

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah hak bagi semua anak tidak terkecuali bagi anak yang mengalami berbagai macam hambatan. Pernyataan ini sesuai dengan UU 20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 5 ayat 2 yang menyatakan bahwa : “ Warga Negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan/atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus”.

Berangkat dari landasan hukum tersebut, saat ini banyak kita jumpai berbagai macam layanan pendidikan bagi anak yang berkebutuhan khusus seperti SLB, Pusat Layanan Khusus (Terapi), atau sekolah-sekolah yang berbasis inklusi. Lembaga-lembaga pendidikan tersebut memiliki tujuan untuk mendidik dan melatih anak-anak yang memiliki hambatan dalam perkembangan, salah satunya untuk anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian disertai hiperaktif atau istilah populer saat ini disebut dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*

Berbicara mengenai *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* bermula dari dampak kemajuan bidang kedokteran yang memberikan suatu kontribusi berupa dugaan bahwa penyebab ADHD adalah disebabkan oleh pengendapan zat-zat merkuri pada otak. Anak-anak seperti ini berkembang dengan pesat pada era 90-an. Menurut *National Institute of Mental Health* hingga saat ini pada tiap 2 juta kelahiran anak di Amerika Serikat 3 s/d 5 % hidup dengan ADHD. Begitu pula yang terjadi di Indonesia, hampir setiap tahun terdapat sekurang-kurangnya 3 orang anak dari tahun kelahiran yang sama mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*.

Dari hasil analisa para medis mengenai ketidakberfungsian bagian otak pada anak-anak ADHD adalah terletak pada bagian *Limbic System*. Bagian ini biasanya mengatur seluruh kegiatan emosi yang didalamnya terdapat pusat perhatian sedangkan pada anak ADHD pada bagian ini mengalami permasalahan sehingga membuat mereka tidak siap untuk memfokuskan perhatian pada sebuah objek selain itu pada anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) rendahnya tingkat asam amino (GABA) di dalam otak membuat anak menjadi sulit berkonsentrasi dan dari rendahnya tingkat (GABA) ini pula yang membuat zat norepinepherine menjadi sangat tinggi sehingga menimbulkan hiperaktivitas dan impulsivitas.

Gejala-gejala yang muncul pada anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) biasanya ditunjukkan dengan berbagai macam perilaku seperti gerakan tanpa tujuan, cepat lupa, mudah bingung, emosi yang gelisah, kesulitan bermain dengan tenang, selalu bergerak kesana kemari dan terkadang mengganggu teman-temannya. Perilaku-perilaku yang muncul pada anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) inilah yang merupakan hambatan yang berdampak negatif pada proses pembelajarannya.

Seperti halnya yang saat ini diamati oleh peneliti di lapangan, dimana hasil observasi awal pada siswa ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) disalah satu SLB menandakan bahwa subjek tersebut cenderung memperlihatkan hambatan dalam memusatkan perhatian (konsentrasi) serta menunjukkan perilaku impulsifitas dan hiperaktif yang mempengaruhi pada kemampuan siswa ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) dalam memusatkan perhatiannya (konsentrasi) pada tugas-tugas yang diberikan guru, selain itu subjek-pun tidak dapat duduk dengan tenang dan kurang dapat mempertahankan perhatiannya dalam jangka waktu 5 menit pada saat mewarnai,

perhatiannya selalu tertuju pada keadaan lingkungan luar, selalu mencoba untuk berlari dan memutar kelas tanpa tujuan, dan sering melamun ketika sedang mengerjakan tugas sehingga hal tersebut mengakibatkan anak kurang dapat menyerap segala informasi atau intruksi guru dalam kegiatan belajar mengajar di kelas.

Dari berbagai hambatan yang telah diuraikan tersebut tentunya dapat disimpulkan bahwa hambatan yang muncul pada siswa ADHD tersebut merupakan salah satu bagian dari kriteria gangguan konsentrasi atau kesulitan dalam memusatkan perhatian yang dijabarkan dalam DSM –IV (*Diagnostic and Statistical of Mental Disorders ke IV*).

Untuk itu dari permasalahan-permasalahan yang muncul dilapangan dengan didukung oleh teori-teori yang telah dijelaskan sebelumnya serta ditunjang dengan hasil kriteria diagnosa para ahli mengenai anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) maka penulis tertarik untuk mengangkat permasalahan “konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD)” untuk dijadikan sebagai bahan penelitian.

Berbicara mengenai hakikat dari konsentrasi itu sendiri memang merupakan hal penting dalam proses pembelajaran karena konsentrasi merupakan suatu proses untuk memahami dan menguasai pikiran dan perasaan terhadap suatu peristiwa sehingga tidak lagi menanggapi dengan kacau, dengan kata lain konsentrasi adalah sebuah upaya keras untuk memusatkan perhatian pada sesuatu. Oleh karena itu proses konsentrasi sangat membutuhkan ketenangan baik pikiran maupun kondisi dan situasi.

Jika proses konsentrasi itu dilakukan oleh seseorang yang memiliki gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), tentu hal tersebut tidaklah mudah untuk dilakukan karena mereka memiliki hambatan yang dapat menghalangi proses konsentrasi. Sebagai contohnya adalah mereka tidak dapat bersikap tenang, dengan

kata lain ia tidak bisa diam dalam waktu lama dan mudah teralihkan perhatiannya kepada hal lain.

Berangkat dari berbagai hambatan yang muncul pada anak ADHD di lapangan serta ditunjang oleh berbagai teori seputar perilaku anak ADHD, maka untuk meningkatkan kemampuan konsentrasi anak ADHD tersebut perlu dilakukan suatu upaya berupa pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang yang diharapkan dapat membantu mereka dalam mengatasi permasalahannya. Adapun maksud dari pendekatan tersebut lebih di tekankan pada pelaksanaan proses pembelajaran yang diiringi musik sebagai upaya relaksasi yang akan diterapkan pada anak ADHD. Dalam hal ini tujuan dari pelaksanaan relaksasi dapat membuat seluruh tubuh menjadi tenang dan tentram selain itu fungsi dari musik itu sendiri dapat menghilangkan rasa gelisah atau rasa tidak tenang yang terjadi pada anak ADHD sebagai salah satu faktor yang dapat menghambat proses konsentrasi. Musik yang akan digunakan pada proses relaksasi ini adalah musik klasik instrumental dengan irama tenang diantaranya musik klasik untuk anak-anak : *Calm Down! Soothing Music for Hyperactive Children, and The Soothing Pulse for Children*, melalui musik dengan (ADHD) dapat berkonsentrasi dalam jangka waktu yang lama ketika melakukan kegiatan irama tenang ini diharapkan dapat memberikan efek tenang dan instrumental dari musik tersebut mampu diserap oleh saraf otak sehingga siswa *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* di sekolah. Mengenai pernyataan ini tentunya diperkuat oleh Sigmund Freud dalam Astati, (2001 : 11) yang menegaskan bahwa : “Penggunaan musik dapat menghilangkan rasa tak percaya diri, menghilangkan perasaan gelisah dalam kehidupan seseorang tanpa sebab tertentu”. Pandangan tersebut terus berkembang sehingga musik bukan semata-mata untuk penyembuhan, melainkan mencakup upaya pengembangan atau peningkatan kondisi individu.

Di tempat yang akan dilakukan penelitian tentunya peneliti melakukan observasi awal terlebih dahulu selama ± 3 bulan mengenai metode pembelajaran serta media yang digunakan untuk menangani anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), dari hasil observasi tersebut diketahui jelas bahwa siswa yang akan diteliti mengalami hambatan dalam berkonsentrasi pada saat mengerjakan tugas salah satunya mewarnai objek sederhana dan selama ini untuk melatih konsentrasinya disekolah tersebut masih dilakukan dengan cara-cara memberikan prompt verbal saja sedangkan pendekatan-pendekatan atau metode-metode tertentu untuk membantu meningkatkan kemampuan konsentrasi dari siswa ADHD tersebut masih sangat minim dilakukan disekolah ini.

Dengan demikian berdasarkan uraian di atas tentunya mendorong peneliti untuk menerapkan pendekatan relaksasi melalui musik ini pada subjek yang akan diteliti sekaligus ingin melihat seberapa besar pengaruh pendekatan relaksasi melalui musik beirama tenang dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi anak *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD).

B. Identifikasi Masalah

Untuk memperjelas suatu objek permasalahan dalam hubungannya dengan situasi tertentu, maka perlu dilakukannya identifikasi masalah.

Permasalahan yang menyangkut anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) yang akan diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut : anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) memiliki permasalahan sikap hiperaktif yang ditunjukkan dengan munculnya berbagai macam perilaku seperti tidak menunjukkan sikap lelah, sepanjang hari selalu bergerak ke sana kemari tanpa tujuan yang jelas sehingga berdampak pada masalah pemusatan perhatian atau konsentrasi, seperti ditunjukkan pada waktu belajar di kelas perhatiannya mudah teralihkan, tidak bisa duduk dalam waktu lama

sehingga tidak bisa berkonsentrasi terhadap pekerjaan dalam durasi waktu lebih dari lima menit. Selain itu anak ADHD juga memiliki masalah sosial seperti hubungan dengan orang disekelilingnya kurang terjalin dengan baik dikarenakan anak ADHD memiliki sikap impulsifitas seperti bersikap menentang atau tidak mau dinasehati, sering mengganggu orang yang ada didekatnya, bersikap menolak yang ditunjukkan dengan cara acuh dan terkadang bersifat destruktif (merusak) terhadap benda yang ada didekatnya.

Permasalahan-permasalahan di atas tentunya berdampak negatif pada kegiatan sehari-hari yang pada umumnya tidak dapat mengerjakan sesuatu sampai tuntas sehingga seringkali mengalami kegagalan dalam bidang akademik, oleh karena itu penggunaan pendekatan relaksasi yang ditujukan untuk menenangkan psikhis dan psikis berhubungan erat dengan cara dalam mengatasi permasalahan konsentrasi anak ADHD, karena salah satu syarat dalam proses konsentrasi adalah ketenangan psikhis dan psikis.

C. Batasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah yang berkaitan dengan anak ADHD, dikarenakan adanya keterbatasan, waktu, dana, tenaga, teori-teori dan supaya penelitian dapat dilakukan secara lebih mendalam, maka tidak semua masalah yang telah diidentifikasi akan diteliti. Dengan ini membatasi masalah hanya pada permasalahan konsentrasi anak ADHD dengan rincian sebagai berikut :

- 1) Kemampuan konsentrasi anak ADHD sebelum melaksanakan pendekatan relaksasi melalui musik instrumental berirama tenang.
- 2) Kemampuan konsentrasi anak ADHD setelah melaksanakan pendekatan relaksasi melalui musik instrumental berirama tenang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang terdapat pada latar belakang masalah, dapat dikemukakan permasalahan pokok yang menjadi dasar perumusan masalah penelitian.

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

“Bagaimana efektivitas pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang terhadap peningkatan konsentrasi anak ADHD ?”

E. Variabel Penelitian

1. Definisi Konsep Variabel

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, diantaranya variabel bebas dan variabel terikat. Variabel pertama adalah variabel bebas (X) yang merupakan variabel yang melatarbelakangi suatu perlakuan dan berpengaruh pada hasil yang diinginkan. Variabel bebas ini dikenal dengan istilah *intervensi atau perlakuan*. Intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang. Program pendekatan relaksasi ini pertama diperkenalkan oleh seorang guru sekaligus psikolog pendidikan dari Australia yang bernama Jenny Rickard.

Dalam bukunya, Rickard, j. (2000 : 3) mengemukakan bahwa : “Pendekatan relaksasi merupakan suatu proses aktivitas yang berguna dan dapat dinikmati sepanjang hidup jika diaplikasikan dengan benar” pernyataan tersebut dipertegas oleh teori Ortiz JM (2004 : 18) yang menerangkan bahwa pendekatan relaksasi musik diartikan suatu proses yang berguna untuk membuat tubuh menjadi tenang dengan menggunakan musik sebagai medianya. Musik yang akan digunakan pada proses relaksasi ini adalah musik klasik instrumental dengan irama tenang diantaranya musik klasik Mozart untuk anak hiperaktif volume 3 dari album : *Calm Down*, yang memiliki komposisi nada-nada rendah yang memberikan efek tenang, dalam hal ini musik yang digunakan juga dipadukan

dengan musik instrumental khas Jawa Barat yaitu degung sabilulungan sundaisme yang sama-sama memiliki komposisi nada-nada rendah yang menenangkan dan mampu diserap oleh saraf otak sehingga siswa *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* di sekolah

Sedangkan variabel yang kedua adalah variabel terikat (Y), variabel terikat ini adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian *Single Subject Research* ini variabel terikat dikenal dengan istilah *perilaku sasaran* atau *target behavior*, Dan yang menjadi target behavior dalam penelitian ini adalah subyek dapat berkonsentrasi lebih lama pada saat melakukan kegiatan mewarnai gambar objek sederhana berseri.

Dalam hal ini pengertian dari konsentrasi itu sendiri menurut kamus besar Bahasa Indonesia edisi ke-3 (2005 : 251) Departemen Pendidikan Nasional menerangkan bahwa : “ konsentrasi adalah pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal dan konsentrasi juga dapat diartikan sebagai pemusatan tenaga, kekuatan di suatu tempat”.

Dengan demikian, Konsentrasi yang menjadi variabel terikat adalah suatu proses pemusatan perhatian yang dilakukan siswa *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* dalam keadaan tenang pada kegiatan mewarnai gambar berseri, yang ditandai dengan duduk tenang dan pandangan/fokus perhatian tertuju pada tugas yang diberikan.

2. Definisi Operasional Variabel

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah pendekatan relaksasi melalui musik dengan irama tenang, maka dalam penelitian ini kemampuan yang akan dilatih dengan menggunakan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang ini adalah kemampuan subyek dalam melakukan konsentrasi mewarnai gambar objek sederhana berseri

Intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang pada saat proses kegiatan mewarnai gambar objek sederhana berseri. Adapun tahapan-tahapan yang akan dilakukan peneliti pada subyek diantaranya sebagai berikut :

- a. Pengkondisian ruangan yang tidak terlalu luas dengan suasana yang tenang
- b. Menyiapkan musik dengan lagu-lagu yang tenang kemudian musik diputar dengan durasi selama 20 menit.
- c. Menyiapkan workseet untuk mewarnai gambar dimulai dari gambar sederhana secara berseri
- d. Mengkondisikan subjek untuk duduk dengan tenang
- e. Mengkondisikan subjek untuk mengikuti setiap intruksi dari peneliti

F. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2007 : 96) hipotesis dalam suatu penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut : “ Pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang dapat meningkatkan konsentrasi bagi anak ADHD secara signifikan ”.

G. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Memperoleh gambaran kemampuan konsentrasi anak ADHD sebelum diberikan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang.

- b. Memperoleh gambaran kemampuan konsentrasi anak ADHD selama diberikan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang.
- c. Memperoleh gambaran kemampuan konsentrasi anak ADHD setelah diberikan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang.

2. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan dari hasil penelitian ini adalah :

a. Kegunaan Teoritis

1. Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai efektivitas pendekatan relaksasi melalui musik untuk meningkatkan konsentrasi anak ADHD bagi perkembangan ilmu pengetahuan.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah pengetahuan mengenai dunia pendidikan terutama pendidikan luar biasa khususnya dalam meningkatkan konsentrasi anak ADHD.
3. Dapat memberikan sumbangan program yang bisa digunakan dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi anak ADHD

b. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi para guru, orang tua dan lainnya yang terkait dengan penanganan anak ADHD dalam meningkatkan kemampuan konsentrasinya.

1) Bagi Guru

Dengan adanya pengaruh yang dihasilkan pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang kepada subjek yang diteliti dalam meningkatkan kemampuan konsentrasinya. Tentunya pendekatan relaksasi melalui musik

berirama tenang inipun dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi guru sebagai tenaga pengajar disekolah untuk dijadikan sebagai bahan referensi dan digunakan dalam kegiatan pembelajaran lainnya.

2) **Bagi Orang Tua**

Pendekatan relaksasi melalui musik berirama tenang ini selain dapat diterapkan disekolah untuk membantu meningkatkan konsentrasi subjek dalam mewarnai gambar sederhana berseri. Pendekatan inipun dapat digunakan oleh orang tua di rumah untuk dijadikan sebagai program relaksasi musik subjek dan keluarga dilingkungan rumah untuk meningkatkan konsentrasi dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari.

