

## OPTIMALISASI KONSENTRASI ANAK *ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER* (ADHD) DENGAN PERMAINAN EDUKATIF

Nur Anisa Mulyani<sup>1</sup>, Rintis Rizkia Pangestika<sup>2</sup>  
Fakultas Pendidikan Dan Ilmu Keguruan<sup>123</sup>, Universitas Muhammadiyah Purworejo<sup>123</sup>  
e-mail: [anissapawiro3@gmail.com](mailto:anissapawiro3@gmail.com)<sup>1</sup>, [rintis@umpwr.ac.id](mailto:rintis@umpwr.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstrak:** Salah satu jenis penggolongan anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah gangguan perilaku atau ADHD. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) berdasarkan analisa medis merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan adanya gangguan konsentrasi, hiperaktif, dan gangguan sosial emosional. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi pada anak yaitu dengan permainan edukatif. Penelitian ini menggunakan metode penelitian studi literatur. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh penggunaan permainan edukatif dalam meningkatkan konsentrasi pada anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Data dikumpulkan dengan mencari penelitian terdahulu yang relevan dengan pengaruh alat permainan edukatif dalam meningkatkan konsentrasi anak ADHD. Dari data yang terkumpul menghasilkan bahwa anak ADHD merespon positif dengan mereka bisa dalam mengikuti pembelajaran setelah adanya permainan edukatif. Kesimpulan dari penelitian ini adalah penggunaan alat permainan edukatif dapat meningkatkan konsentrasi anak ADHD.

**Kata Kunci:** alat permainan edukatif, konsentrasi, ADHD

### **OPTIMIZING THE CONCENTRATION OF CHILDREN WITH *ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER* (ADHD) USING EDUCATIONAL GAMES**

**Abstract:** One type of classification of children with special needs (ABK) is behavioral disorders or ADHD. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) based on media analysis is a condition characterized by impaired concentration, hyperactivity and social emotional disorders. One effort that can be made to increase children's concentration is with educational games. This research uses a literature study research method. Data was collected by looking for previous research that was relevant to the effect of educational game tools in improving the concentration of children with ADHD. The data collected shows that ADHD children respond positively and are able to participate in learning after educational games. The conclusion of this research is that the use of educational games can improve the concentration of ADHD children

**Keywords:** educational game tools, concentration, ADHD

### **PENDAHULUAN**

Anak berkebutuhan khusus (ABK) yaitu anak-anak yang mengalami gangguan mental, intelektual, emosi, fisik, serta sosial emosional. Ada beberapa jenis anak berkebutuhan khusus salah satu diantaranya yaitu jenis anak ADHD. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) merupakan anak dengan gangguan mental dari tipe perkembangan saraf. Gejala yang sering muncul dari anak ADHD adalah adanya aktivitas yang berlebihan, gangguan perhatian atau konsentrasi yang hanya sebentar, serta kesulitan dalam mengontrol emosi dan perilakunya. Rata-rata sebagian besar kasus anak yang memiliki gangguan konsentrasi atau anak ADHD muncul sebelum usia 12 tahun atau setelah melewati usia 6 bulan.

Permasalahan anak ADHD yang ada dilapangan yaitu terlalu aktif, aktivitas yang berlebihan, sulit konsentrasi pada berbagai hal, sulit untuk memusatkan perhatian pada kurun

waktu yang lama. Anak ADHD kurang suka dengan kegiatan bersifat monoton di dalam kelas, sehingga menjadikan anak ADHD ini lebih suka keluar masuk kelas, anak sering mengganggu teman-temannya saat belajar dan anak ADHD hanya mampu memusatkan perhatiannya pada satu hal lebih kurang dari 5 menit.

Kerusakan otak pada anak ADHD menyebabkan terganggunya kemampuan motorik halus (Wibowo, 2021). Keterampilan motorik halus penting dimiliki pada jiwa anak termasuk pada anak gangguan ADHD karena hal tersebut mampu untuk menunjang kegiatan sehari-hari. Seperti keterampilan memotong, menekan, membentuk, merekatkan. Menurut Ainun Jariyah (dalam (Junita, 2017)) mengatakan bahwa menggunting merupakan memotong berbagai aneka kertas atau bahan dengan mengikuti jalur, garis, atau bentuk tertentu dan kegiatan tersebut dapat membantu untuk mengembangkan motorik halus pada anak. Koordinasi mata dan tangan dapat berkembang melalui kegiatan menggunting, karena pada saat menggunting jari-jari tangan akan bergerak mengikuti pola yang ada. Sedangkan untuk kegiatan menekan dan membentuk adalah kegiatan yang melibatkan jari-jari untuk membentuk figur atau karakter, karena dalam kegiatan tersebut ada peleburan supaya obyek menjadi kuat atau menyatu antara satu dengan yang lain, maka kegiatan menekan dan membentuk sangat baik dalam menstimulus otot-otot pada anak. Kegiatan merekatkan juga dinilai baik dalam mengembangkan motorik halus pada anak, karena kegiatan tersebut melibatkan koordinasi mata dan perencanaan otak yang akan dilakukan. Sehingga kegiatan merekatkan atau menempel menarik minat siswa untuk lebih tenang.

Penelitian tentang peningkatan motorik halus sudah banyak dilakukan salah satu contohnya adalah penelitian yang dilakukan oleh (Annisa Wardania Taqfani, 2023) mengenai kegiatan meronce, ternyata dalam penelitiannya diungkapkan bahwa meronce mampu meningkatkan motorik halus dan konsentrasi pada anak ADHD.

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan tentang kegiatan untuk meningkatkan konsentrasi pada anak ADHD, maka peneliti ingin mengkaji kembali melalui kajian literatur untuk menggali lebih dalam tentang optimalisasi peningkatan konsentrasi pada anak ADHD melalui permainan edukatif. Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diambil rumusan masalah penelitian yaitu (1) Apa itu alat permainan edukatif dan peran untuk anak ADHD? (2) Apakah alat permainan edukatif efektif dalam meningkatkan konsentrasi anak ADHD?.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan studi literatur review yang artinya peneliti mencari referensi-referensi teori yang relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan. (Kurniawan, 2021) menyatakan bahwa kajian literatur merupakan sebuah ringkasan tertulis mengenai artikel, buku, jurnal dan berbagai dokumen lainnya yang dapat menjelaskan tentang teori penelitian saat ini. Metode studi literatur juga berisi uraian teori dari jurnal maupun artikel penelitian yang diperoleh sebagai bahan acuan landasan kegiatan penelitian.

Sumber data yang digunakan pada penelitian saat ini bersumber dari artikel nasional dan internasional. Dimana peneliti membaca jurnal-jurnal nasional dan internasional. Setelah peneliti membaca dan membuat ringkasan, maka peneliti dapat membuat kesimpulan dari kajian literatur yang sudah di desain. Dan setelahnya peneliti mereview serta mendefinisikan ulang supaya hasil akhirnya mampu dipahami dengan baik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1. Tabel Referensi Alat Permainan Edukatif

No	Alat Permainan Edukatif	Meningkatkan Konsentrasi	Judul Jurnal	Penulis	Tahun
1	Lotto	v	Efektivitas Bermain Lotto untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Bagi Anak ADHD	Lola Monika Sari, Marlina	2021
2	Puzzle	v	Terapi Bermain Puzzle Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD	Waqiatus Zahroh, Nur Imamah, Eva Rosita	2024
3	Play Teraphy	v	<i>Brain Gym</i> , NDT, Dan <i>Play Therapy</i> Pada Anak ADHD  Play Therapy Untuk Meningkatkan Atensi Pada Anak ADHD	Vincencius Ganesha Pamungkas, Nesi  RoselinaDwi Hormansyah, Diah Karmayati	2022  2020
4	Video Game Edukatif	v	Game Edukatif Bagi Anak ADHD Berbasis Androit	Al Musrifah, Imel Nursida et all	2022

### Pembahasan

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia “main” didefinisikan sebagai kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk bersenang-senang menggunakan alat ataupun tanpa alat. Sedangkan kata “permainan” didefinisikan sebagai barang atau sesuatu yang dipergunakan. Dan dalam sudut pandang psikologi permainan diartikan sebagai kegiatan yang mengandung keasyikan dan dilakukan atas kehendak pribadi, bebas, dan tanpa adanya paksaan dari siapapun yang bertujuan untuk mendapatkan kesenangan pada waktu tertentu yaitu pada saat melakukan permainan tersebut.

Alat permainan edukatif diartikan sebagai alat yang dapat membantu anak dalam belajar tanpa disadari baik menggunakan teknologi modern ataupun alat sederhana, dan alat permainan tradisional. Alat permainan edukatif juga mampu meningkatkan pengetahuan serta pemahaman anak tentang sesuatu hal (Viona). Sedangkan (Fri Corina Sandrawati, 2019) menyimpulkan bahwa alat permainan edukatif merupakan alat yang digunakan oleh seorang pendidik yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik yang dapat diterapkan dalam pembelajaran anak.

Penggunaan alat edukatif dalam pembelajaran yang khususnya diperuntukkan anak berkebutuhan khusus dengan jenis ADHD dapat membantu memudahkan anak ADHD dalam

meningkatkan konsentrasi mereka. Alat permainan edukatif seperti lotto, puzzle, play therapy, dan video game edukatif berbasis android dapat digunakan untuk membantu dalam peningkatan konsentrasi anak ADHD. Berbagai penelitian telah dilakukan dan hasilnya menyatakan bahwa permainan edukatif membawa pengaruh positif untuk meningkatkan konsentrasi anak ADHD.

Seperti permainan edukatif lotto. Lotto merupakan media permainan edukatif berbasis audio visual yang mampu membantu anak untuk mengenal warna dan atau bentuk lainnya dengan melatih daya penalaran, artinya permainan lotto dapat menstimulasi kemampuan penglihatan dan pendengaran secara bersamaan. Sedangkan permainan edukatif puzzle dapat membantu meningkatkan konsentrasi anak, terutama dengan anak ADHD. Dimana permainan puzzle dapat mengembangkan kemampuan kognitif pada anak, karena anak akan diminta untuk memecahkan masalah, berpikir kritis dan simbolik, sebab anak akan mencocokkan gambar sehingga tersusun menjadi satu kesatuan.

Permainan *play therapy*, merupakan salah satu kegiatan yang dapat meningkatkan konsentrasi anak, karena kegiatan ini akan menggunakan bola untuk melatih keseimbangan, kekuatan otot, meningkatkan koordinasi, dan meningkatkan rentang perhatian. Dan yang terakhir yaitu video game edukatif, merupakan ide permainan edukatif yang berbasis media, dimana dalam kegiatan tersebut anak diajak untuk melihat tayangan yang berupa audio video, kemudian setelahnya anak akan diminta untuk mengerjakan penugasan dari apa yang sudah dilihat, tetapi berbasis game. Disini koordinasi, nalar, dan konsentrasi perlu digunakan, sehingga anak mampu memusatkan perhatian hanya pada satu hal saja.

### **Efektivitas Alat Permainan Edukatif Dalam Meningkatkan Konsentrasi Anak ADHD**

#### 1. Lotto

Lotto merupakan media yang berbentuk kartu gambar dengan berbagai macam gambar, langkah-langkah dalam bermain lotto hewan dimulai dari menghidupkan suara-suara hewan, kemudian mencari gambar sesuai suara didengar kemudian ditempelkan ke papan lotto. Pada permainan lotto ini dapat melatih fokus pada anak, karena anak akan mendengarkan suara dan memperhatikan gambar. Di dalam permainan lotto ini indra yang digunakan yaitu indra penglihatan dan pendengaran, dimana anak diminta untuk mencocokkan antara suara dengan gambar yang ada (Yogawati, 2017).

Selain melatih konsentrasi permainan edukatif lotto ini ternyata mampu memberikan rasa gembira pada anak dan juga mampu memberikan kemampuan pada anak dalam berpikir kritis, diharapkan ketika anak sudah mampu berpikir secara kritis, maka anak akan mampu menyelesaikan masalah. Dan dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa permainan edukatif lotto mampu meningkatkan konsentrasi belajar anak ADHD (Lola Monika Sari, 2021).

#### 2. Puzzle

Puzzle merupakan alat permainan yang digunakan dengan cara menyusun dan mencocokkan potongan-potongan gambar, huruf, bangun ruang, atau angka sehingga menjadi satu kesatuan yang utuh. Permainan menyusun puzzle ini memiliki banyak manfaat salah satunya yaitu mampu meningkatkan kemampuan berfikir kritis, meningkatkan konsentrasi anak, serta mampu meningkatkan kemampuan secara kognitif. Dikatakan mampu meningkatkan konsentrasi, karena pada saat bermain anak akan fokus mencari potongan-potongan yang hilang, sebab dalam kegiatan ini sel-sel otak akan berkembang, sehingga mendorong terjadinya konsentrasi pada anak. Pada kenyataan yang terjadi di lapangan dari permainan puzzle ini beberapa anak ADHD sudah memiliki konsentrasi yang cukup baik, dibuktikan bahwa ketika anak dipanggil sudah mampu merespon dengan baik. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Waqiatu Zahroh, 2024).

Anak dengan kondisi hiperaktif ketika diajak bermain puzzle ternyata akan menjadi termotivasi dan merasa senang. Hal ini menunjukkan bahwa bermain puzzle secara efektif

mampu meningkatkan konsentrasi pada anak ADHD. Seperti ini penelitian yang dilakukan oleh (Sulistia Rahayu Khoerunnisa, 2023) menyatakan bahwa nilai rata-rata pretest adalah 1,979 menjadi 3,631 pada nilai post test setelah adanya intervensi permainan puzzle, berarti dalam hal ini menandakan bahwa permainan edukatif puzzle mampu memberikan dampak positif terhadap tingkat konsentrasi khususnya anak ADHD.

### 3. *Play Teraphy*

Terapi bermain (*play teraphy*), merupakan suatu alat yang digunakan untuk membangun komunikasi supaya anak mampu mengungkapkan apa yang sedang dirasakannya, tetapi dengan keadaan yang menyenangkan, santai dan terbuka yaitu salah satunya melalui media bermain. Munculnya *play teraphy* ini adalah sebagai tindak lanjut untuk menyalurkan energi hiperaktif yang dimiliki oleh anak ADHD melalui bermain, sehingga diharapkan perilaku hiperaktif anak dapat dialihkan ke dalam aktivitas yang bernilai manfaat untuk dirinya dan lingkungannya.

Hubungan antara terapi bermain dengan anak ADHD adalah anak mengalami kegagalan yang bersifat terus menerus dalam memusatkan perhatiannya. Maka tujuan dari permainan tersebut adalah untuk menahan atau meminimalisir gangguan serta fokus jangka pendek yang dimiliki. Intervensi *play teraphy* yang diterapkan menunjukkan hasil positif. Ini dapat terjadi, dimungkinkan terapi yang digunakan sesuai dengan perkembangan anak. Penelitian yang dilakukan oleh (Roselina Dwi Hormansyah, 2020) menyatakan bahwa intervensi berbasis permainan dinilai efektif dalam membangun ketrampilan sosial serta mampu meningkatkan konsentrasi pada anak ADHD.

### 4. Video Game Edukasi

Game edukasi merupakan alat dari perangkat lunak yang mampu menciptakan ketrampilan dalam lingkungan permainan dan ditawarkan sebagai alat untuk memotivasi dan mendukung anak supaya mempelajari urutan permainan dengan cermat dan mengembangkan ketrampilan. Melalui game dapat membantu anak-anak dalam meningkatkan perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan fisik. Dalam dunia pendidikan saat ini sudah selayaknya memanfaatkannya teknologi untuk menstimulasi perkembangan anak dari berbagai aspek, maka kehadiran game berbasis pembelajaran sangat diperlukan (Hidayatulloh, 2020).

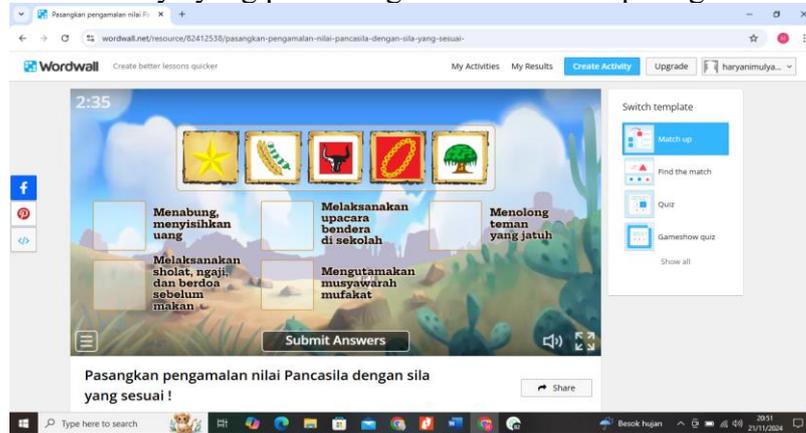
Permainan edukasi adalah permainan yang dirancang tidak hanya untuk bersenang-senang tetapi untuk memperluas pengetahuan. Belajar melalui permainan dan permainan edukatif dapat menjadi salah satu alternatif untuk sarana belajar anak ADHD. Kemp dan Dayton dalam Argo Suseno (2010) dalam Abror Faiq menuliskan manfaat game sebagai media pembelajaran adalah sebagai berikut (Ai Musrifah, 2022):

1. Penyeragaman penyampaian materi pelajaran.
2. Proses pembelajaran menjadi lebih menarik.
3. Proses pembelajaran menjadi lebih interaktif.
4. Jumlah waktu belajar mengajar dapat dikurangi.
5. Kualitas belajar siswa dapat ditingkatkan.
6. Proses belajar dapat terjadi dimana saja dan kapan saja.
7. Sikap positif siswa terhadap bahan pelajaran maupun terhadap proses belajar itu sendiri jadi meningkat.

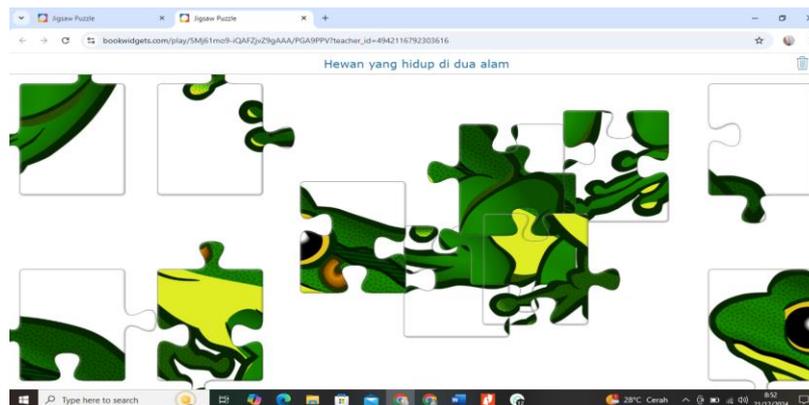
Pembelajaran pada anak ADHD yang bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi salah satunya adalah dengan memanfaatkan teknologi game, karena dengan menggunakan tersebut anak menjadi lebih termotivasi untuk melakukan aktivitas. Hasil dari tinjauan literatur ini menunjukkan bahwa penggunaan teknologi game mampu meningkatkan perhatian anak ADHD dan mampu untuk menunjang proses belajar pada anak ADHD, maka hal ini menunjukkan bahwa jenis permainan edukatif tersebut bisa menjadi pilihan yang tepat untuk dilakukan dalam menunjang proses pembelajaran.

Tingkat konsentrasi pada anak ADHD mampu ditingkatkan dengan menggunakan alat permainan edukatif. Alat permainan edukatif adalah suatu ekgiatan yang bersifat menyenangkan tetapi mendidik.

Peneliti sendiri juga sudah mempartkikkan kepada anak ADHD dengan menggunakan alat permainan edukatif, dan hasil yang didapatkan adalah sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan bahwa, permaian edukatif mampu meningkatkan konsentrasi pada anak ADHD. Adapun salah satunya yang pernah digunakan adalah seperti gambar dibawah



Gambar 1. Permainan edukatif dengan wordwall



Gambar 2. Permainan edukatif dengan jigsaw puzzle

## PENUTUP

Alat permainan edukatif terbukti mampu membawa pengaruh yang positif terutama dalam meningkatkan konsentrasi pada anak attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). Berdasarkan tinjauan Pustaka dari berbagai penelitian terkait, didapatkan hasil bahwa alat permainan edukatif dapat membantu anak ADHD meningkatkan konsentrasinya, sehingga mereka mampu fokus dalam beberapa saat untuk mengerjakan dan menyelesaikan pekerjaannya. Oleh karena itu, permainan edukatif ini sangat penting untuk digunakan sebagai salah satu media belajar dan metode intervensi yang dinilai efektif mampu dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi pada anak ADHD.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. F. (n.d.). Mathematics Adventure Games Berbasis Role Playing Game(Rpg) Sebagai Media Pembelajaran Mata Pelajaran Matematika Kelas Vi Sd Negeri Jetis 1. Program Studi Pendidikan Teknik Informatika, Jurusan Pendidikan Teknik Elektronika Fakultas Teknik, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ai Musrifah, I. N. (2022). Game Edukasi Bagi Anak *Attention Deficit Hyperactive Disorder*(ADHD) Berbasis Android. *Infotech Journal*.
- Annisa Wardania Taqfani, R. D. (2023). Pengaruh Bermain Alat Permainan Edukatif (APE) Meronce Terhadap Perkembangan Motorik Halus Anak ADHD Di TK Saymara Kartasura.
- Fri Corina Sandrawati, M. J. (2019). Meningkatkan Kemampuan Konsentrasi Anak ADHD Usia 6-7 Tahun Dengan Menggunakan Alat Permainan Edukatif Dan Berbasis Modifikasi Perilaku . *Jurnal Visipena*, 27-38.
- Hidayatulloh, S. P. (2020). Pengaruh Game Pembelajaran Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pemahaman Ilmu Pengetahuan Alam. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*.
- Junita, E. (2017). Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Kelompok B2 Melalui Kegiatan Menggunting . *Universitas Jember* .
- Kurniawan, D. A. (2021). Literatur Review : Penerapan Sintaks Model Pembelajaran *Problem Solving* Pada Kurikulum 2013.
- Lola Monika Sari, M. M. (2021). Efektivitas Bermain Lotto untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar bagi Anak ADHD. *Jurnal Basicedu*.
- Roselina Dwi Hormansyah, D. K. (2020). *Play Therapy* Untuk Meningkatkan Atensi Pada Anak ADHD. *Procedia*.
- Sulistia Rahayu Khoerunnisa, I. M. (2023). Pengaruh Bermian Puzzle Terhadap Perkembangan Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun . *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 4.
- Viona, J. D. (n.d.). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak ADHD Usia 6-7 Tahun Menggunakan Alat Permainan Edukatif . *Judikhu-Jurnal Pendidikan Khusus* 2, 30-36.
- Waqiatus Zahroh, N. I. (2024). Terapi Bermain Puzzle Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak ADHD . *Jurnal Madaniyah*.
- Wibowo, W. R. (2021). Efektivitas Bermain *Playdough* Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Halus.
- Yogawati. (2017). Permainan Lotto (Tebak Suara) Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Autis di Sekolah Dasar Luar Biasa. *Jurnal Pendidikan Khusus*, (9)4.