

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rencana Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan jenis pendekatan eksperimen. Pada penelitian ini metode penelitian yakni DEKT (desain eksperimental kasus tunggal) atau *Single Case Design* (SCD), merupakan pendekatan penelitian eksperimental dimana partisipan penelitian berperan sebagai kontrol mereka sendiri, sebuah prinsip yang dikenal sebagai logika dasar. Dalam *Single Case Design* setiap peserta dihadapkan pada kondisi “kontrol”, yang dikenal sebagai kondisi awal, dan kondisi intervensi.⁵⁷ *Single Case Design* merupakan eksperimen yang mana hanya satu orang yang diukur berulang kali. Studi ini sering direplikasikan pada satu atau dua subjek lainnya. Sering disebut juga sebagai *small-n design*. dan juga dapat dianggap sebagai variasi desain eksperimen quasi *pretest/posttest* akan tetapi dalam studi ini pengukuran *pretest* dan *posttest* dilakukan pada satu partisipan dalam penelitian tersebut.⁵⁸

Peneliti akan menambahkan pendekatan deskriptif untuk menjelaskan hasil eksperimen dengan menjelaskan dari gambaran detail hasil eksperimen itu melalui pengumpulan data dari wawancara, observasi, dan asesmen.

Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *reversal design*/ desain pembalikan. Desain pembalikan merupakan desain yang dalam subjek hanya satu peserta dimana variabel independen dimasukkan dan dikeluarkan satu kali atau lebih. Desain ini dimulai dengan mengambil langkah-langkah dasar setara

⁵⁷ Jennifer. R. L., & David. L. G., *Single Case Research Methodology; Applications in Special Education and Behavioral Sciences Third Edition* (New York & London: Routledge Taylor & Francis Group, 2018), hlm 36

⁵⁸ Sherri. L. J., *Research Methods and Statistics; A Critical Thinking Approach, Fourth Edition, International Edition* (United States of America: Wadsworth Cengage Learning International Offices, 2012) hlm 353

dengan kondisi kontrol dalam desain kelompok, dengan kata lain perlu untuk dinilai kinerja peserta sebelum memperkenalkan variabel independen atau sebelum diberikan *treatment*. Setelah melakukan pengukuran (*pretest*) dapat dilakukan *treatment* atau diperkenalkan variabel independen. Dalam penelitian ini digunakan jenis desain pembalikan ABA.⁵⁹ Di ruang terapi anak akan diamati selama beberapa jam/beberapa hari, dilakukan pencatatan kemampuan untuk mempertahankan *attention* yang dia tampilkan kemudian dicatat frekuensinya hal ini merupakan *baseline* atau situasi (A). kemudian diberikan perlakuan atau *treatment* perlakuan ini dipertahankan selama beberapa jam/beberapa hari, mencatat perilaku atau ketahanan *attention* hal ini merupakan intervensi atau situasi (B).⁶⁰

Keterangan:

Fase desain ABA

A1 (*Baseline 1*) : pengamatan awal intervensi untuk menetapkan level dasar *attention* subjek

B1 (*Intervensi*) : penerapan CBPT untuk meningkatkan *attention*

A2 (*Baseline 2*) : pengamatan akhir intervensi untuk mengetahui hasil akhir level *attention* subjek

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan tempat atau lingkungan yang digunakan untuk kegiatan penelitian guna mengumpulkan data, melakukan eksperimen, observasi, atau studi. Lokasi penelitian dipilih berdasarkan tujuan dan kebutuhan spesifik dari penelitian yang sedang dilakukan, dan tersedianya sumber daya yang

⁵⁹ Sherri. L. J., *Research Methods and Statistics; A Critical Thinking Approach, Fourth Edition, International Edition* (United States of America: Wadsworth Cengage Learning International Offices, 2012) hlm 354-356

⁶⁰ Suprpti. S., & Sumarmo. M., *Pengantar Psikologis Klinis* (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia UI-Press, 2015) hlm 161

diperlukan dalam memperoleh data yang valid dan relevan. Lokasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni di Sekolah Alam Ramadhani.

3. Data dan Sumber Data

Data merupakan bahan mentah yang perlu diolah sehingga menghasilkan informasi atau keterangan, baik kualitatif maupun kuantitatif yang menunjukkan fakta atau juga dapat didefinisikan data bermakna kumpulan fakta atau angka atau segala sesuatu yang dapat dipercaya kebenarannya sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk menarik kesimpulan.⁶¹ Pada penelitian ini data yang akan digunakan yakni berupa *attention* dan beberapa aspek yang akan ditingkatkan atau diperbaiki pada Anak Berkebutuhan Khusus Ganda (*attention deficit hyperactivity disorder* ADHD karakteristik *inattention* dan *intellectual disability*)

Dalam pengumpulan sumber data, peneliti melakukan pengumpulan sumber data dapat dibedakan dengan cara memperolehnya, ada dua jenis sumber data yakni data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian.⁶² Pada penelitian ini peneliti mengumpulkan data primer dengan menggunakan metode observasi.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang diterbitkan atau digunakan oleh organisasi yang bukan pengolahannya.⁶³ Data sekunder juga merupakan data

⁶¹ Syofian. S., *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS Edisi Pertama* (Jakarta: Prenamedia Group, 2015), hlm 16

⁶² Syofian. S., *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS Edisi Pertama* (Jakarta: Prenamedia Group, 2015), hlm 16

⁶³ Syofian. S., *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS Edisi Pertama* (Jakarta: Prenamedia Group, 2015), hlm 16

⁶³ Syofian. S., *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS Edisi Pertama* (Jakarta: Prenamedia Group, 2015), hlm 16

yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti yang melakukan penelitian dari sumber-sumber yang telah ada. Data ini biasanya diperoleh dari perpustakaan atau dari laporan-laporan penelitian terdahulu.⁶⁴ Pada penelitian ini peneliti menggumpulkan data sekunder dengan menggunakan metode catatan di sekolah, dan dokumentasi.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian yakni seorang anak berkebutuhan khusus ganda (*inattention* dan *intellectual disability*) pada aspek *inattention* yakni anak mengalami salah satu karakteristik *attention deficit hyperactivity disorder* (ADHD) yang memiliki 3 klasifikasi yakni *inattention* (kurangnya perhatian), hiperaktif, dan implusif. Dan pada subjek ini menunjukkan ADHD *inattention* akan tetapi tidak mengalami hiperaktif maupun implusif. Dan pada aspek *intellectual disability* dilakukan asesmen menggunakan tes CPM yang menunjukkan grade V. Pada penelitian ini akan lebih fokus untuk meningkatkan *attention* pada subjek dengan mempertimbangkan segala aspek yang ada pada subjek. Subjek penelitian ini merupakan salah satu dari siswi yang berada di Sekolah Alam Ramadhani.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data.⁶⁵ dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yakni;

1) Observasi

Observasi merupakan kegiatan mengenali tingkahlaku individu, yang biasanya akan diakhiri dengan mencatat hal-hal yang dipandang penting sebagai penunjang

⁶⁴ Misbahuddin., & Iqbal. H., *Analisis Data Penelitian dengan Statistik Edisi Kedua* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013), hlm 21-22

⁶⁵ Maman. A., Sambas. A. M., & Ating. S., *Dasar-Dasar Metode Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2011), hlm 38

informasi mengenai subjek. Informasi yang diperoleh dari observasi yakni informasi situasi sekarang.⁶⁶ Dalam penelitian *Single Case Design* data dikumpulkan berulang kali dan hampir selalu melalui rekaman observasi, peneliti mengamati dan mencatat perilaku yang berdasarkan sistem yang dirancang dan pengambilan keputusan berdasarkan pengamatan tersebut. Dalam penelitian ini observasi dilakukan untuk mengamati aktivitas dan perilaku subjek selama pelaksanaan penelitian dari Asesmen, *Baseline*, hingga Intervensi.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati secara spesifik dimana fenomena tersebut yang dinamakan variabel penelitian.⁶⁷ Pada penelitian ini jenis penilaian variabel dependen atau *attention* yakni instrument *attention* beserta observasi dan pencatatan langsung, sistematis (*direct, systematic observation and recording/DSOR*) hal ini dilakukan pengawasan terhadap subjek dan mengukur apa yang mereka lakukan dengan cara yang terikat pada aturan dan sistematis.⁶⁸ Pada variabel dependen *attention* pengukuran yang dilakukan dengan skala 1-7 pada instrument *attention*.

Pada variabel *attention* terdapat beberapa aspek yang perlu diukur diantaranya yakni;

1. *Attention* Selektif & Kapasitas Pemrosesan
2. Tingkat Rangsangan
3. Pengendalian *Attention*
4. Kesadaran
5. *Neurosains* Kognitif

⁶⁶ Ki. F., *Pengantar Psikodiagnostik* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020) hlm 18-19

⁶⁷ Sugiyono., *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: CV Alfabeta, 2016), hlm 102

⁶⁸ Jennifer. R. L., & David. L. G., *Single Case Research Methodology; Applications in Special Education and Behavioral Sciences Third Edition* (New York & London: Routledge Taylor & Francis Group, 2018), hlm 162

Tabel 3.1 Instrumen *Attention*

No	Aspek	Indikator	Indikator Perilaku	%	Skor (1-7)	Catatan
1.	<i>Attention Selektif dan Kapasitas Pemerosesan (20%)</i>	1. Kemampuan menyaring informasi penting dan mengabaikan gangguan sekitar	1. Subjek tetap fokus menyimak instruksi peneliti meskipun suasana sekitar sedikit bising	3,3%		
			2. Subjek mampu melanjutkan tugas meski ada suara atau kegiatan lain di sekitarnya	3,3%		
			3. Subjek mampu memilih informasi yang relevan saat membaca atau mendengarkan instruksi	3,3%		
		2. Kemampuan untuk tetap fokus meski ada suara, Gerakan, atau percakapan di sekelilignya	4. Subjek tetap mengerjakan tugasnya walau ada teman yang berbicara di dekatnya	3,3%		
			5. Subjek tidak memperhatikan suara gaduh di sekitar saat sedang belajar	3,3%		
			6. Subjek tetap fokus meski ada aktivitas lain yang berlangsung di sekitarnya	3,3%		
2.	<i>Tingkat Rangsangan (20%)</i>	1. Lebih cepat memperhatikan jika ada instruksi menarik (gerakan, suara, ekspresi)	7. Subjek tampak lebih fokus Ketika guru menggunakan ekspresi wajah yang menarik	3,3%		
			8. Subjek cepat merespons instruksi yang disertai dengan Gerakan tangan atau tubuh	3,3%		
			9. Subjek lebih tertarik dan responsif terhadap penjelasan yang disertai intonasi atau perubahan volume suara	3,3%		
		2. Subjek memberi respons cepat terhadap stimulus permainan (gerakan, aba-aba)	10. Subjek segera bergerak saat mendapat aba-aba dalam permainan	3,3%		
			11. Subjek cepat merespons saat melihat gerakan instruktur dalam permainan	3,3%		
			12. Subjek langsung menghentikan aktivitas saat diberi aba-aba berhenti dalam permainan	3,3%		
3.	<i>Pengendalian Attention (20%)</i>	1. Kemampuan mempertahankan perhatian selama permainan berlangsung	13. Subek tetap fokus mengikuti aturan permainan dari awal hingga akhir	3,3%		
			14. Subjek tidak meninggalkan permainan meskipun berlangsung cukup lama	3,3%		
			15. Subjek mampu menjaga perhatian meskipun permainan dilakukan secara berulang	3,3%		
		2. Kemampuan mengalihkan perhatian ke stimulus baru yang relevan jika diminta	16. Subjek mampu menghentikan aktivitas sebelumnya dan memperhatikan instruksi baru	3,3%		
			17. Subjek tidak menunjukkan kebingungan saat berpindah dari satu tugas ke tugas lain	3,3%		
			18. Subjek dapat menyesuaikan	3,3%		

			perhatian ke arah stimulus baru tanpa perlu diulang			
4.	Kesadaran (20%)	1. Kemampuan dalam memahami aturan permainan & menyadari kapan harus bergerak/diam	19. Subjek mengikuti aturan permainan tanpa perlu diingatkan berulang kali	3,3%		
			20. Subjek bergerak saat waktunya bergerak dan diam saat diminta berhenti	3,3%		
			21. Subjek tampak memahami sinyal atau aba-aba dalam permainan	3,3%		
		2. Kemampuan dalam merefleksikan tindakan dengan bantuan verbal sederhana	22. Subjek mengganggu atau memberikan respons saat diingatkan secara verbal tentang tindakannya	3,3%		
			23. Subjek dapat menyebutkan kesalahan kecil yang telah dilakukannya setelah diberi pertanyaan sederhana	3,3%		
			24. Subjek menunjukkan pemahaman atas koreksi verbal seperti "Tadi kamu harusnya diam, ya?"	3,3%		
5.	Neuroscains Kognitif (20%)	1. Kemampuan dalam keterlibatan secara motorik dan kognitif (mengikuti ritme dan, pola permainan)	25. Subjek mampu menyesuaikan gerakan tubuhnya sesuai dengan ritme permainan.	3,3%		
			26. Subjek mengikuti urutan pola permainan tanpa mengalami kebingungan.	3,3%		
			27. Subjek tampak berpikir sebelum bertindak saat permainan berlangsung.	3,3%		
		2. Menunjukkan peningkatan kemampuan memulai & mengakhiri aksi secara tepat waktu	28. Subjek menunjukkan koordinasi antara pemahaman instruksi dan gerakan tubuhnya	3,3%		
			29. Subjek dapat segera memulai tugas ketika instruksi diberikan tanpa perlu diingatkan berulang kali	3,3%		
			30. Subjek dapat menyelesaikan tugas sesuai waktu yang ditentukan tanpa terganggu oleh hal lain	3,3%		

E. Intervensi/treatment

Intervensi merupakan upaya untuk mengubah perilaku, pikiran atau perasaan seseorang.⁶⁹ Dalam penelitian ini yang digunakan yakni (*cognitive behavioral play therapy*) CBPT yang terdapat 3 metode intervensi didalamnya yakni; Teknik Kognitif (*Cognitive Therapy/ CT*), Teknik Perilaku (*Behavior Therapy/BT*), dan Teknik

⁶⁹ Suprapti. S. & Sumarmo. M., *Pengantar Psikologi Klinis* (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia Press, 2015), hlm, 135

Bermain (*Play Therapy*). Pada penelitian intervensi yang akan dilakukan berupa terapi bermain kognitif-perilaku (*Cognitive Behavior Play Therapy/ CBPT*) terapi ini dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian⁷⁰

Dalam *Cognitive Behavioral Play Therapy* (CBPT) untuk meningkatkan *attention* pada anak ADHD dengan karakteristik *inattention* terdapat beberapa tujuan spesifik dari setiap pendekatan;

1. Terapi Kognitif (*Cognitive Therapy*)

Tujuan: mengembangkan keterampilan berpikir dan strategi kognitif untuk meningkatkan *attention* subjek.

- a. Meningkatkan kesadaran diri terhadap pola pikir yang mengganggu fokus subjek
- b. Melatih *self-monitoring* agar subjek dapat mengenali saat perhatiannya mulai teralihkan
- c. Mengembangkan strategi internal (dengan contoh menggunakan *self-talk positive*) untuk mengarahkan kembali fokus ke tugas atau permainan
- d. Meningkatkan keterampilan pemecahan masalah, sehingga subjek dapat tetap mengikuti aturan dan strategi permainan tanpa kehilangan perhatian

2. Terapi Perilaku (*Behavior Therapy*)

Tujuan: memodifikasi perilaku dan membentuk kebiasaan *attention* yang lebih baik melalui penguatan positif

- a. Menggunakan *reinforcement positive* (pujian, hadiah, token) untuk meningkatkan fokus dalam permainan
- b. Menciptakan rutinitas dan struktur, agar subjek terbiasa mengikuti aturan dan instruksi dengan lebih baik

⁷⁰ Susan. M. K., *Cognitive Behavioral Play Therapy* (United States of America: Rowman & Littlefield Publishers Inc, 2004)

- c. Melatih respon penghambatan (*inhibitory control*), agar subjek tidak mudah terdistraksi atau bertindak impulsif saat bermain
- d. Mengurangi perilaku tidak fokus, dengan menggunakan teknik *time-out* atau *redirection* jika anak kehilangan perhatian

3. Terapi Bermain (*Play Therapy*)

Tujuan: meningkatkan *attention* melalui aktivitas bermain yang menarik dan terstruktur

- a. Menggunakan permainan berbasis aturan (dalam penelitian ini menggunakan Gobak Sodor) untuk melatih fokus dan keterampilan mengikuti instruksi
- b. Melatih keterampilan sosial, dalam permainan Gobak Sodor merupakan permainan bersifat kelompok agar subjek tetap memperhatikan giliran dan instruksi teman.
- c. Memanfaatkan elemen sensorik dan gerakan, untuk membantu subjek lebih terlibat secara aktif dalam aktivitas
- d. Membantu subjek menghubungkan *attention* dengan hasil positif, seperti keberhasilan dalam permainan dan interaksi yang menyenangkan

Penelitian ini menggunakan *cognitive behavioral play therapy* dengan jenis permainan yakni;

Permainan Tradisional Gobak Sodor

Sebagai bentuk *play therapy* yang digunakan yakni sebuah permainan tradisional Gobak Sodor, dan merupakan permainan tradisional yang memiliki nilai kerjasama yang tinggi. Permainan ini dilatih untuk berkerjasama dan menyusun strategi dengan tim. Permainan ini bersifat kolektif.

F. Teknik Analisis Data

Dalam rangkaian kegiatan menganalisis data meliputi: mengelompokkan data berdasarkan variabel, mentabulasi data, menyajikan data melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.⁷¹ Pada penelitian ini teknik analisis data yakni menggunakan metode analisis deskriptif merupakan metode statistik untuk menggambarkan, meringkas, dan menyajikan data apa adanya melalui statistik seperti mean, standar deviasi, tabel, hipotetik, dan grafik, untuk memahami karakteristik data seperti pola dan tren tanpa membuat generalisasi luas,

G. Rancangan Intervensi

Rancangan intervensi adalah sebuah rincian, tata cara atau rancangan yang akan dilakukan sebelum memberikan intervensi kepada subjek. Pada penelitian ini intervensi menggunakan permainan tradisional Gobak Sodor sebagai *cognitive behavioral play therapy*.

1. Jumlah Sesi dan Struktur

Jumlah total sesi 10 *treatment* (1 pertemuan = 45-60)

Frekuensi = 2 hari sekali

Tabel 3.2 Struktur Tiap Sesi

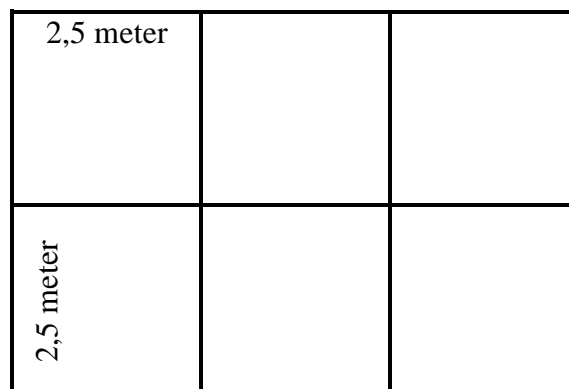
Tahap	I	II	III	IV	V	VI
Struktur	Pembukaan	Pembukaan	Permulaan permainan	Permainan	Permainan inti	penutup
Waktu	5 menit	10 menit	5 menit	5 menit	10 menit	10 menit
Kegiatan	Pengkondisian subjek	Mengenalkan aturan bermain	Membagi teman bermain subjek sebagai penjaga atau penyerang	<i>Modelling</i> dimana teman setim subjek melakukan penyerangan pertama	Inti permainan Gobak Sodor serta penerapan CBPT	<i>Reinforcement positive</i> dan refleksi

⁷¹ Sugiyono., *Metode Penelitian Manajemen Pendekatan; 1. Kuantitatif 2. Kualitatif 3. Kombinasi (Mixed Methods) 4. Penelitian Tindakan (Action Research) 5. Penelitian Evaluasi.* (Bandung: Alfabeta, 2014) hlm 238

2. Rancangan Prosedur Pelaksanaan Intervensi yakni;

- a. Peneliti menyiapkan alat rekam untuk merekam selama proses permainan berlangsung sebagai alat untuk membantu analisis dalam penelitian
- b. Peneliti menyiapkan asisten penelitian sebagai observer untuk mengukur *attention* subjek menggunakan *print out* dari alat ukur kemampuan *attention* untuk membantu mempermudah peneliti dalam memberikan nilai secara langsung.
- c. Peneliti menyiapkan tempat bermain sebelum di mulainya *treatment*, permainan Gobak Sodor dilakukan di halaman Sekolah Alam Ramadhani. Tempat ini digunakan karena areanya luas, rata, tidak berbatu, dan cukup berpasir. Kemudian arena yang akan digunakan diberi garis melintang sejajar, dan sama panjang. Empat garis masing-masing sepanjang 5 meter dan dengan jarak 2,5 meter. Setelah itu, garis di ujung-ujung baris sehingga berbentuk segi empat panjang yang terbagi menjadi empat sama besar. Sesudah itu, ditarik garis sumbu sehingga terbentuk enam bujur sangkar sama besar sisi-sisinya yakni 2,5 meter.

Gambar 3.1 Ilustrasi Ukuran Arena Bermain Gobak Sodor



- d. Pada *treatment* permainan tradisional Gobak Sodor teman bermain subjek yakni berjumlah 6 anak termasuk subjek dan 5 anak lainnya diantaranya yakni

Tabel 3.3 Daftar Nama Teman Bermain Subjek

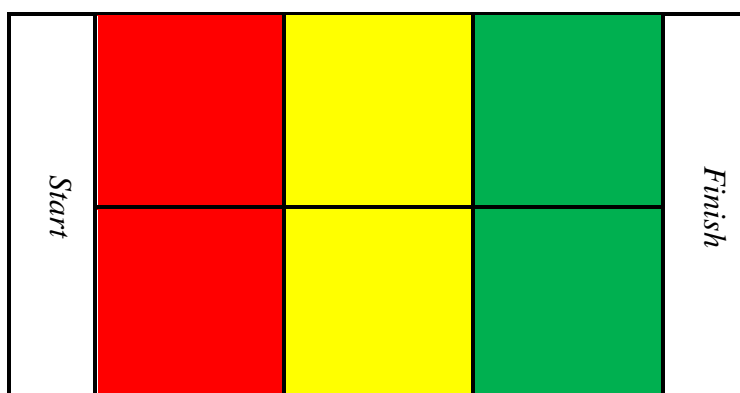
No	Nama	Karakter kepribadian	Kemampuan sosial
1.	Fa (perempuan)		
2.	Aa (perempuan)		
3.	Mj (laki-laki)		
4.	Fi (laki-laki)		
5.	Dn (laki-laki)		
Pemain pengganti			
6.	Ar (laki-laki)		
7.	Bg (laki-laki)		

Jumlah teman bermain 5 jika dalam kondisi optimal dan jumlah teman bermain menjadi 3 jika ditemukan pada kondisi yang tidak optimal seperti jika terdapat beberapa siswa yang tidak masuk, sebab teman bermain subjek diambil dari teman sebaya atau satu kelas yakni siswa kelas 5 pemilihan karena seluruh teman bermain ini memiliki pengalaman bermain Gobak Sodor, sudah dan sering bermain Gobak Sodor. Teman bermain subjek berperan sebagai model perilaku fokus dan mengikuti aturan

- e. Langkah pertama yakni pembukaan, disini peneliti menjelaskan aturan bermain Gobak Sodor kepada subjek dan teman bermain subjek diantaranya yakni;
- Kelompok yang kalah menjadi penjaga garis. Mereka berjaga di garis melintang dan pergerakannya tidak boleh di luar garis.
 - Penjaga yang boleh melalui garis sumbu dan Sodor adalah penjaga garis melintang pertama (*lawang ngarep*) 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.
 - Bila seorang pemain tersentuh, berarti kelompok tersebut kalah dan terjadilah pergantian kelompok bermain.

- 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.
- Pemain yang ingin berganti petak dengan pemain lain atau yang sering disebut alih lintang diperbolehkan, tetapi memberi tahu dahulu.
- Modifikasi permainan terdapat pada aturan tambahan dari permainan Gobak Sodor yakni subjek harus menyebutkan warna sebelum melewati penjaga. Pada baris awal sebelum melewati penjaga pertama warna yang disebut yakni merah, kedua kuning, dan ketiga yakni hijau dan seterusnya.

Gambar 3.2 Ilustrasi Zona Warna Yang Harus Disebut Oleh Subjek



- f. Langkah selanjutnya yakni masuk pada tahap permainan dimana posisi subjek menjadi kelompok pertama yang bermain untuk teman bermain subjek dilakukan hompimpa untuk menyeleksi kelompok yang akan bermain dan kelompok yang menjadi penjaga.
1. Selama permainan berlangsung peneliti mengajarkan kepada subjek beberapa teknik diantaranya yakni;
 - a) Teknik *self-talk positive*
 Subjek diminta memilih kalimat favorit mereka, berikut contoh kalimat yang diajarkan;

- 1) “Aku Pasti Bisa!”
- 2) “Tenang, Aku sudah tahu jalurnya”
- 3) “Kalau gagal, aku coba lagi”
- 4) “Aku akan tetap semangat walaupun belum berhasil”
- 5) “Aku bagian dari tim hebat”
- 6) “Saya harus bisa, Saya harus fokus pada permainan”

Peneliti mencontohkan kalimat *self-talk positive* sebelum permainan

b) Teknik *pause and think*

Peneliti akan memberi aba-aba khusus (“*pause!*” atau “*berhenti dulu!*”) yang dimana subjek diajak berpikir sejenak tentang langkah yang akan diambil, lalu melanjutkan bermain. Peneliti juga dapat menggunakan kartu atau papan kecil sebagai isyarat

c) Teknik *time out*

Peneliti menjelaskan alasan *time-out*, hal ini dilakukan ketika subjek berada dikondisi tidak terkontrol, subjek di ajak keluar arena bermain dan duduk. Durasi 1-3 menit setelah selesai subjek diajak kembali bermain dengan bimbingan. Peneliti dapat menggunakan bantuan *visual card* “*saatnya istirahat dulu!*” dan “*aku siap bermain lagi!*”

d) Teknik *self-monitoring*

Peneliti membantu subjek untuk membuat *list* atau menetapkan target lalu subjek dimintai menjelaskan keadaan dirinya sendiri selama bermain dnengan bantuan *face card* memilih sesuai apa yang dia alami

e) Teknik *redirection*

Peneliti mengalihkan subjek kedalam aktivitas atau respon secara halus serta menjaga suasana bermain yang menyenangkan. Peneliti juga dapat

menggunakan *card peace* sebagai isyarat visual yang berarti kode kepada subjek untuk tetap tenang.

- g. Jika dalam permainan subjek berhasil melewati maka akan diberikan *reinforcement positive* berupa pujian dan token sesuai dengan kondisi subjek yang lagi menyukai suatu hal.
- h. Subjek akan diajak untuk merefleksikan tentang permainan hari itu serta berdiskusi mengenai beberapa hal seperti tantangan game selanjutnya.

H. Jadwal Intervensi

Intervensi kepada subjek dengan menggunakan Permainan Tradisional Gobak Sodor sebagai *cognitive behavioral play therapy* ini dilakukan dengan 2 siklus *treatment*. pada *treatment* pertama akan dilaksanakan pada 19 Agustus 2025 sampai tanggal 05 September 2025. *Treatment* kedua dilaksanakan pada tanggal 10 September 2025 sampai 19 September 2025. *Treatment* pertama dan kedua diberikan selama 5 kali setiap 2 hari sekali durasi total 45-60 menit untuk *treatment*.

Tabel 3.4 Jadwal Intervensi

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
Selasa, 19 Agustus 2025 I	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan dimulai teman setim menjadi langkah awal yang maju ke kotak pertama beserta menyebutkan warna “merah”	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan melangkah pada kotak	10 menit	Agar subjek dapat menjalankan dengan fokus	Sebelum subjek melangkah peneliti

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
	pertama serta menyebutkan warna “merah” setelah berhasil masuk dan menghindari penjaga		melalui cara subjek dapat melangkah melewati penjaga beserta menyebutkan warna “merah” setelah masuk pada penjaga pertama dan mengikuti aturan yang telah diberitahu sebelumnya	akan mengenalkan <i>self talk positive</i> kepada subjek dengan kata "saya bisa...saya harus fokus pada permainan"
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token Ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna “merah” agar subjek semangat dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Kamis, 21 Agustus 2025 II	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan dimulai teman setim menjadi langkah awal yang maju ke kotak pertama beserta menyebutkan warna “merah” dan melangkah ke penjaga selanjutnya yakni pada kotak kedua dengan menyebutkan warna “kuning”	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan melangkah pada kotak pertama serta menyebutkan warna “merah” setelah berhasil masuk dan menghindari penjaga dan melangkah ke kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna "kuning"	10 menit	Agar subjek dapat menjalankan dengan fokus melalui cara subjek dapat melangkah melewati penjaga beserta menyebutkan warna “merah” setelah masuk pada penjaga pertama dan mengikuti aturan yang telah diberitahu sebelumnya kemudian subjek melangkah pada penjaga kedua lalu menyebutkan warna “kuning”	peneliti akan mengenalkan dan menerapkan teknik <i>pause and think</i> dimana peneliti memberi aba-aba subjek dengan kata “ <i>pause</i> ” yang artinya subjek di suruh berhenti dan berpikir cara untuk melangkah pada kotak kedua
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
			menyebutkan warna “merah” agar subjek semangat lalu bertambah ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna “kuning” dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Senin, 01 September 2025 III	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan dimulai teman setim menjadi langkah awal yang maju ke kotak pertama beserta menyebutkan warna “merah” dan melangkah ke penjaga selanjutnya yakni pada kotak kedua dengan menyebutkan warna “kuning” dan melangkah ke penjaga selanjutnya yakni pada kotak 3 dengan menyebutkan warna “hijau”	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan melangkah pada kotak pertama serta menyebutkan warna “merah”, “kuning” dan “hijau” setelah berhasil masuk dan menghindari penjaga	10 menit	Agar subjek dapat menjalankan dengan fokus melalui cara subjek dapat melangkah melewati penjaga beserta menyebutkan warna “merah” setelah masuk pada penjaga pertama dan mengikuti aturan yang telah diberitahu sebelumnya kemudian subjek melangkah pada penjaga kedua lalu menyebutkan warna “kuning” dan melangkah pada kotak ketiga dengan menyebutkan warna “hijau”	peneliti akan mengenalkan teknik <i>time out</i> dengan menggunakan card 1 “saatnya waktu istirahat” subjek diberikan waktu untuk mengatur diri dan card 2 “aku mau bermain lagi” ketika subjek siap bermain lagi
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
			menyebutkan warna “merah” agar subjek semangat lalu bertambah Ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna “kuning” serta kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna “hijau” dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Rabu, 03 September 2025 IV	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompok
	Sesi 4: permainan di mulai teman setim menjadi langkah awal mencontohkan melalui seluruh penjaga hingga berhasil melewati dan mencapai <i>finish</i>	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan menjalankan hingga harus selesai melewati seluruh penjaga dan sampai di <i>finish</i>	10 menit	Agar subek mulai terbiasa dengan aturan dan permainan sehingga mulai fokus dan mengatur strategi	Peneliti mengenalkan dan menerapkan teknik <i>self-monitoring</i> dengan bantuan peneliti sebelum memulai permainan mempunyai target dan setelah bermain subjek apakah bisa mengevaluasi diri dengan bantuan <i>card emoji</i>
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna “merah” agar subjek semangat lalu bertambah Ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna “kuning” serta kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna “hijau”	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
			berakhir mencapai <i>finish</i> dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	
Jum' at, 05 September 2025 V	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan di mulai teman setim menjadi langkah awal mencontohkan melalui seluruh penjaga hingga berhasil melewati dan mencapai <i>finish</i> dan menyebutkan " <i>Raja</i> " bagi pemain laki-laki dan " <i>Ratu</i> " bagi pemain perempuan	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain melalui seluruh penjaga hingga berhasil melewati dan mencapai <i>finish</i> dan menyebutkan " <i>Raja</i> " bagi pemain laki-laki dan " <i>Ratu</i> " bagi pemain perempuan	10 menit	Agar subek mulai terbiasa dengan aturan dan permainan sehingga mulai fokus dan mengatur strategi	Peneliti mengenalkan dan menerapkan teknik <i>redirection</i> Ketika subjek berada di kondisi tidak terkontrol subjek akan di ajak peneliti untuk mengarahkan kembali dengan sesuai kondisi misal <i>card peace</i> dimana subjek diminta untuk tenang
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token Ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna " <i>merah</i> " agar subjek semangat lalu bertambah ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna " <i>kuning</i> " serta kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna " <i>hijau</i> " berakhir mencapai <i>finish</i> serta menyebutkan " <i>Ratu</i> " dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
			memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	
Siklus <i>treatment 2</i>				
Rabu, 10 September 2025 VI	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan dimulai teman setim menjadi langkah awal yang maju ke kotak pertama beserta menyebutkan warna "merah"	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan melangkah pada kotak pertama serta menyebutkan warna "merah" setelah berhasil masuk dan menghindari penjaga	10 menit	Agar subjek dapat menjalankan dengan fokus melalui cara subjek dapat melangkah melewati penjaga beserta menyebutkan warna "merah" setelah masuk pada penjaga pertama dan mengikuti aturan yang telah diberitahu sebelumnya	Sebelum subjek melangkah peneliti akan mengenalkan <i>self-talk positive</i> kepada subjek dengan kata "saya bisa, saya harus fokus pada permainan"
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token Ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna "merah" agar subjek semangat dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Jum' at, 12 September 2025 VII	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
				hompimpa
	Sesi 4: permainan dimulai teman setim menjadi langkah awal yang maju ke kotak pertama beserta menyebutkan warna “merah” dan melangkah ke penjaga selanjutnya yakni pada kotak kedua dengan menyebutkan warna “kuning”	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan melangkah pada kotak pertama serta menyebutkan warna “merah” setelah berhasil masuk dan menghindari penjaga dan melangkah ke kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna “kuning”	10 menit	Agar subjek dapat menjalankan dengan fokus melalui cara subjek dapat melangkah melewati penjaga beserta menyebutkan warna “merah” setelah masuk pada penjaga pertama dan mengikuti aturan yang telah diberitahu sebelumnya kemudian subjek melangkah pada penjaga kedua lalu menyebutkan warna “kuning”	peneliti akan mengenalkan dan menerapkan teknik <i>pause and think</i> dimana peneliti memberi aba-aba subjek dengan kata “ <i>pause</i> ” yang artinya subjek di suruh berhenti dan berpikir cara untuk melangkah pada kotak kedua
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token Ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna “merah” agar subjek semangat lalu bertambah Ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna “kuning” dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Senin, 15 September 2025 VIII	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan dimulai teman setim menjadi langkah awal yang maju ke kotak pertama beserta menyebutkan warna “merah” dan melangkah ke penjaga	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
	selanjutnya yakni pada kotak kedua dengan menyebutkan warna “ <i>kuning</i> ” dan melangkah ke penjaga selanjutnya yakni pada kotak 3 dengan menyebutkan warna “ <i>hijau</i> ”			
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan melangkah pada kotak pertama serta menyebutkan warna “ <i>merah</i> ”, “ <i>kuning</i> ” dan “ <i>hijau</i> ” setelah berhasil masuk dan menghindari penjaga	10 menit	Agar subjek dapat menjalankan dengan fokus melalui cara subjek dapat melangkah melewati penjaga beserta menyebutkan warna “ <i>merah</i> ” setelah masuk pada penjaga pertama dan mengikuti aturan yang telah diberitahu sebelumnya kemudian subjek melangkah pada penjaga kedua lalu menyebutkan warna “ <i>kuning</i> ” dan melangkah pada kotak ketiga dengan menyebutkan warna “ <i>hijau</i> ”	peneliti akan mengenalkan teknik <i>time out</i> dengan menggunakan <i>card 1</i> “ <i>saatnya waktu istirahat</i> ” subjek diberikan waktu untuk mengatur diri dan <i>card 2</i> “ <i>aku mau bermain lagi</i> ” Ketika subjek siap bermain lagi
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token Ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna “ <i>merah</i> ” agar subjek semangat lalu bertambah ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna “ <i>kuning</i> ” serta kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna “ <i>hijau</i> ” dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Rabu, 17 September 2025 IX	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se-tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan di mulai teman setim menjadi langkah awal mencontohkan melalui	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
	seluruh penjaga hingga berhasil melewati dan mencapai <i>finish</i>		melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain dan menjalankan hingga harus selesai melewati seluruh penjaga dan sampai di <i>finish</i>	10 menit	Agar subjek mulai terbiasa dengan aturan dan permainan sehingga mulai fokus dan mengatur strategi	Peneliti mengenalkan dan menerapkan teknik <i>self-monitoring</i> dengan bantuan peneliti sebelum memulai permainan mempunyai target dan setelah bermain subjek apakah bisa mengevaluasi diri dengan bantuan <i>card emoji</i>
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token Ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna " <i>merah</i> " agar subjek semangat lalu bertambah Ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna " <i>kuning</i> " serta kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna " <i>hijau</i> " berakhir mencapai <i>finish</i> dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan dan perlu di tingkatkan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan
Jum' at, 19 September 2025 X	Sesi 1: mengkondisikan subjek untuk mengikuti permainan	5 menit	Agar subjek terkondisikan dan mau mengikuti peneliti dan siap untuk bermain Gobak Sodor	Pengkondisian subjek beserta teman bermainnya
	Sesi 2: memperkenalkan atau menjelaskan aturan bermain	10 menit	Agar subjek memahami aturan bermain Gobak Sodor	Penjelasan aturan baik kepada subjek maupun teman bermainnya
	Sesi 3: pembagian kelompok bermain	5 menit	Agar subjek dapat mengetahui teman se tim dan siapa yang menjadi lawan bermainnya	Subjek posisi selalu menjadi penyerang dan teman bermainnya yang menjadi penyerang maupun penjaga sesuai dengan hompimpa
	Sesi 4: permainan di mulai teman setim menjadi langkah awal mencontohkan melalui seluruh penjaga hingga berhasil melewati dan mencapai <i>finish</i> dan menyebutkan " <i>Raja</i> " bagi pemain laki-laki dan " <i>Ratu</i> " bagi pemain perempuan	5 menit	Teman bermain subjek setim agar dapat menjadi contoh atau (<i>modelling</i>) untuk subjek melakukan yang sama dalam mengikuti aturan bermain.	Subjek melangkah kedua setelah salah satu dari teman setim melangkah maju
	Sesi 5: subjek mulai bermain melalui seluruh penjaga	10 menit	Agar subjek mulai terbiasa dengan aturan dan permainan	Peneliti mengenalkan dan menerapkan teknik

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Durasi	Tujuan	Keterangan
	hingga berhasil melewati dan mencapai <i>finish</i> dan menyebutkan “ <i>Raja</i> ” bagi pemain laki-laki dan “ <i>Ratu</i> ” bagi pemain perempuan		sehingga mulai fokus dan mengatur strategi	<i>redirection</i> Ketika subjek berada di kondisi tidak terkontrol subjek akan di ajak peneliti untuk mengarahkan kembali dengan sesuai kondisi misal <i>card peace</i> dimana subjek diminta untuk tenang
	Sesi 6: memberikan <i>reinforcement positive</i> dan memberikan refleksi	10 menit	Memberikan pujian, hadiah, atau token ketika subjek berhasil menyelesaikan penjaga pertama dan menyebutkan warna “ <i>Merah</i> ” agar subjek semangat lalu bertambah ketika berhasil melangkah pada kotak kedua dan menyebutkan warna “ <i>Kuning</i> ” serta kotak selanjutnya dengan menyebutkan warna “ <i>Hijau</i> ” berakhir mencapai <i>finish</i> serta menyebutkan “ <i>Ratu</i> ” dan mau bermain kembali pada pertemuan selanjutnya dan memberikan refleksi kepada subjek agar mengerti apa saja yang berhasil dia lakukan	<i>Reinforcement positive</i> bisa berbentuk apapun menyesuaikan kondisi subjek dan refleksi juga sebagai bentuk penjelasan tentang aturan atau jalannya permainan