prognosis, yaitu menetapkan *treatment* yang akan diberikan kepada konseli. *Treatment* yang diberikan menyesuaikan dari permasalahan yang dialami konseli. Konselor menetapkan terapi yang paling sesuai untuk mendapatkan hasil yang maksimal untuk menghadapi permasalahan-permasalahan tersebut.

Pada tahap prognosis konselor menetapkan menggunakan Terapi Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT). Peneliti menggunakan Terapi Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT) dikarenakan, dengan menggunakan terapi ini diharapkan dapat merubah kebiasaan hiperaktif konseli dan dapat mengontrol dirinya. Kebiasaannya itu merupakan kebiasaan negatif yang dapat merugikan dirinya, serta memberi pengaruh jelek di lingkungan sosialnya. Konseli berharap dengan adanya Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT) tersebut konseli dapat mengendalikan dirinya. Konselor memberikan Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT) (bermain), agar proses konseling lebih efektif. Dalam Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT),

⁷² Hasil wawancara dengan ibu konseli pada 4 Oktober 2021

dalam terapi ini konselor dan konseli menjalani kegiatan konseling secara bertahap dan konsisten.

d. *Treatment* atau terapi

Setelah menentukan treatment yang diberikan kepada konseli, maka tahap berikutnya yaitu treatment itu sendiri. Treatment disini bisa disebut dengan terapi. Pengertiannya adalah suatu bentuk kegiatan dalam sesi konseling untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami konseli.

Terapi Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT) yang dilakukan pada klien yang sedang ditangani merupakan bentuk dari konseling individu. Konseling individu yang dimaksud merupakan praktik konseling yang dilakukan secara tatap muka secara berkala dengan klien yang dilakukan oleh konselor. Yang bertujuan untuk mengembangkan pribadi klien dalam mengani masalah yang sedang dialami dan sebagai bentuk dari perbaikan diri klien untuk menjadi lebih baik pasca permasalahan yang sedang dialami.⁷³ Dimana konseling individu dengan teknik terapi Cognitive Behavior Play Therapy mempunyai tujuan agar dapat membentuk sebuah perubahan yang nampak pada ADHD yang dialami oleh klien sebagaimana bentuk dari salah satu manfaat Cognitive Behavior Play Therapy. Disamping sebagai cara penyembuhan, terapi Cognitive Behavior Play Therapy juga memberikan banyak dampak positif yang dihasilkan diantaranya, Cognitive Behavior

⁷³ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual* (Bandung: Alfabeta, 2011.)

Play Therapy dapat menjadikan konseli lebih bisa mengendalikan shiperaktif yang ada pada dirinya, konseli lebih bisa fokus dan dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan rasa tenang. Terdapat beberapa tahapan yang dilakukan pada saat prosesi konseling dengan teknik Cognitive Behavior Play Therapy. Diantaranya :

- 1) **Tahapan pertama** : konselor pada tahapan pertama konselor mengidentifikasi masalah dan setelah itu konselor menjelaskan kepada konseli mengenai pengertian dan definisi dari praktik konseling yang akan dilaksanakan menggunakan teknik Cognitive Behavior Play Therapy dan diharapkan konseli juga dapat menjabarkan permasalahan yang dialaminya kepada konselor secara rinci.
- 2) **Tahapan kedua** : konselor diharapkan memahami dan menerima bagaimanapun kondisi klien atas permasalahan yang sedang dialaminya. Konselor juga harus dapat memberi dukungan secara berkala agar konseli tidak terlalu terpuruk dengan kondisi yang dialami dan dapat bangkit sehingga proses konseling dapat berjalan secara lancar.
- 3) **Tahapan ketiga** : yaitu tahapan inti bahwa konseli diharapkan mampu menjalani teknik konseling Cognitive Behavior Play Therapy dengan lancar sehingga terdapat perubahan yang signifikan terhadap permasalahan yang

sedang dialami untuk mengarah ke perbaikan diri yang lebih positif.

Berikut ini adalah langkah langkah pelaksanaan terapi sesuai prosedur dalam bimbingan konseling Islam penerapan yang dilakukan dalam menjalankan konseling dengan teknik Cognitive Behavior Play Therapy terdiri dari beberapa tahapan diantaranya :

- 1) **Tahapan Pertama:** Konselor mengarahkan konseli (klien) untuk mempersiapkan diri dengan cara mandi dengan bersih dan dilanjut untuk berwudlu. Hal tersebut dilakukan sebagai upaya agar konseli dapat lebih konsentrasi terhadap konseling yang akan dilakukan.
- 2) **Tahapan Kedua :** konseli ditempatkan pada tempat praktik konseling yang bersih dan nyaman. Hal tersebut merupakan penunjang agar terapi yang dilakukan berjalan lancar sehingga hati dan pikiran konseli menjadi nyaman.
- 3) **Tahapan ketiga** konselor mengarahkan konseli untuk membaca *basmalah* seelah itu, konseli diminta untuk memilih permainan kognitif apa yang akan dilakukan nantinya dalam bimbingan konselor. Hal ini bertujuan agar terapi Cognitive Behavior Play Therapy yang dilakukan konseli dapat berkenan dan mendapat hasil yang positif bagi konseli dalam hati dan pikirannya. Konseling

menggunakan terapi Cognitive Behavior Play Therapy ini dilakukan kurang lebih 30 menit dalam setiap terapi.

e. Evaluasi dan *follow up*

Evaluasi merupakan tahap dimana konselor melihat apakah ada perubahan pada diri konseli. Pada tahap ini konselor dapat mengetahui sejauh mana keberhasilan proses konseling dengan menggunakan *Cognitive Behavior Play Therapy* untuk mengurangi hiperaktif pada anak.

Setelah melakukan sesi proses konseling yang dilakukan antar konselor dan konseli. Terdapat perubahan yang nampak pada diri konseli. Perubahan ini terus dipantau oleh keluarga konseli dimana ibu dan kakak konseli tersebut diminta konselor untuk melakukan pengamatan terhadap konseli. Meskipun perubahan ini tidak menghasilkan perubahan yang total namun perubahan ini dapat mengubah hiperaktif konseli secara bertahap.

Dengan demikian konseli terus dilatih agar dapat menghasilkan proses konseling semaksimal mungkin. Konselor juga memberi pengarahan terhadap keluarga konseli agar terus memantau perkembangan konseli dan juga agar tetap konsisten dengan terapi yang diaplikasikan. Karena selain dari konseli sendiri, pihak pendukung dari keluarga terdekat juga sangat mempengaruhi perubahan konseli.

Adapun perubahan konseli sebelum dan sesudah dilakukannya proses konseling diantaranya:

1) Kondisi konseli sebelum dilakukannya terapi.

Konseli selalu menjawab ibunya disaat ibunya masih berbicara dengannya. Konseli seperti menyepelekan dan tidak menghormati lawan bicaranya. Konseli juga saat diajak bicara dengan kakaknya seringkali tidak jenak dan beranjak untuk pergi dan kembali. Menurut kakak konseli, ketika dirumah seringkali tidak mengikuti intruksi deengan bbaik saat di mintai tolong kakaknya dalam menjalankan apapun kegiatan rumah. Terlihat dari tingkah laku konseli yang sering memainkan tangannya. Sehari-harinya ketika melakukan sebuah pekerjaan juga tidak dapat maksimal. Ketika berinteraksi dengan orang di sekitarnya maupun dengan orang baru sangat merasa kurang nyaman.

2) Kondisi konseli setelah diberikan terapi.

Konseli memiliki perubahan dalam tingkah laku yang baik dan segala perubahan dari dalam dirinya mulai meningkat. Konseli mulai terbiasa mendengarkan orang yang diajaknya bicara dan lebih bisa menontrol dirinya dalam berinteraksi meskipun belum maksimal. Apabila terdapat waktu senggang konseli juga banyak mempraktekkan *Cognitive Behavior Play Therapy*. Hal tersebut dibuktikan ketika ibu dan kakaknya menceritakan hal-hal yang menyenangkan ketika konseli dirumah sudah mulai mengikuti intruksi dengan baik saat di mintai

tolong kakaknya dalam menjalankan kegiatan rumah dan kegiatan apapun.⁷⁴

3. Hasil penerapan Cognitive Behavior Play Therapy unuk mengurangi Attention Deficit Hypereactivity Disorder di Kelurahan Pacar Kembang Kec. Tambak Sari Kota. Surabaya.

Konselor melalui penelitian terhadap konseli yang mengalami hiperaktif dan kesulitan memusakan pikiran dan diterapi menggunakan teknik Cognitive Behavior Play Therapy melakukan wawancara setiap dua minggu sekali di akhir pekan dan melakukan evaluasi terhadap kesan yang diterima dan didapat oleh konseli selama proses konseling berlangsung. Hasil dari wawancara konselor terhadap ibu konseli DA diantaranya:

- a. Proses konseling yang dilakukan tanggal 4 Oktober - 26 Desember 2021 pada pukul 09.00 di kediaman konseli. Kegiatan konseling selama sepekan diawali dengan pembukaan, terapi inti dan juga penutupan.

Hasil wawancara dengan ibu konseli yang telah dilaksanakan kegiatan konseling selama sepekan dengan DA selaku konseli, dan ibu konseli berkata bahwa *“Saya belum merasakan ada yang berubah pada pada diri anak saya, akan tetapi yang saya lihat, anak saya mulai bisa menahan tubuhnya agar tidak bergerak dan mulai untuk fokus lagi dengan apa yang dikerjakan*

⁷⁴ Hasil wawancara dengan ibu konseli pada 07 Nopember 2021 di kediaman konseli.

setelah dia terganggu dengan suara adik-adiknya saat belajar ”.⁷⁵

Perkataan ibu konseli (DA) tersebut merupakan salah satu bukti bahwa terapi *Cognitive Behavior Play Therapy* memberikan bantuan konseli untuk lebih memusatkan perhatiannya terapi ini memiliki energi positif untuk konseli. Hal tersebut sesuai dengan amalan doa berikut yang berbunyi :

أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيْطَانِ وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ
أَنْ يَحْضُرُونِ

Yang artinya: " Aku berlindung kepada-Mu ya Allah dari gangguan setan. Aku juga berlindung kepada-Mu dari kepungan mereka."⁷⁶

- b. Proses konseling yang dilakukan tanggal 4 Oktober - 26 Desember 2021 pada pukul 14.00 bertempat di kediaman konseli. Akhir dari proses konseling yang dilakukan tersebut yaitu evaluasi setiap dua pekan bersama konseli dan ibu konseli yang membahas tentang perubahan atas konseling yang dilakukan selama dua minggu.

Konseli (DA) menyampaikan bahwa: "Alhamdulillah mbak seiring bertambahnya waktu anak saya untuk melakukan terapi ini, saya merasa bahwa anak saya mulai bisa sabar untuk mendengarkan lawan bicaranya, saat saya

⁷⁵ Wawancara yang dilakukan oleh konselor kepada konseli pada 17 Oktober 2021 pada pukul 11.00 di kediamannya Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya.

⁷⁶ Baiquni, Ahmad. *Agar Pikiran Fokus, Amalkan Doa Ini.* (Desember 2021). <https://www.dream.co.id/stories/agar-pikiran-fokus-amalkan-doa-ini-211215b.html>

nasaehati juga dia berusaha diam tidak meninggalkan saya dan tidak memotong pembicaraan saya. Anak saya di sekolah masih mengganggu tamannya saat pelajaran tetapi tidak sesering sebelumnya”

Perkataan ibu konseli (DA) tersebut merupakan curahan atas perubahan dalam diri anaknya yang sedang dialaminya. Konseling terapi *Cognitive Behavior Play Therapy* menurutnya sangat memberikan pengaruh positif untuk anak dan lingkungannya.

Hal tersebut dijelaskan oleh Allamah Sayyid Abdullah bin Alawi Al-Haddad dalam kitab berjudul *Risâlatul Mu'âwanah wal Mudhâharah wal Muwâzarah* (Dar Al-Hawi, 1994, hal. 83) yaitu:

واصغ إلى حديث من حدثك ولا تقطن على أحد كلامه
إلا إن كان من الكلام الذي يسخط الله كالغيبة...

Yang artinya : “*Dengarkanlah hadits orang yang meriwayatkannya kepadamu, dan jangan menyela perkataan siapapun kecuali jika itu adalah salah satu perkataan yang membuat Allah murka, seperti ghibah.*”⁷⁷

⁷⁷ Pane, Abu Sahma. *Larangan Memotong Omongan Orang Lain*. (Oktober 2019) pukul 12:10.
<https://muslim.okezone.com/read/2019/10/10/330/2115124/larangan-memotong-omongan-orang-lain-ini-adab-berbicara-dalam-islam>

Terdapat beberapa masalah dalam kehidupan seseorang. Diantaranya dia telah mencela ataupun memotong pembicaraan orang lain. Solusi dari segala permasalahan hidup dapat untuk terus bangkit dan berusaha, mengambil hikmah di setiap kejadian maupun permasalahan. Segalanya dikembalikan kepada Sang pencipta bahwa apapun yang terjadi pada kehidupan kita merupakan kekuasaan atas kehendak-Nya.

- c. Proses konseling yang dilakukan pada tanggal 4 Oktober sampai pada tanggal 26 Desember 2021 bertempat di kediaman konseli (DA). Pada evaluasi akhir pekan tersebut konselor dan ibu konseli melakukan sesi wawancara untuk mengetahui hasil proses konseling yang dilakukan selama empat pekan. Menurut ibu konseli (DA), konseling diberikan Cognitive Behavior Play Therapy ini sangat berpengaruh baik bagi anaknya. Ibu DA merasa bahwa anaknya merasa lebih sabar, lebih bisa menahan dirinya.

Ibu DA berkata bahwa *“Sebelumnya anak saya juga sering melakukan banyak permainan, tetapi saya biasa-biasa saja tidak merasakan perubahan apapun, mungkin saya kurang memahami dan mendalami makna dan manfaat dari Cognitive Behavior Play Therapy ini. Setelah dibimbing oleh mbak Anggi dan mulai bisa melakukan kegiatn rutin ini, anak saya menjadi lebih terarah, sehingga saya merasakan bahwa terdapat perubahan dari anak saya meskipun masih ada hiperaktif yang di lakukan. Yang awalnya anak saya suka menjawab saat saya nasehati ini dia lebih diam dan mendengarkan. Di*

saat sekolah leih fokus dengan gurunya dan tidak mengganggu teman-temannya ”

Perkataan ibu konseli tersebut merupakan perubahan yang ada pada anaknya yang memberikan dampak yang positif untuk anaknya. Bahwa anaknya saat disekolah mulai memperhatikan gurunya dan mengerjakan tugas-tugasnya dengan baik.

- d. Konseling yang dilakukan pada tanggal 4 Oktober sampai pada tanggal 26 Desember 2021. Diperoleh dari hasil evaluasi yang dilakukan pada akhir proses konseling bahwa konseli (DA) setelah rutin dalam pemberian Cognitive Behavior Play Therapy dalam hiperaktif lebih bisa mengontrol dirinya dengan kondisinya sekarang. Ibu konseli DA mendalami dirinya sendiri bahwasannya mungkin Allah SWT memberikan ini untuk dirinya itu menjadikan dia manusia yang spesial dan harus selalu bersyukur.

Seperti yang dikatakan oleh Ibu konseli DA bahwa *“Saya lebih bisa berpasrah diri terhadap apa yang diberikan Allah SWT terhadap saya, rizri yang istimewa melalui saya dengan hiperaktif ini, saya juga lebih bisa bersyukur atas segala sesuatu yang ada dihidup saya.”*

Dari apa yang disampaikan ibu konseli, bahwa apa yang dimiliki konseli bukna sesuatu hal yang dijadikan sebagai kekurangan keluarga dan ini adalah sebuah rizki yang harus dijaga baik anak yang memiliki ADHD atau yang tidak.

- e. Proses konseling menggunakan teknik *Cognitive Behavior Play Therapy* sebagai bentuk penguraan Perilaku dan penyembuhan bagi anak hiperaktif yang dilakukan pada tanggal 4 Oktober - 26 Desember 2021 dilakukan di kediaman konseli (DA). Evaluasi akhir yang dilakukan pada akhir pekan mempunyai hasil bahwa ibu konseli DA merasa bahwa hiperaktif yang diderita anaknya berangsur-angsur membaik, perbuatan perilaku hiperaktif tak bisa diamnya dan emosinya dapat terkontrol dengan baik sehingga perubahan dalam anaknya benar-benar sangat baik dan dapat dirasakan.

Ibu konseli DA juga mengakui bahwa teknik *Cognitive Behavior Play Therapy* yang dilakukannya dapat membawa pengaruh positif bagi anaknya dan juga lingkungan sekitarnya. Dengan menjadikan anaknya lebih baik dari sebelumnya, yang bisa lebih mengontrol dirinya sendiri, tidak mengganggu teman-temannya dan mulai bisa mengerjakan tugas dengan benar sesuai perintah dan tanpa pergi dari tempat duduknya sampai tugas DA selesai. Ibu konseli merasa bahwa dirinya saat menyampaikan sesuatu mulai didengar dengan anaknya dan tidak memotong pembicaraanya.

Ibu konseli DA mengatakan bahwa *“Terima kasih mbak sudah diberi bantuan berupa terapi yang diberikan kepada anak saya, walaupun anak saya belum sembuh total tapi saya merasa kalo ada perubahan yang ada pada diri anak saya. Anak saya lebih bisa mengontrol dan menahan diri. Saya juga baru tahu jika ada terapi seperti*

ini. Semoga saya bisa tetap mempaktekan ke yang lainnya.”

Apa yang disampaikan ibu konseli adalah sebuah hasil yang baik untuk anaknya dan lingkungannya, melalui teknik *Cognitive Behavior Play Therapy* yang telah diberikan dan sebuah teknik yang bisa di sampaikan kepada yang lainnya untuk anak yang sama dengan DA. Menjadikan keadaan pribadi anak lebih baik lagi.

C. Pembahasan Hasil Akhir (Analisis Data)

1. Perspektif Teori

a. Analisis Proses

Dalam proses konseling ini, konselor menggunakan lima tahapan yang nantinya akan dilaksanakan dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh konseli. Diantaranya adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan *follow up*.

Dengan terlaksananya lima tahapan tersebut, maka peneliti dapat menjelaskan data dan proses konseling secara deskriptif dan sistematis dalam bentuk tabel.

**Tabel 4. 3 Pemaparan Langkah-Langkah
Konseling Berdasarkan Teori dan Praktik
Lapangan**

No	Teori Konseling	Praktik Lapangan
1.	Identifikasi masalah	<p>Konselor juga melakukan sesi wawancara pada konseli terkait bagaimana dan apa yang dirasakan saat konseli tidak bisa diam, saat menjawab pembicaraan lawan bicaranya dan saat dia tidak bisa mengerjakan instruksi dari orang sekitar. pertanyaan tersebut dilontarkan agar konselor memahami seberapa jauh hal ataupun peristiwa yang dapat diingat oleh konseli. Konseli menjawab semampu dirinya dengan jawabannya bahwa dia tidak merasa ada yang salah pada dirinya dan dia sudah melakukan instruksi dengan maksimal. Dari jawaban konseli tersebut, konselor menarik sebuah kesimpulan bahwa hiperatif yang menyebabkan konseli tidak bisa tenang, selalu menjawab lawan bicaranya</p>

		dan tidak maksimal dalam melakukan instruksi dari orang sekitarnya.
2.	Diagnosis	Konseli memiliki permasalahan pada dirinya sendiri yaitu hiperaktif yang dialami. Konseli sering kali memotong pembicaraan dengan lawan bicaranya, konseli juga sering tidak memperhatikan dan melaksanakan perintah yang diberikan dengan baik. Terkadang konseli tidak menyimak topik yang sedang dibahas tetapi dia sibuk dengan memainkan jarinya, saat fokus konseli juga susah untuk fokus kembali saat menapatkan gangguan dari luar dan konseli sering sekali mengganggu kakak, ibu bahkan teman-teman yang ada disekitarnya sehingga menjadikan lingkungannya kurang nyaman.
3	Prognosis	Pada tahap prognosis ini konselor mengambil

		kesimpulan untuk menggunakan <i>Cognitive Behavior Play Therapy</i> . Peneliti menggunakan <i>Cognitive Behavior Play Therapy</i> untuk mengurangi ADHD pada anak hiperaktif.
4	<i>Treatment</i> atau terapi	Pada tahap terapi ini konselor menggunakan <i>Cognitive Behavior Play Therapy</i> dikarenakan dengan menggunakan terapi ini dapat membuat suasana kehidupan konseli menjadi lebih baik. Hal tersebut sangat berhubungan dalam konseli juga fokus kepada. Dalam terapi ini konselor dan konseli menjalani kegiatan konseling secara bertahap dan konsisten.
5	Evaluasi atau <i>follow up</i>	Konseli memiliki perubahan dalam tingkah laku dan segala perubahan dari tubuhnya mulai meningkat. Konseli mulai

	 <p data-bbox="246 989 873 1117">UIN SUNAN AMPEL SURABAYA</p>	<p data-bbox="694 151 1064 885"> terbiasa lebih tenang saat mengerjakan tugas, konseli juga mulai tidak terganggu dan cepat fokus saat mendapat gangguan dari luar, serta konseli lebih baik dalam melaksanakan instruksi yang diberikan. Menurut ibu konseli, ketika berkomunikasi biasanya dia menjawab saat orang lain belum menyelesaikan pembicaraannya setelah diberi terapi tersebut, konseli menjadi lebih bersabar dan mulai menjawab saat lawan bicaranya selesai berbicara. </p> <p data-bbox="694 893 1064 1189"> Apabila terdapat waktu senggang konseli juga melaksanakan <i>Cognitive Behavior Play Therapy</i> yang sudah diajarkan. Konseli juga sedikit mengalami perubahan hiperaktifnya. </p> <p data-bbox="694 1197 1064 1404"> Hal tersebut dibuktikan ketika ibu dan kakaknya menceritakan hal-hal yang menyenangkan tentang konseli yang dapat mendengarkan orang lain, </p>
--	--	--

		<p>melaksanakan dengan baik tugas yang dibererikan, dan dapat menahan dirinya untuk tidak merasa ingin segera meninggalkan tempat duduknya. Selanjutnya perubahan tersebut akan dipantau terus menerus melalui keluarga atau orang terdekat konseli.</p>
--	--	--

b. Analisis Hasil

Analisis Hasil dari *Cognitive Behavior Play Therapy* untuk mengurangi ADHD di Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya. Peneliti yang sekaligus menjadi konselor menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Data yang didapatkan peneliti dari lapangan kemudian di analisa, dengan cara menjelaskan masalah yang ada sesuai kenyataan dengan mendeskripsikan perubahan pada konseli sebelum dan sesudah dilakukan proses terapi.

Berikut merupakan pemaparan hasil perubahan yang dialami oleh konseli pada saat sebelum dan sesudah dilaksanakan *treatment* :

Tabel 4. 4 Kondisi Konseli Sebelum dan Setelah Pelaksanaan Terapi

No.	Sebelum dilakukan proses terapi	Sesudah dilakukan proses terapi
1.	Konseli selalu menggerakkan tubuhnya	Konseli lebih bisa mengendalikan dirinya
2.	Konseli tidak bisa menyelesaikan dengan baik perintah atau tugas yang diberikan	Konseli bisa behati hati sehingga dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik sesuai perintah yang diberikan kepada konseli
3.	Konseli selalu menjawab saat lawan bicanya belum menyelesaikan pembicaraanya	Konseli mulai bisa menahan dirinya untuk memotong pembicaraan dan mulai memberikan tambahan jawaban disaat lawan bicaranya telah selesai
4.	Konseli saat fokus, jika mendapat gangguan dari luar seringkali terkecoh dan susah untuk mulai fokus lagi dengan apa yang dikerjakan	Konseli mulai bisa kembali fokus dengan waktu yang tidak lama untuk kembali mengerjakan apa yang dilakukannya disaat mendapatkan gangguan yang di dapatkannya baik dari adik-adiknya ataupun dari luar.

2. Perspektif Islam

Selain anugerah anak juga merupakan amanat yang diberikan oleh Allah SWT kepada orang tua. Selain kewajiban orang tua dalam membesarkan dan juga merawat anak-anaknya, orang tua wajib untuk bersabar apabila Allah SWT mengujinya melalui anaknya. Orang tua harus bersabar terhadap ujian melalui buah hatinya dikarenakan ujian tersebut bisa berupa banyak hal.

Mulai dari tingkah laku anak yang tidak bisa terkontrol maupun sikap dan sifat anak yang terkadang sangat menguji kesabaran. Sesuai dengan surat Al-Anfaal ayat 28 yang berbunyi:

وَاعْلَمُوا أَنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ

Yang artinya: *“Dan ketahuilah bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan dan sesungguhnya di sisi Allah ada pahala yang besar.”*

Ayat diatas menjelaskan bahwa setiap orang tua yang memiliki anak akan diuji melalui harta dan anak-anak yang dimilikinya. Dan apabila orang tua menghadapi ujian tersebut maka akan diberikan pahala yang besar dan hendaknya juga selalu mengingat Allah SWT.

ADHD yang dikaji oleh peneliti merupakan salah satu ujian melalui anak dalam keadaan

terdapatnya gangguan akan kondisi perilaku seorang anak. Gangguan ini menyebabkan peningkatan dalam gerak motorik anak sehingga polah dan tingkah laku anak cenderung berlebihan. Kelainan ini ditandai oleh adanya motorik berlebih dan ketidak mampuan anak dalam mengolah fokus dalam suatu perhatian.

Dalam menghadapi situasi yang seperti ini hendaknya para orang tua bersabar dan memulai terapi bermain sesuai dengan umur pada anak tersebut. Hal tersebut sangat dianjurkan dalam islam dan sesuai dengan perkataan Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan dalam ilmu Al-Baihaqi yang berbunyi:

عن ابن عمر قال: قال رسول هلا صلى هلا عليه وسلم
" اعلّموا ابنائكم السباحة والرمى والمرأة المغزل " (رواه
البيحاقي

Artinya: dari Ibnu Umar berkata : *Rasulullah s.a.w bersabda ajarilah anak-anakmu permainan berenang, melempar dan bagi perempuan memintal (menenun).*

Dari hadits diatas dijelaskan bahwasannya semua permainan yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW bukan sekedar permainan namun juga memiliki beberapa manfaat diantaranya, dapat melatih motorik anak, melatih ketangkasan anak bahkan dapat membuat fokus anak menjadi lebih maksimal ketika mengerjakan sesuatu.

Konselor juga memberi pemahaman kepada konseli bahwa menyela perkataan siapapun itu dilarang kecuali jika itu perkataan yang membuat Allah murka, sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Allamah Sayyid Abdullah bin Alawi Al-Haddad dalam kitab berjudul *Risâlatul Mu'âwanah wal Mudhâharah wal Muwâzarah* (Dar Al-Hawi, 1994, hal. 83) yang memiliki arti *“Dengarkanlah hadits orang yang meriwayatkannya kepadamu, dan jangan menyela perkataan siapapun kecuali jika itu adalah salah satu perkataan yang membuat Allah murka, seperti ghibah”*. Dan konselor menyampaikan kepada konseli bahwa sesuaatu yang berlebihan itu tidak baik, maka kita juga harus bisa menahan diri kita untuk tidak berbuat secara berlebihan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Konseli sejak kecil merupakan pribadi yang aktif dan tidak bisa diam. Susah fokus merupakan watak dari konseli. Hingga saat ini ibu konseli merasakan ada hal berbeda pada anaknya. Saat kecil konseli ibunya sering merasa capek jika harus mengikuti konseli yang suka berlari kesana kemari dan sang ibu sering merasa kesal jika konseli tidak fokus saat diajak berbicara. Sering kali konseli mendapatkan tugas dari ibunya, akan tetapi konseli selalu tidak melaksanakannya dengan baik dan sesuai dengan tugasnya. Konseli juga sering kehilangan fokusnya disaat mendapatkan gangguan dari luar dan konseli juga sering mengganggu kakak serta teman-temannya saat fokus melakukan sesuatu. Hal ini membuat lingkungan konseli merasakan kurang nyaman dengan apa yang dilakukannya konseli. Melalui terapi Cognitive Behavior Play Therapy yang didampingi oleh konselor diharapkan dapat mengubah kesulitan yang dialami oleh klien menjadi adanya perubahan dalam kehidupannya. Berikut kesimpulannya:

1. *Treatment* menggunakan terapi Cognitive Behavior Play Therapy untuk mengurangi hiperaktif pada anak ADHD sangat relevan. *Treatment* ini terdapat beberapa langkah.

Pertama, pada tahapan pertama konselor mengidentifikasi masalah dan setelah itu konselor menjelaskan kepada konseli mengenai pengertian dan definisi dari praktik konseling yang

akan dilaksanakan menggunakan teknik Cognitive Behavior Play Therapy dan diharapkan konseli juga dapat menjabarkan permasalahan yang dialaminya kepada konselor secara rinci.

Kedua, konselor diharapkan memahami dan menerima bagaimanapun kondisi klien atas permasalahan yang sedang dialaminya. Konselor juga harus dapat memberi dukungan secara berkala agar konseli tidak terlalu terpuruk dengan kondisi yang dialami dan dapat bangkit sehingga proses konseling dapat berjalan secara lancar.

Ketiga, yaitu tahapan inti bahwa konseli diharapkan mampu menjalani teknik konseling Cognitive Behavior Play Therapy dengan lancar sehingga terdapat perubahan yang signifikan terhadap permasalahan yang sedang dialami untuk mengarah ke perbaikan diri yang lebih positif.

2. Konseli (DA) merasakan perubahan yang ada pada dirinya hal ini merupakan hasil dari proses yang dilakukan konselor terhadap konseli secara bertahap. Diantaranya, teknik Cognitive Behavior Play Therapy menjadikan konseli lebih bisa menontrol dirinya dan mengurangi hiperraktif pada dirinya sehingga energi positif yang dihasilkan oleh terapi tersebut mempunyai dampak yang positif bagi pemikiran dan psikis konseli. DA merasa bahwa Segalanya dikembalikan kepada Sang pencipta bahwa apapun yang terjadi pada kehidupan dirinya merupakan kekuasaan atas kehendak-Nya.

Konseli merasa bahwa dirinya merasa tenang akan pembawaaan pada dirinya dan lebih memahami dirinya sehingga DA bisa bertindak dan

berpikir positif atas hasil dari segala usaha yang dilakukan. Lebih bisa menahan dirinya dan bisa paham dengan kondisinya. ADHD atau hiperaktif yang dideritanya berangsur-angsur membaik hiperaktif dan emosi pada dirinya dapat terkontrol dengan baik sehingga perubahan dalam dirinya benar-benar dapat dirasakan.

DA juga mengakui bahwa Cognitive Behavior Play Therapy yang dilakukannya membawa pengaruh positif bagi dirinya dan juga lingkungan sekitarnya yaitu dengan lebih baiknya DA dalam mengontrol dirinya dan dapat menahan dirinya untuk lebih fokus dalam mengerjakan tugasnya. Konseli merasa bahwa dirinya dari waktu ke waktu lebih mudah untuk mengontrol dan mengendalikan dirinya.

D. Saran dan Rekomendaasi

1. Saran terhadap konselor. Dalam melaksanakan proses konseling, konselor diharapkan untuk benar-benar mengerti permasalahan yang dihadapi. Banyak-banyak membaca buku tentang dunia konseling, melaksanakan praktek yang sederhana-sederhana sebelumnya, dan belajar dengan sungguh-sungguh saat proses pembelajaran di mata kuliah dan sebagainya. Konselor juga diharapkan untuk belajar tentang nilai-nilai islam yang dapat dikembangkan dan dikaitkan dengan teori-teori konseling.
2. Saran bagi konseli. Pada dasarnya manusia tidak ada yang terlahir sempurna. Disaat seorang merasa bahwa ia tidak mengetahui jalan keluar untuk segala bentuk

permasalahannya, maka Allah SWT yang paling mengerti akan keadaan hambanya. Setiap manusia memiliki hak akan kebahagiaanya. Jika ingin mencapai kebahagiaan maka berjuanglah meskipun banyak pengorbanan yang dilalui.

3. Saran bagi pembaca. Ambillah nilai-nilai positif yang terkandung dalam skripsi ini, jika anda seorang anak maka jagalah perilakumu, dan jika anda merupakan seorang orang tua maka perhatikanlah keluargamu. Semoga kita dapat mencapai kebahagiaan yang sebenarnya baik di Dunia maupun di Akhirat kelak.
4. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya yaitu agar melakukan penelitian lanjutan tentang pendekatan terapi Cognitive Behavior Play Therapy bimbingan ini dikenakan pada subjek yang lebih luas, materi yang lebih umum dan metode yang lebih relevan agar penelitian semakin berkembang.

E. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti yang sekaligus seorang konselor menyadari permasalahan yang didapatkan. Hal itu didapatkan ketika konselor memikirkan relevansi yang tepat antara terapi Cognitive Behavior Play Therapy dengan mengurangi hiperaktif pada anak ADHD. Hingga akhirnya konselor menetapkan teknik Cognitive Behavior Play Therapy dikarenakan teknik ini dapat secara perlahan memperbaiki permasalahan konseli.

Konselor juga sadar akan permasalahan lain. Konselor bukanlah seseorang yang selalu mengamalkan terapi Cognitive Behavior Play Therapy untuk menangani suatu

masalah. Sehingga saat pemberian tugas mengamalkan terapi Cognitive Behavior Play Therapy, konselor harus mendalami tersebut. Serta membiasakan untuk mengamalkannya terlebih dahulu supaya benar-benar mengerti manfaat dan keutamaan dari terapi Cognitive Behavior Play Therapy tersebut.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Sahma Pane. *Larangan Memotong Omongan Orang Lain*.10 Oktober 2019 pukul 12:10.
<https://muslim.okezone.com/read/2019/10/10/330/2115124/larangan-memotong-omongan-orang-lain-ini-adab-berbicara-dalam-islam>
- Ahmad Baiquni. *Agar Pikiran Fokus, Amalkan Doa Ini*.5 Desember 2021. <https://www.dream.co.id/stories/agar-pikiran-fokus-amalkan-doa-ini-211215b.html>
- Analisis Metode Bermain Meronce Terhadap Anak Hiperaktif Di Tk Al Azhariyyah Jurang Gebog Kudus*, Diakses Pada <http://repository.iainkudus.ac.id/2907/5/05%20BAB%20I.pdf>
- Analisis Metode Bermain Meronce Terhadap Anak Hiperaktif Di Tk Al Azhariyyah Jurang Gebog Kudus*. Diakses Pada <http://repository.iainkudus.ac.id/2907/5/05%20BAB%20I.pdf>
- Anisa Wafa Aulia. *Pengaruh Metode Pembelajaran Bermain (Kolase Dan Meronce) Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak Usiadini Di Tk Aisyiyah Pucangan 1 Kartasura Kabupaten Sukoharjo Tahun Ajaran 2019/2020*. Skripsi (Surakarta:2019)
- Anjuni Khofifah Hanifi. *Mengenal Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Penerapannya Dalam Psikologi*.2021. <https://kampuspsikologi.com/cognitive-behavioral-therapy/> diakses pada 12 Juli 2022.

- Anjuni Khofifah Hanifi. *Mengenal Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Penerapannya Dalam Psikologi*.2021.
- Anselm Strauss dan Juliet Corbin, 2003, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar)
- Arif Ainur Rofiq,*Teori Dan Praktik Konseling*,(Surabaya:Raziev Jaya, 2017)
- Chusnul Maulidyah E.A, *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Akibat Cultur Shock Mahasiswa Dari Malaysia Di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, (Surabaya : Fakultas Dakwah dan Komunikasi 2015)
- Dina Rahmawati,*Terapi Bermain untuk Mengatasi Masalah Mental Anak*. (21 April 2020)
- Ella Kholilah, Solichatun, Yulia. *Terapi Bermain Dengan CBPT (Cognitive Behavior Play Therapy) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD*. (Vol. 15. September 2017)
- Fithroh Roshinah Dkk. Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Hiperaktif – Impulsif Pada Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (Adhd).
- Gusti Ayu Mulyawartini, *Melalui Kegiatan Meronce Bentuk Dan Warna Dapat Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Pada Kelompok B Tk Harapan Kelayu*, (21 Agustus 2019.Vol 1 No 1)
- Hasil observasi dan wawancara dengana nenek konseli di rumah konseli pada 30 Oktober 2021
- Hasil Terjemahan online
<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=translate> (diakses pada 4 Agust-22)

Hasil wawancara dengan ibu dan kakak konseli, pada tanggal 14 Nopember 2021 di rumah konseli.

Hasil wawancara dengan ibu konseli pada 07 Nopember 2021 di kediaman konseli.

Hasil wawancara dengan ibu konseli pada 4 Oktober 2021

Hasil wawancara dengan ibu konseli, pada tanggal 14 Nopember 2021 di rumah konseli.

Hasil wawancara dengan konseli pada 17 Oktober 2021

Hasil wawancara dengan konseli, pada tanggal 16 Nopember 2021 di rumah konseli.

Henny Pujianti. *Cognitive Behavior Play Therapy* (Cbpt) Untuk Mengatasi Inferioritas Pada Anak. 2012.

Himpunan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UAD, AARON T. BECK : (*BAPAK COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY*), (Februari 2022)

<http://etheses.uin->

[malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf](http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf)

<http://repository.radenfatah.ac.id/15214/2/BAB%20II.pdf>

<http://repository.radenfatah.ac.id/15214/2/BAB%20II.pdf>

<http://repository.radenfatah.ac.id/15214/2/BAB%20II.pdf>

<https://kampuspsikologi.com/cognitive-behavioral-therapy/>

diakses pada 12 Juli 2022

<https://tafsirweb.com/4872-surat-al-kahfi-ayat-46.html>

Infodatin, (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI) , diakses pada 20 Juni 2022

<https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-anak.pdf>

Infodatin, *Kondisi Pencapaian Program Kesehatan Anak Indonesia*, (2014)

Iryana, *Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif*

<https://osf.io>

- J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*, (Jakarta: PT. Grasindo, 2010)
- Kiki Oktaviany Alwi. *Aktivitas Meronce Manik-Manik Dalam Meningkatkan Kemampuan Berhitung Penjumlahan Pada Murid Cerebral Palsy Kelas Dasar Iv Di Slb Ypac Makassar*.Skrpsi (Makasar.2020)
- Laura A. King terjemahan Brian Marwensdy, *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*, (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika, 2010)
- Margaret H Sibley.*Variable Patterns of Remission From ADHD in the Multimodal Treatment Study of ADHDN.American Journal of Psychiatry.*(Aug 2021) .
<https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2021.21010032>
- Moleong Lexy J, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005)
- Moleong Lexy J, *Metedologi Penelitian Kualitatif*,(Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005)
- N. H. Razak, Mohd Yusof, S. N., & Mohd Sukor, N. (2021). *Terapi bermain menurut pendekatan Islam. Jurnal Pendidikan Awal Kanak Kanak Kebangsaan*, (vol 10(2)), 61-70. <https://doi.org/10.37134/jpak>.
- Nawawi Hadari, Dkk, *Penelitian Terapan*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1996)
- Pusat Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim <http://etheses.uin-malang.ac.id/797/6/10410001%20Bab%202.pdf>
- QS *Al-Kahfi* ayat 46
- S. Willis Sofyan, *Konseling Individual* (Bandung: Alfabeta, 2011.)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*,

Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009),
Surat Al-A'raf Ayat 31

Tanti Darmastuti, *Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Dalam Kegiatan Meronce Dengan Manik – Manik Melalui Metode Demonstrasi Pada Anak Kelompok A Di Tk Khadijah 2 Surabaya*,(Januari 2013.Vol 2 No 1)

Tanzeh Ahmad, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009)

Umama, *Pojok Bermain Anak*,(Jogjakarta :CV.Diandra Primamitra Media, 2016)

Wawancara yang dilakukan oleh konselor kepada konseli pada 17 Oktober 2021 pada pukul 11.00 di kediamannya Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Kota Surabaya.

Yinyang. *Jurnal Studi Islam, Gender dan Anak*. Vol. 15 No. 1, Januari 2020.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A