

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Teori

1. *Cognitive Behavioral Play Therapy (CBPT)*

a. *Definisi Cognitive Behavioral Play Therapy (CBPT)*

Menurut Susan. M. Knell *Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT)* merupakan terapi bermain perilaku kognitif yang dipertimbangkan dari prespektif teoritis dan praktis. Terapi ini merupakan turunan dari terapi kognitif (CT) yang dikembangkan oleh Aaron Beck yang mana model kognitif gangguan emosional melibatkan interaksi antara kognisi, perilaku, dan fisiologi. Perilaku dimediasi melalui proses verbal; cara individu menafsirkan dunia sebagian besar menentukan bagaimana mereka berperilaku dan merasakan serta bagaimana mereka memahami situasi kehidupan. CBPT merupakan penggabungan terapi kognitif, perilaku, dan bermain tradisional yang dikembangkan untuk anak-anak prasekolah. CBPT didasarkan pada teori kognitif gangguan emosional serta prinsip terapi kognitif dan mengadaptasinya dengan cara yang sesuai dengan perkembangan. CBPT peka terhadap masalah perkembangan anak dan menekankan validasi empiris terhadap efektivitas empiris.²⁷

Cognitive Behavior Play Therapy (CBPT) merupakan penggabungan intervensi kognitif dan perilaku dalam paradigma terapi bermain. Aktivitas

²⁷ Charles. E. S., *Foundation of Play Therapy; Second Edition* (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, 2011) hlm 313-314

bermain serta bentuk komunikasi verbal dan nonverbal digunakan dalam menyelesaikan masalah.²⁸

Berdasarkan penjelasan di atas CBPT merupakan sebuah terapi yang menggabungkan paradigma teknik-teknik terapi kognitif dan terapi *behavior* dengan pendekatan bermain untuk membantu permasalahan emosional dan perilaku.

b. Aspek-Aspek *Cognitive Behavioral Play Therapy* (CBPT)

Menurut Susan M Knell terdapat beberapa aspek-aspek pada *Cognitive Behavioral Play Therapy* (CBPT), diantaranya;

1) Terapi Perilaku (*Behavior Therapy*)

Terapi perilaku (BT) dikembangkan untuk membantu anak-anak dan orang tua menerjemahkan pengetahuan yang diperoleh dalam terapi ke lingkungan alam. Pendekatan perilaku dalam pengelolaan anak diajarkan langsung kepada orang tua atau orang lain. Pendekatan langsung mungkin diperlukan untuk beberapa masalah anak prasekolah.²⁹

2) Terapi Kognitif (*Cognitive Therapy*)

Terapi kognitif merupakan pendekatan terstruktur dan terfokus yang membantu membuat perubahan dalam pemikiran dan persepsi seseorang dan pada akhirnya dalam perilakunya.³⁰

3) Terapi Bermain (*Play Therapy*)

Play Therapy/ terapi bermain menurut *Association for Play Therapy* merupakan penggunaan sistematis dari model teoritis untuk membangun

²⁸ Susan. M. K., *Cognitive Behavioral Play Therapy* (United States of America: Rowman & Littlefield Publishers Inc, 2004) hlm 48

²⁹ Charles. E. S., *Foundation of Play Therapy; Second Edition* (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, 2011) hlm 315

³⁰ Susan. M. K., *Cognitive Behavioral Play Therapy* (United States of America: Rowman & Littlefield Publishers Inc, 2004) hlm 46

proses interpersonal dimana terapis bermain yang terlatih menggunakan kekuatan terapeutik dari bermain untuk membantu subjek mencegah atau menyelesaikan masalah. Terapi bermain juga menunjukkan bahwa terapis bermain berusaha untuk mengenali, mengakui, dan memanfaatkan kekuatan terapeutik dari bermain. Kekuatan terapeutik dari bermain dapat diklasifikasikan menjadi delapan yakni: (a) komunikasi (b) regulasi emosi (c) peningkatan hubungan (d) penilaian moral (e) manajemen stres (f) peningkatan ego (g) persiapan hidup (h) persiapan hidup (i) aktualisasi hidup.³¹

c. Metode dalam *Cognitive Behavioral Play Therapy* (CBPT)

Pemodelan merupakan cara yang efisien serta efektif untuk belajar, serta memperoleh, memperkuat, atau melemahkan perilaku. Pemodelan yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan sering kali melibatkan model penanggulangan. Model koping menunjukkan keterampilan yang kurang ideal serta kemudian secara bertahap menjadi lebih mahir. Efisiensi pemodelan ditingkatkan dengan penggunaan model *coping*.³²

Dalam CBPT pemodelan digunakan untuk menunjukkan keterampilan koping adaptif kepada anak. Model tersebut mungkin berperilaku dengan cara yang menunjukkan penggunaan keterampilan koping yang positif. Hal ini dapat melibatkan model berbicara dengan lantang serta bertindak dengan cara yang sesuai dengan perilaku adaptif. CBPT modelnya biasanya berupa mainan seperti boneka binatang dan lainnya yang menunjukkan perilaku yang

³¹ Charles. E. S., *Foundation of Play Therapy; Second Edition* (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, 2011) hlm 3-4

³² Susan. M. K., *Cognitive Behavioral Play Therapy* (United States of America: Rowman & Littlefield Publishers Inc, 2004)

diinginkan oleh terapis untuk dipelajari oleh anak. Pemodelan juga dapat disajikan dalam bentuk lain misalnya melalui buku, film, atau acara televisi.³³

d. Persamaan/Perbedaan

CBPT berbeda dari bentuk terapi bermain tradisional, meskipun CBPT menggabungkan beberapa asumsi yang mendasari terapi bermain tradisional. CBPT mirip dengan jenis terapi bermain lainnya dalam hal ketergantungannya pada hubungan terapeutik yang positif, penggunaan permainan sebagai sarana komunikasi antara terapis dan anak, pesan kepada anak bahwa terapi adalah yang aman. Terlepas dari persamaan tersebut, terdapat asumsi-asumsi yang melekat dalam CBPT yang bertentangan dengan premis-premis yang mendasari terapi bermain tradisional didasarkan. Beberapa perbedaan penting dalam CBPT adalah fokus arah dan tujuan, pilihan bahan serta aktivitas bermain, bermain sebagai Pendidikan, dan pentingnya menghubungkan perilaku dan pikiran anak. Jika terapis bermain nondirektif adalah pengamat yang lebih netral, terapis CBPT memberikan arahan, menetapkan tujuan serta mengembangkan intervensi yang sesuai untuk memfasilitasi tujuan tersebut. Demikian pula, terapis CBPT, Bersama dengan anak, memilih materi dan aktivitas bermain serta memberikan komponen psiko-edukasi dalam perawatan tersebut. Terakhir CBPT menghadirkan konflik dan masalah ke dalam ekspresi verbal anak, menggunakan waktu serta hubungan terapeutik untuk membantu anak membuat hubungan anatara kata-kata dan perilaku.³⁴

³³ Susan. M. K., *Cognitive Behavioral Play Therapy* (United States of America: Rowman & Littlefield Publishers Inc, 2004)

³⁴ Susan. M. K., *Cognitive Behavioral Play Therapy* (United States of America: Rowman & Littlefield Publishers Inc, 2004)

2. Anak Berkebutuhan Khusus Ganda (*inattention* dan *intellectual disability*)

a) *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) karakteristik *Inattention*

1) Definisi

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan gangguan perilaku.³⁵ Dimana secara konsisten muncul yang ditandai dengan tiga kondisi karakteristik yakni; *inattention*, hiperaktif, dan impulsif. Anak-anak yang kurang perhatian mengalami kesulitan saat fokus pada satu hal dan mungkin merasa bosan dengan satu fokus pada satu hal setelah berselang beberapa menit. Anak-anak hiperaktif menunjukkan tingkat aktivitas yang tinggi, hampir selalu terlihat sedang bergerak. Anak-anak impulsif kesulitan dalam mengekang reaksi mereka serta kurang dapat berpikir sebelum bertindak. Tergantung pada karakteristik yang diperlihatkan oleh anak ADHD.³⁶

Dapat disimpulkan bahwa ADHD Merupakan sebuah gangguan perkembangan atau gangguan perilaku yang terjadi pada anak-anak ditandai dengan gejala *inattention* (kurang perhatiannya), impulsif, dan hiperaktif.

2) Karakteristik ADHD tipe *inattention* (kurang perhatian)

Berdasarkan DSM-V karakteristik ADHD tipe *inattention* (kurang perhatian) diantaranya yakni,³⁷

- (a) Sering gagal memberikan perhatian terhadap hal-hal detail atau membua kesalahan ceroboh dalam tugas sekolah, di tempat kerja, atau

³⁵ Afin. M., *Ensiklopedi Anak Berkebutuhan Khusus* (Jogjakarta: Redaksi Maxima, 2016), hlm 16

³⁶ John. W. S., *Psikologi Pendidikan; Educational Psychology Edisi 3 Buku 1* (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2012) hlm. 250

³⁷ Rusdi. M., *Buku Saku; Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III dan DSM-5* (Jakarta: PT Nuh Jaya, 2013) hlm 219-221

- kegiatan lainnya (seperti, mengabaikan atau melewatkan detail, pekerjaan tidak akurat)
- (b) Sering mengalami kesulitan mempertahankan perhatian saat mengerjakan tugas atau aktivitas bermain (seperti, mengalami kesulitan untuk tetap fokus selama bermain pemahaman lebih ceramah, percakapan, atau bacaan panjang lebar)
 - (c) Sering tampak tidak mendengarkan ketika diajak bicara secara langsung (seperti, pikiran seolah-olah berada ditempat lain, bahkan tanpa adanya gangguan nyata)
 - (d) Sering tidak menindaklanjuti instruksi dan gagal menyelesaikan tugas sekolah, pekerjaan rumah, atau tugas di tempat kerja (seperti, memulai tugas tetapi cepat kehilangan fokus dan mudah teralihkan)
 - (e) Sering mengalami kesulitan mengatur tugas dan aktivitas (seperti, kesulitan menjaga barang-barang tetap rapi, memiliki manajemen waktu buruk, pekerjaan berantakan)
 - (f) Sering menghindari, tidak menyukai atau enggan terlibat dalam tugas perilaku yang memerlukan upaya mental yang berkelanjutan (seperti, tugas sekolah atau pekerjaan rumah)
 - (g) Sering kehilangan barang-barang yang diperlukan untuk melakukan tugas atau kegiatan (seperti, perlengkapan pensil, penghapus)
 - (h) Sering mudah terganggu oleh rangsangan asing
 - (i) Sering lupa dalam aktivitas sehari-hari (seperti mengerjakan pekerjaan rumah)

3) Penyebab Gangguan Konsentrasi Pada Anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD)

Penyebab dari gangguan ini yakni disebabkan oleh gangguan dalam kembangangan syaraf. Yang mana terjadi sejak masa kanak-kanak (di bawah usia 18 tahun) dan juga banyak kasus yang sama menetap sampai dewasa. Peran faktor keturunan sangat dominan, meskipun ada yang disebabkan oleh trauma fisik atau keracunan. Gangguan ini tidak dapat disembuhkan oleh obat, akan tetapi obat dapat mengurangi gejala-gejala dan disertai dengan pelatihan perilaku, pengubahan situasi lingkungan dan konseling keluarga.³⁸

Dalam pendapat Afin Murtie terdapat beberapa faktor penyebab ADHD diantaranya yakni;³⁹

- (a) Kelahiran Prematur
- (b) Terkena paparan alkohol, rokok, dan zat terlarang saat ibu hamil
- (c) Terkena paparan timah dalam kadar tinggi saat ibu hamil
- (d) Kurangnya perhatian orangtua
- (e) Anak tak memiliki objek lekat
- (f) Tidak adanya model/contoh
- (g) Pola asuh yang cenderung membiarkan
- (h) Bersekolah terlalu dini
- (i) Zat adiktif

4) Pertimbangan Perkembangan dan Fitur Terkait

Usia Sekolah (6-11 tahun)

Tipe kurang perhatian

³⁸ Sarlito. W. S., *Pengantar Psikologi Umum* (Depok: PT RajaGrafindo Persada, 2018), hlm 254

³⁹ Afin. M., *Ensiklopedi Anak Berkebutuhan Khusus* (Jogjakarta: Redaksi Maxima, 2016), hlm 18-19

Salah satu tugas perkembangan utama anak usia sekolah adalah mengembangkan rasa kompetensi, penguasaan, dan efisiensi. Namun, anak-anak dengan ADHD menghadapi tantangan signifikan dalam memenuhi tuntutan akademis dan sosial yang meningkat.⁴⁰

Kurangnya perhatian detail sering kali menurunkan nilai karena kesalahan yang ceroboh. Anak-anak dengan ADHD tipe kurang perhatian memiliki kesulitan tertentu dalam menyelesaikan tugas pekerjaan rumah (mempertahankan perhatian untuk tugas-tugas yang membosankan) dan tampak tidak termotivasi. Jika tugas pekerjaan rumah diselesaikan, sering kali di bawah pengawasan ketat orang tua, siswa mungkin lupa membawanya ke sekolah atau kehilangannya di suatu tempat di antara tumpukan kertas di bagian bawah tas ransel. Di rumah, anak-anak ini sering menunjukkan masalah dalam menyelesaikan tugas-tugas rutin, dan konflik orang tua-anak sering terjadi karena kesulitan dan melepaskan diri dari tugas.⁴¹

b) *Intellectual Disability*

1) Definisi

Intellectual disability merupakan anak yang memiliki tingkat intelegensi yang signifikan berada dibawah rata-rata anak seusianya dan disertai dengan ketidakmampuan beradaptasi terhadap perilaku yang muncul pada tahap perkembangan.⁴² *Intellectual Disability* didefinisikan sebagai kecerdasan di bawah rata-rata dan defisit atau gangguan fungsi

⁴⁰ Linda. W., *Abnormal Child Psychology; A Developmental Perspective* (New York: Tylor & Francis Group, 2009) hlm 361

⁴¹ Linda. W., *Abnormal Child Psychology; A Developmental Perspective* (New York: Tylor & Francis Group, 2009) hlm 362

⁴² Fatimah. K., *Buku Refrensi; Media Kesehatan Reproduksi Pada Anak Disabilitas Intelektual* (Penerbit NEM, 2022) hlm 01

adaptif. Kecerdasan dan fungsi adaptif berada di sepanjang kontinum dan dapat berkisar dari yang ringan hingga yang parah atau mendalam.⁴³

2) Kriteria *Intellectual Disability*

Kriteria pertama untuk diagnosis *intellectual disability* adalah kecerdasan *dibawah rata-rata*. Kriteria kedua yang diperlukan untuk diagnosis *intellectual disability* adalah adanya deficit atau gangguan fungsi.⁴⁴

Istilah fungsi *intelektual dibawah rata-rata* yang signifikan menggambarkan berbagai kemampuan kognisi yang dapat dibagi menjadi salah satu dari 4 sub tipe, diantaranya;⁴⁵

(a) *Intellectual Disability* (Ringan)

Intellectual Disability ringan mewakili fungsi intelektual yang diukur sebagai skor IQ antara 50 hingga 55 (batas bawah) dan 69 (batas atas)

(b) *Intellectual Disability* (Sedang)

Intellectual Disability sedang mewakili fungsi intelektual yang diukur sebagai skor IQ antara 35 hingga 40 (batas bawah) dan 50 hingga 55 (batas atas).

(c) *Intellectual Disability* (Berat)

Intellectual Disability berat mencakup fungsi intelektual yang diukur dengan skor IQ 20 hingga 25 (batas bawah) dan 35 hingga 40 (batas atas).

(d) *Intellectual Disability* (Sangat Berat)

⁴³ Deborah. C. B., Cynthia. M. Bulik., & Melinda. A. S., *Abnormal Psychology; Second Edition* (United States of America, Pearson Education: 2012)

⁴⁴ Deborah. C. B., Cynthia. M. Bulik., & Melinda. A. S., *Abnormal Psychology; Second Edition* (United States of America, Pearson Education: 2012) hlm 435-436

⁴⁵ Deborah. C. B., Cynthia. M. Bulik., & Melinda. A. S., *Abnormal Psychology; Second Edition* (United States of America, Pearson Education: 2012) hlm 435

Intellectual Disability sangat berat menggambarkan fungsi intelektual diwakili oleh IQ di bawah 20 hingga 25.

3) Penyebab *Intellectual Disability*

Ada banyak penyebab *intellectual disability* yang telah diketahui. Banyak diantaranya bersifat biologis, dan yang lainnya bersifat lingkungan. Penyebab yang dapat diidentifikasi dari ketunagrahitaan dan perkiraan frekuensinya, diantaranya;⁴⁶

- (a) Penyebab kelainan genetik sebelum lahir (32%) contohnya *down* sindrom, *sclerosis tuberosus*, *fenilketonuria*, *fragile x*, “MR keluarga”, sindrom *Williams*, sindrom *prader-will*.
- (b) Malformasi yang tidak diketahui penyebabnya (8%) contohnya cacat tabung saraf, sindrom *cornelia de lange*.
- (c) Penyebab prenatal eksternal (12%) contohnya defisiensi imun manusia, infeksi virus (HIV), sindrom alkohol janin, prematuritas.
- (d) Penyebab perinatal kelahiran (11%) contohnya radang otak, *asfiksia neonatal*, *hyperbilirubinemia*.
- (e) Penyebab pascakelahiran (8%) contohnya radang otak, keracunan timbal, perampasan, trauma, tumor.
- (f) Penyebab yang tidak diketahui (25%)

3. Attention

a) Definisi Attention

Attention secara umum memiliki arti “perhatian” dan tidak jauh dari makna “memperhatikan”, “perhatikanlah”, “*attention* penuh”, dan “menjadi pusat perhatian”. Berdasarkan pemaparan William James mengenai *attention*

⁴⁶ Deborah. C. B., Cynthia. M. Bulik., & Melinda. A. S., *Abnormal Psychology; Second Edition* (United States of America, Pearson Education: 2012) hlm 437-438

merupakan pemusatan pikiran, dalam bentuk yang jernih dan gamblang, terhadap sejumlah objek simultan atau sekelompok pikiran. Sedangkan menurut sudut pandang psikologi kognitif masa kini *attention* yakni sebuah proses kognitif yang menyeleksi informasi penting dari dunia di sekeliling melalui pancaindera, sehingga otak tidak secara berlebihan dipenuhi oleh informasi yang tidak terbatas jumlahnya. *Attention* juga merupakan pemusatan upaya mental pada peristiwa-peristiwa sensorik atau peristiwa-peristiwa mental.⁴⁷

Peneliti lain juga menjelaskan perhatian yakni proses mental ketika stimuli atau rangkaian stimuli menjadi menonjol dalam kesadaran pada saat stimuli lainnya melemah.⁴⁸ Menurut penjelasan Laura. A. King *attention* merupakan proses memfokuskan kesiagaan pada aspek lingkungan yang dipersempit. Dunia terdiri dari berbagai informasi yang dapat diidentifikasi. dan *attention* selektif merupakan perilaku memokuskan diri pada aspek pengalaman tertentu dan mengabaikan aspek lain.⁴⁹

Pada beberapa teori diatas dapat disimpulkan *attention/attention* yakni kemampuan untuk fokus dan mempertahankan konsentrasi pada tugas atau aktivitas yang diberikan dalam waktu tertentu, serta mengabaikan distraksi yang tidak relevan.

b) Aspek-Aspek *Attention*

Terdapat lima aspek pada *attention*, diantaranya:⁵⁰

1) Kapasitas Pemerosesan dan *Attention* Selektif

⁴⁷ Robert. L. S., Otto. H. M., & Kimberly. M., *Psikologi Kognitif; Edisi Kedelapan* (Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 2007), hlm 90-91

⁴⁸ Jalaluddin. R., *Psikologi Komunikasi; Edisi Revisi* (Bandung: PT Remaja Rosdakrya, 1998), hlm 5

⁴⁹ Laura. A. K., *Psikologi Umum; Sebuah Pandangan Apresiatif, The Science of Psychology – An Appreciative View Edisi 3 Buku 1* (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2016), hlm 141

⁵⁰ Robert. L. S., Otto. H. M., & Kimberly. M., *Psikologi Kognitif Edisi Kedelapan* (Jakarta: PT Aksara Pratama, 2007) hlm 91

Manusia dapat memperhatikan jumlah stimuli eksternal dari dunia eksternal, namun tidak dapat memperhatikan seluruh stimuli yang ada. Dari berbagai peristiwa sehari-hari *attention* selektif memilih hanya sebagian kecil stimuli. Selektif merupakan bagian dari akibat kurangnya kapasitas saluran (*channel capacity*) yakni ketidakmampuan memproses seluruh stimuli secara bersamaan.

2) Tingkat Rangsangan

Sejauh mana perhatian dapat mempengaruhi atau ditarik oleh rangsangan tertentu. Aspek ini penting dalam memahami bagaimana manusia memproses informasi dan berfungsi dalam berbagai situasi.

3) Pengendalian *Attention*

Manusia memiliki kendali terhadap pilihan stimuli yang akan diperhatikan. Kemampuan individu untuk mengarahkan, mempertahankan, dan mengalihkan perhatian sesuai kebutuhan. Komponen ini berdampak dalam berbagai tugas sehari-hari.

4) Kesadaran

Attention membawa peristiwa-peristiwa ke alam kesadaran. Menurut Sigmund Freud kesadaran mempengaruhi pikiran dan persepsi, sedangkan ketidaksadaran mempengaruhi ketakutan dan hasrat. Kesadaran melibatkan pemahaman tentang bagaimana perhatian memandu kesadaran terhadap lingkungan dan pengalaman internal.

5) Neurosains Kognitif

Otak dan sistem saraf pusat (CNS; *central nervous system*) merupakan pendukung anatomis bagi *attention*, sebagaimana kognisi. *Neurosains* kognitif mengkaji bagaimana struktur dan fungsi otak mempengaruhi

kemampuan kita untuk mengarahkan, mempertahankan, dan mengalihkan perhatian.

c) Factor-faktor *Attention*

Berdasarkan penjelasan Jalaluddin Rakhmat dalam buku Psikologi Komunikasi terdapat tiga faktor perhatian yakni:⁵¹

1) Faktor Eksternal Penarik Perhatian

Perhatian ditentukan oleh faktor-faktor situasional dan personal. Stimuli diperhatikan karena mempunyai sifat-sifat yang menonjol diantaranya yakni; (a) Gerakan, manusia secara visual tertarik pada objek-objek yang bergerak (b) Intensitas Stimuli, manusia memperhatikan stimuli yang lebih menonjol dari stimuli yang lain (c) kebaruan (*novelty*), hal-hal baru, yang luar biasa, yang berbeda, akan menarik perhatian (d) perulangan, hal-hal yang disajikan berulang kali, bila disertai sedikit variasi akan menarik perhatian.

2) Faktor yang Mempengaruhi Perhatian

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *attention* diantaranya yakni;

- a) Faktor-faktor biologis, contohnya dalam keadaan lapar seluruh pikiran akan tertuju pada makanan
- b) Faktor sosiopsikologis, apa yang ditangkap oleh manusia terhadap suatu peristiwa atau objek, setiap orang akan mengungkapkan hal berbeda.
- c) Motif sosiogenis, sikap, kebiasaan, dan kemauan, mempengaruhi perhatian

⁵¹ Jalaluddin. R., *Psikologi Komunikasi Edisi Revisi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 1998) hlm 52-54

4. Permainan Tradisional Gobak Sodor

a) Definisi Permainan Tradisional Gobak Sodor

Gobak Sodor berasal dari istilah Gobak dan Sodor. Istilah “Gobak” adalah bergerak bebas serta istilah ‘sodor’ yaitu tombak. Gobak sodor merupakan permainan gerakan berlari dan kelincahan yang dimainkan di lapangan yang memerlukan kerja sama tim. Permainan Gobak Sodor merupakan salah satu permainan yang dimainkan secara berkelompok setiap kelompok berjumlah 4-6 anak, yang diperlukan untuk memenangkan permainan.⁵²

Permainan Tradisional Gobak Sodor merupakan permainan tradisional yang digunakan untuk pembelajaran pada anak, karena permainan ini membutuhkan kerja sama antar grup sehingga permainan Gobak Sodor sangat bermanfaat untuk membentuk kepribadian anak. Permainan Gobak Sodor merupakan permainan yang didominasi dengan perkembangan motorik, khususnya pada kemampuan motorik kasar.⁵³

b) Manfaat Permainan Tradisional Gobak Sodor

Terdapat dua macam manfaat dari permainan tradisional Gobak Sodor yakni dari aspek fisik dan mental, diantaranya;⁵⁴

1. Manfaat dari permainan Gobak Sodor dalam aspek fisik
 - a. Melatih kelincahan gerak tubuh
 - b. Melatih kecepatan
 - c. Mengasah kemampuan dalam mencari strategi yang tepat
 - d. Mengembangkan keterampilan gerak dasar berlari dan rekreasi

⁵² Aisyah D. N., dkk, *Bunga Rampai Teori dan Praktik Bermain Untuk Anak Usia Dini* (Surabaya, Cipta Media Nusantara: 2022) hlm 258

⁵³ Aisyah. D. Nafisah., dkk., *Bunga Rampai Teori dan Praktik Bermain Untuk Anak Usia Dini* (Cipta Media Nusantara: 2019) hlm 258-260

⁵⁴ Rhama N. Sumarsono., *Permainan Tradisional Nusantara* (Uwais Inspirasi Indonesia, 2022) hlm 276-277

- e. Melatih kerja sama dalam sebuah tim
 - f. Meningkatkan kekuatan dan ketangkasan
 - g. Menanamkan sportivitas serta kesadaran hidup sehat
2. Manfaat dari permainan Gobak Sodor dalam aspek mental
- a. Melatih kepemimpinan
 - b. Mengasah otak
 - c. Mengembangkan sikap sosial yang dimiliki anak untuk menyelamatkan temannya dari garis lawan
 - d. Dapat melatih kecermatan anak dalam menyelesaikan suatu masalah
 - e. Kesempatan dapat menerima kemenangan dan kekalahan dengan sikap lapang dada.
 - f. Kesempatan untuk bergaul dengan teman-temannya
- c) **Aturan dan tata cara bermain**

Berikut ini merupakan tabel aturan dan cara bermain:⁵⁵

Tabel 2.1 Aturan Bermain Gobak Sodor

Pemain	Permainan ini dilakukan bersama dengan teman sekolah subjek di Sekolah Alam Ramadhani,
Usia pemain	Permainan ini lebih banyak dilakukan oleh anak-anak usia belasan tahun, kira-kira usia 10 tahun sampai 16 tahun. Hal itu mengingat bahwa dalam permainan ini diperlukan kelincahan berlari.
Jumlah pemain	Jumlah Pemain harus genap karena dibagi menjadi dua kelompok. Permainan ini biasanya dilakukan sedikitnya oleh enam orang. Semakin banyak peserta, permainan ini semakin seru dan menarik. Tentu saja, luas tidaknya arena bermain berpengaruh pada jumlah peserta.
Tempat bermain	Permainan ini dapat dilakukan di halaman rumah yang cukup luas dan rata. Hal ini mengingat permainan ini memerlukan arena yang diberi garis melintang sejajar, dan sama Panjang. Misalnya, diperlukan empat garis masing-masing sepanjang 5 meter dan dengan jarak 2,5 meter. Setelah itu, garis di ujung-ujung baris sehingga terbentuk segi empat Panjang yang terbagi menjadi empat sama besar. Sesudah itu, ditarik garis sumbu sehingga terbentuk enam buah bujur sangkar sama besar sisi-sisinya yakni 2,5 meter
Waktu bermain	Permainan ini biasanya dilakukan oleh anak-anak pada waktu luang. Misalnya siang hari pada jam istirahat sekolah, sore hari setelah kewajiban membantu pekerjaan orang tua selesai, malam hari setelah selesai belajar, terlebih lagi pada malam bulan purnama. Hal itu dimungkinkan karena pelaksanaan permainan ini tidak terpaku pada acara adat atau peristiwa penting yang berkaitan dengan agama atau keyakinan.

⁵⁵ Indiyah. P. A., *Permainan Tradisional Jawa* (PT Intan Pariwara: Klaten, 2010). Hlm 37-40

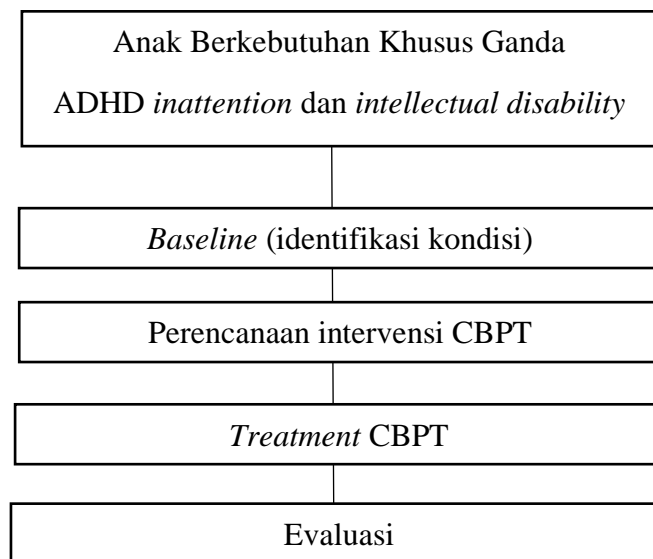
Peralatan	Kapur, dll
Persiapan	<p>Para peserta permainan yang berjumlah genap (misalnya A, B, C, D, E, F, G, H berarti 8 orang anak) dibagi menjadi dua kelompok. Setiap kelompok terdiri atas empat anak. dengan demikian, dapat dibuat garis melintang arena permainan sebanyak empat buah.</p> <p>Setelah itu, mereka (dengan pasangan masing-masing) melakukan <i>sut</i> untuk menentukan kelompok yang (<i>mentas</i>) dan yang kalah (<i>dadi</i>), sehingga terbentuk dua kelompok, misalnya kelompok yang menang A, B, C, D, dan yang kalah E, F, G, H.</p>
Aturan bermain	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelompok yang kalah menjadi penjaga garis. Mereka berjaga di garis melintang dan pergerakannya tidak boleh di luar garis. 2. Penjaga yang boleh melalui garis sumbu atau sodor adalah penjaga garis melintang pertama (<i>lawang ngarep</i>) yang juga sebagai sodor. Adapun pemain dari kelompok yang menang harus melewati keempat garis melintang dan Kembali ke pangkalan dengan melewati keempat garis melintang lagi. 3. Bila seorang pemain tersentuh, berarti kelompok itu kalah dan terjadilah pergantian kelompok bermain. 4. Demikian juga bila dalam satu kotak berisi lebih dari 1 pemain, maka kejadian itu disebut kobong. Hal itu berarti mati/gugur sehingga harus berganti pemain. 5. Pemain yang ingin berganti petak dengan pemain lain atau yang sering disebut alih lintang diperbolehkan, tetapi memberi tahu terlebih dahulu
Cara bermain	<p>Pertama-tama, setiap kelompok memiliki seorang anak yang terpilih untuk menjadi ketua sekaligus nantinya anak yang terpilih tersebut juga menjadi sodor. Misalnya kelompok A, B, C, D memilih A dan kelompok E, F, G, H memilih E. Kelompok yang menang A, B, C, D berada di depan, di luar garis melintang pertama (pintu masuk). Kelompok yang kalah menempati posisi, yaitu berdiri di garis-garis melintang sesuai perintah ketua.</p> <p>Posisi penjaga, mulai dari garis melintang pertama (pintu masuk) sampai dengan garis melintang berakhir “lawang ngarep” (pintu keluar) “lawang mburi” berbentuk <i>zig-zag</i>. Contohnya bila E sebagai sodor menjaga garis melintang pertama berada di sebelah kiri. F sebagai sodor menjaga garis melintang kedua di sebelah kanan. G menjaga garis melintang ketiga di sebelah kiri dari garis melintang terakhir (lawang mburi) di sebelah kanan. Selain dapat bergerak melalui garis melintang pertama. E sebagai sodor juga dapat melalui garis sumbu atau sodor.</p> <p>Kelompok A, B, C, D, dan F sebagai kelompok yang menang, petak melalui lawang ngarep atau garis melindungi pertama hingga dapat keluar, berada di belakang garis melintang terakhir atau lawang mburi. Selanjutnya, berusaha lagi Kembali melalui petak-petak tersebut hingga dapat keluar melewati lawang ngarep, mencapai tempat di depan seperti sediakala.</p> <p>Kelompok yang kalah E, F, G, dan H berjaga di garis masing-masing dan berusaha keras agar lawan tidak dapat menerobos garis masing-masing dan berusaha keras agar lawan tidak dapat menerobos garis penjagaan mereka. Jika salah seorang, sempurna A, berhasil masuk sampai belakang, keluar dan masuk lagi melewati lawang mburi, lalu berhasil Kembali ke depan hingga posisi seperti sediakala dengan selamat, tidak tersentuh oleh penjaga (E, F, G, H) berarti kelompok itu dianggap menang.</p> <p>Biasanya kelompok yang menang mendapatkan upah dari kelompok yang kalah, yaitu digendong oleh pasangan masing-masing sejauh jarak yang telah ditetapkan dalam perjanjian sebelum permainan dilaksanakan. Setelah itu, mereka bermain Kembali mulai dari awal.</p> <p>Tahap berikutnya kelompok yang menang A, B, C, dan D ada di depan lawang ngarep (garis melintang pertama), sedangkan kelompok yang kalah E, F, G, dan H menjaga garis atau tempatnya masing-masing. A dan B berhasil menerobos masuk petak-petak, tetapi belum mencapai lawang mburi (garis melintang terakhir). Kemudian, misalnya A berusaha menerobos tetapi dapat disentuh oleh sodor E, maka A mati/gugur. Hal itu berarti seluruh anggota kelompok (A, B, C, dan D) juga mati. Dengan begitu, kelompok pemain berganti. Kelompok E, F,</p>

	G, dan H berada di luar garis depan, sedangkan kelompok A, B, C, dan D sebagai penjaga garis, dan A sebagai sodor
--	---

B. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan dasar pemikiran dari penelitian yang disintesis dari fakta-fakta, observasi dan kajian kepustakaan. Kerangka berpikir atau biasa disebut juga dengan kerangka konseptual merupakan model konsep tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.⁵⁶

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



⁵⁶ Addini. Z. S., dkk, *Kerangka Berpikir Penelitian Kuantitatif* (Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran, 2023) Vol. 2. No. 1. Hlm 161