

**PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE
BEHAVIORAL PLAY THERAPY* (CBPT) UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION***

PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA

DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI

SKRIPSI

Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi (S.Psi.)



DISUSUN OLEH:

WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH

NIM 20104107

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

2025

**PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE
BEHAVIORAL PLAY THERAPY* (CBPT) UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION***

PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA

DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri Kediri

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Skripsi

Oleh:

WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH

NIM 20104107

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE
BEHAVIORAL PLAY THERAPY (CBPT)* UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION*
PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA
DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI

SKRIPSI

Disusun Oleh:

WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH

NIM 20104107

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing I



Luthli Atmasari, M. Psi., Psikolog

NIP. 198504272015032007

Dosen Pembimbing II



Novi Wahyu Winastuti, M. Psi., Psikolog

NIP. 198311132019032004

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran :
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 22 Desember 2025

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel No. 07 Ngronggo

Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH

NIM : 20104107


Judul : PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE BEHAVIORAL PLAY THERAPY* (CBPT) UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION* PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI.

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian tingkat akhir Sarjana Strata satu (S1). Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

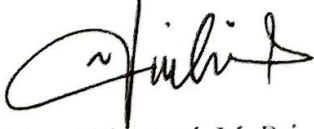
Demikian agar maklum dan atas kesediaan ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing I


Luthfi Atmasari, M. Psi., Psikolog
NIP. 198504272015032007

Dosen Pembimbing II


Novi Wahyu Winastuti, M. Psi., Psikolog
NIP. 198311132019032004

NOTA PEMBIMBING

Nomor : -

Kediri, 22 Desember 2025

Lampiran :

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel No. 07 Ngronggo

Kediri

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH

NIM : 20104107

Judul : PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE BEHAVIORAL PLAY THERAPY* (CBPT) UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION* PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI.


Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian tingkat akhir Sarjana Strata satu (S1). Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Luthfi Atri Masari, M. Psi., Psikolog
NIP. 198504272015032007



Novi Wahyu Winastuti, M. Psi., Psikolog
NIP. 198311132019032004

HALAMAN PENGESAHAN

PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE BEHAVIORAL PLAY THERAPY* (CBPT) UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION* PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI

WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH
NIM. 20104107

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Pada tanggal 29 Desember 2025

Tim Penguji,

1. Penguji I

Yuli Darwati, M.Si.

NIP. 197307042005012003




(.....)

2. Penguji II

Luthfi Atmasari, M. Psi., Psikolog

NIP. 198504272015032007



(.....)

3. Penguji III

Novi Wahyu Winastuti, M. Psi., Psikolog

NIP. 198311132019032004



(.....)

Kediri, 05 Januari 2026

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI
NIP. 197111212005011006

HALAMAN MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah SWT tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri”

QS. Ar-Ra’d (13): 11

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wilda Lutfiyatul Khoiriyah

NIM : 20104107

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 22 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



Wilda Lutfiyatul Khoiriyah

NIM. 20104107

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan puja dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, hidayah, serta inayah-Nya. Berkat dukungan moral dan spiritual dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan dengan baik. Sebagai bentuk penghormatan dan rasa terima kasih yang mendalam, karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua, Ayah Suwarno dan Ibu Muana, atas segala do'a dan dukungan baik secara moral maupun materi yang menjadi dukungan utama dalam proses penyelesaian studi ini.
2. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri, atas ilmu, arahan, serta kontribusi akademik yang sangat berharga. Ucapan terima kasih penulis sampaikan secara khusus kepada pembimbing skripsi Ibu Luthfi Atmasari, M.Psi., Psikolog dan Ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog.
3. Civitas akademik dan almamater Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri Kediri, yang telah memberikan ruang dan fasilitas dalam pengembangan potensi serta pembentukan karakter penulis selama masa studi.
4. Kepala Sekolah Alam Ramadhani Ibu Ulya, S.Pd.I dan Bapak Sunarno, S.Psi., M.A., serta keluarga besar Sekolah Alam Ramadhani, yang telah memberikan dukungan, inspirasi, dan semangat dalam berbagai bentuk selama perjalanan akademik penulis.
5. Keluarga Ananda, Bunda Maya Fanny Furoidah sekelurga, terima kasih atas dukungan penuhnya kepada Ananda dan telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian.
6. Guru kelas V MI Sekolah Alam Ramadhani Ustadzah Lia yang telah ikhlas membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi dan melaksanakan penelitian.

7. Siswa Siswi kelas V MI (Arya, Madjid, Fandi, Doni, Bintang, Aleya, Atina, Khayla) dan SMP (Nela dan Bian) Sekolah Alam Ramadhani, terima kasih telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian.
8. Teman-teman Taman Baca Mahananian (Sofia, Tsania, Addin, Nurma, Lulu, Agil, Ilmi, Mas Alvin, Mas Fahmi, Mas Siroj, Mas Ricky, Mas AINU, Firman, Jazuli, Cak Cihong, Fajar, Akib, Sony, dll), Srawung Psikologi (Eka, Nana, Payuk, Indah, Vera, Alex, Mifta, Vita, Zhea, Afif, Rokhman, Makrus, Jamal, Akmal, dll), dan anggota kamar Hafshoh (Angela, Angeli, Yaza, Risma, Ippeh, Simup, Nadia, Cuy, Umik, Ulin, Indah, Inul, Iva, Nindi, Dek Vita, Dinda, Jannah, Hanum, Ulla, Nisa, Nikma, Pepi, Alda, Nina, Diyah, Ria, dll) terima kasih karena sudah menjadi keluarga dan mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi.
9. Sahabat-sahabat yang tidak bisa dituliskan namanya secara satu persatu, terima kasih karena sudah menjadi sahabat yang selalu ada, setia menemani serta memberi dukungan ketika saya sedang sedih, dan dengan tulus membantu saya dalam menyelesaikan skripsi.
10. Teman seangkatan tahun 2020, khususnya Psikologi Islam dan berbagai pihak yang tidak dapat disebut satu per satu, yang telah memberikan motivasi dan dukungan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

ABSTRAK

WILDA LUTFIYATUL KHOIRIYAH, Dosen Pembimbing Luthfi Atmasari, M. Psi., Psikolog dan Novi Wahyu Winastuti, M. Psi., Psikolog, PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR SEBAGAI *COGNITIVE BEHAVIORAL PLAY THERAPY* (CBPT) UNTUK MENINGKATKAN *ATTENTION* PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS GANDA DI SEKOLAH ALAM RAMADHANI. Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri Kediri, 2025

Kata Kunci: Permainan Tradisional Gobak Sodor, CBPT, *Attention*

Anak dengan *inattention* (kurangnya perhatian) mempunyai kesulitan dalam memusatkan perhatian mereka dalam segala hal, dan akan cepat bosan ketika menghadapi tugas tertentu, mereka juga cenderung ceroboh dalam tugas sekolah. Sehingga ada bentuk intervensi yang perlu diberikan dan dampaknya dapat meningkatkan *attention* pada anak, salah satunya dengan *Cognitive Behavioral Play Therapy* (CBPT) berupa Permainan Tradisional Gobak Sodor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui langkah-langkah dan dampak penerapan Permainan Tradisional Gobak Sodor sebagai bentuk CBPT dalam meningkatkan *Attention* pada Anak Berkebutuhan Khusus Ganda (*inattention* dan *intellectual disability*) di Sekolah Alam Ramadhani, Mojoroto Kota Kediri.

Metode penelitian yang digunakan adalah jenis pendekatan eksperimen dengan metode *single case design*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi lapangan menggunakan skala *attention*, serta analisis deskriptif. Adapun subjek dalam penelitian ini merupakan 1 anak yang berusia 11 tahun dengan ABK Ganda yakni; ADHD *inattention* dan *intellectual disability*. Intervensi dilakukan melalui penerapan permainan tradisional Gobak Sodor sebagai bentuk CBPT yang dilaksanakan secara prosedural dan konsisten oleh peneliti selama 10 kali intervensi.

Temuan Penelitian menunjukkan bahwa terdapat 3 tahap dalam penerapan permainan Gobak Sodor sebagai CBPT yakni persiapan, inti, dan akhir. Pada tahap inti CBPT yang digunakan yakni *selftalk positive, modelling, redirection, pause and think, time out, dan reinforcement positive*. Evaluasi yang perlu diperhatikan yakni tahap persiapan, pengkondisian dan kesanggupan tidak hanya untuk subjek melainkan keseluruhan teman bermain serta perlu menjaga konsistensi jumlah pemain. Dampak permainan tradisional Gobak Sodor sebagai bentuk CBPT ditunjukkan dengan adanya peningkatan kemampuan *attention* subjek yang semula pada fase *baseline* (A1) menunjukkan skor subjek 99 yang termasuk pada kategori rendah, kemudian fase *baseline* (A2) menunjukkan skor 174 termasuk kategori sangat tinggi. Penilaian ulang dilakukan setelah intervensi dihentikan selama satu bulan, untuk melihat efek intervensi pada kemampuan *attention* subjek selama di kelas, hasil skor menunjukkan penurunan yakni 99 termasuk kategori rendah, dan hal ini menunjukkan adanya kenaikan skor, pada kemampuan *attention* karena pada pengukuran sebelumnya ketika dikelas yakni skor subjek 42 termasuk kategori sangat rendah. Maka disimpulkan bahwa penerapan permainan Gobak Sodor sebagai CBPT berhasil meningkatkan *attention* subjek.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Skripsi yang berjudul Permainan Tradisional Gobak Sodor Sebagai *Cognitive Behavioral Play Therapy* CBPT untuk Meningkatkan *Attention* pada Anak Berkebutuhan Khusus Ganda di Sekolah Alam Ramadhani Mojojoto Kota Kediri ini merupakan bagian dari syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

Dengan penuh rasa hormat dan penghargaan, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik berupa doa, semangat, maupun motivasi selama proses penyusunan skripsi ini. Diantaranya kepada:

1. Prof. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
2. Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta., M.Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam dan Ibu Tatik Imadatus Sa'adati M.Psi., Psikolog, selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam.
4. Dosen Pembimbing Skripsi Ibu Luthfi Atmasari, M.Psi., Psikolog dan Ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog yang telah dengan sabar membimbing, memberikan arahan dan motivasi untuk penulisan dalam menyelesaikan skripsi.

5. Seluruh dosen Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri khususnya dosen Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan ilmunya sehingga studi ini dapat terselesaikan.
6. Bapak Sunarno, S.Psi., M.A., dan Ibu Ulya, S.Pd.I selaku Kepala Sekolah Alam Ramadhani, para Ustadzah dan seluruh keluarga besar Sekolah Alam Ramadhani yang telah banyak membantu dan memberikan motivasi guna terselesainya skripsi ini.
7. Kepada Wali/Orang tua subjek yang telah mengizinkan penulis untuk menjadikan anaknya sebagai subjek dalam penelitian
8. Ayah Suwarno dan Ibu Muana yang senantiasa memberikan dukungan secara penuh dan penuh perhatian selama penulis menyelesaikan skripsi.
9. Teman-teman yang telah mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis berharap segala bentuk bantuan, dukungan, dan kebaikan dari seluruh pihak dibalas pahala yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Akhirnya, penulis menyajikan Skripsi ini kepada para pembaca dengan harapan terbuka terhadap saran dan kritik yang bersifat membangun untuk perbaikan dan pengembangan keilmuan di masa mendatang. Semoga karya ini membawa manfaat dan menadapatkan ridha dari Allah SWT. Aamin.

Kediri, 22 Desember 2025

Wilda Lutfiyatul Khoiriyah

NIM. 20104107

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
NOTA DINAS	iv
NOTA PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTO	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
ABSTRAK.....	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR GRAFIK.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Definisi Operasional	11
F. Penelitian Terdahulu	12
BAB II.....	19
LANDASAN TEORI.....	19

A. Teori.....	19
B. Kerangka Berpikir.....	35
BAB III	36
METODE PENELITIAN.....	36
A. Rencana Penelitian.....	36
B. Subjek Penelitian	39
C. Teknik Pengumpulan Data.....	39
D. Instrument Penelitian	40
E. Intervensi/ <i>treatment</i>	42
F. Teknik Analisis Data.....	45
G. Rancangan Intervensi	45
H. Jadwal Intervensi	50
BAB IV	60
HASIL PENELITIAN	60
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	60
B. Subjek Penelitian	62
C. Paparan Data	64
1. Langkah-Langkah Penerapan Permainan Tradisional Gobak Sodor Sebagai CPBPT	72
a. Tahap Persiapan.....	73
b. Tahap Inti.....	75
c. Tahap Akhir	77
2. Dampak Permainan Tradisional Gobak Sodor sebagai <i>Cognitive Behavioral Play</i>	
<i>Therapy (CBPT) Pada Attention</i>	84
a. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Pada Alat Ukur Kemampuan <i>Attention</i>	84
b. Analisis Deskriptif	85
D. Temuan Penelitian	82

BAB V	88
PEMBAHASAN.....	88
A. Langkah-Langkah Penerapan Permainan Tradisional Gobak Sodor Sebagai CBPT ...	88
B. Dampak Penerapan Permainan Tradisional Gobak Sodor Sebagai CBPT Dalam Meningkatkan Kemampuan <i>Attention</i> Pada Anak Berkebutuhan Khusus Ganda	93
BAB VI.....	98
PENUTUP.....	98
A. Kesimpulan	98
B. Saran-saran.....	100
DAFTAR PUSTAKA	102
LAMPIRAN.....	106

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Aturan Bermain Gobak Sodor	33
Tabel 3.1 Instrumen <i>Attention</i>	44
Tabel 3.2 Struktur Tiap Sesi	51
Tabel 3.3 Daftar Nama Teman Bermain Subjek	52
Tabel 3.4 Jadwal Intervensi	54
Tabel 4.1 Waktu Pelaksanaan Penelitian	73
Tabel 4.2 Data Keikutsertaan Teman Bermain.....	75
Tabel 4.4 Langkah-Langkah Pelaksanaan Penerapan Permainan Tradisional Gobak Sodor Sebagai CBPT	79
Tabel 4.5 Aitem Yang Valid/Tidak Valid.....	85
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas.....	85
Tabel 4.7 Batas Bawah dan Atas	86
Tabel 4.8 Batas Kategorisasi.....	86
Tabel 4.9 Hasil Skor Dan Kategori Kemampuan <i>Attention</i> Subjek.....	86
Tabel 4.10 <i>Mean</i> dan <i>Standar deviasi</i>	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	37
Gambar 3.1 Ilustrasi Ukuran Arena Bermain Gobak Sodor	52
Gambar 3.2 Ilustrasi Zona Warna Yang Harus Disebut Oleh Subjek	54

DAFTAR GRAFIK

Diagram 4.1 Hasil Kemampuan <i>Attention</i> Subjek	88
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Hasil Skor Kemampuan <i>Attention</i> Subjek	106
Lampiran 2 Rumus <i>Mean</i> Dan <i>Standar deviasi</i>	108
Lampiran 3 Kategorisasi Dan Hasil Skor Tiap Aspek-Aspek Kemampuan <i>Attention</i> Pada Subjek	109
Lampiran 4 Rumus <i>Mean</i> Dan <i>Standar deviasi</i> Untuk Menentukan Kategorisasi Aspek-Aspek	110
Lampiran 5 Catatan Observasi Selama Intervensi	111
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i>	113
Lampiran 7 Dokumentasi Pada Intervensi Pertemuan I	114
Lampiran 8 Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi	116
Lampiran 8 Riwayat Hidup.....	118