

Pengaruh Pemberian Bermain Terapeutik Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Anak Prasekolah di TK ABA Among Putro II, Bantul, Yogyakarta

Wisnu Sadhana^{1*}, Ruri Isnaini Hanifah²

¹⁻²Program Studi Sarjana Keperawatam, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 24 Januari 2024

Direvisi: 30 Maret 2024

Diterima: 02 April 2024

*Penulis Korespondensi:

E-mail: wsnabgz@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Kepercayaan diri bagi anak usia prasekolah merupakan salah satu aspek kepribadian yang harus dikembangkan dengan berbagai macam cara salah satunya melalui bermain terapeutik pada usia 3 – 6 tahun. Jika salah dalam mengembangkannya, maka akan berdampak negatif terhadap fase perkembangan yang selanjutnya yaitu fase usia sekolah, usia remaja hingga dewasa. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian bermain terapeutik terhadap tingkat kepercayaan diri anak usia prasekolah TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul **Metode :** *pra-eksperiment* adalah metode yang digunakan dengan pendekatan waktu *cross-sectional*, dengan responden berjumlah 29 orang, instrumen dan metode pengumpulan data menggunakan alat permainan dan lembar observasi, dan analisa datanya menggunakan rumus *Uji Paired T-test*. **Hasil penelitian:** Dari hasil uji *Paired T-Test* diperoleh signifikansi (p) 0,000 atau $p < 0,05$ dan t sebesar 12,862 atau t hitung $> t$ tabel (df=28 t tabel = 2,048). Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri anak sebelum dan sesudah pemberian bermain terapeutik. **Kesimpulan:** Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian bermain terapeutik terhadap tingkat kepercayaan diri anak usia prasekolah di TK ABA Among Putro II, Bantul Yogyakarta.

Kata kunci: Kepercayaan Diri, Anak Usia Prasekolah, Bermain Terapeutik

ABSTRACT

Introduction: The self-confidence for preschooler is one of the personality aspects which should be developed in many ways, one of them is by giving therapeutic play for them in their 3rd to 6th year of age, if we get wrong in developing children's personality, it will create negative impact in their upcoming development phases namely the phase of their school-age, adolescence to adult. **Objectives:** This research is aimed to find out the effect of giving the therapeutic play for the preschool children's self-confidence level in TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta. **Methods:** The method used in the research is pre experiment with cross-sectional time-approach, the respondents are 29 people, while the instrument and the data collection method used plaything and observation sheets, and the data analysis used the paired T-test formula. **Results:** The Paired T-Test shows the significance (p) 0,000 or $p < 0,05$ and t of 12,862 or t arithmetic $> t$ table (df = 28 t table = 2,048). The analysis showed that there was a difference of preschool children's self confidence before and after being given the therapeutic play. **Conclusions:** based on the research, it can be concluded that there is an effect of giving therapeutic play for the pre school children's self-confidence in ABA Among Putro II Kindergarten, Bantul Yogyakarta..

Keywords: Self-Confidence, Preschoolers, Therapeutic Games

PENDAHULUAN

Faktor lingkungan merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi tumbuh kembang anak. Faktor

pola asuh anak dan keadaan lingkungan yang terpengaruh modernisasi oleh penggunaan gadget, menjadi salah satu topik penting pada bahasan

tumbuh kembang anak prasekolah. Kebanyakan orang tua, sering menjadikan *gadget* sebagai salah satu alternatif mereka, untuk mengatasi anak yang sedang meminta perhatian yang dianggap mengganggu aktivitas orang tua (Kalsum & Purwanto, 2023).

Penggunaan *gadget* yang terlalu lama dapat mempengaruhi kepercayaan diri anak prasekolah dalam bersosialisasi di komunitasnya (Mansur, 2019). Hal ini disebabkan karena adanya perubahan pola hormon dopamin pada anak prasekolah yang menyebabkan perilaku ketergantungan dan cenderung konstruktif (Oktafia et al., 2021). Kepercayaan diri merupakan modal terbesar untuk anak prasekolah dapat bersosialisasi, bermain dan memenuhi kebutuhan tugas tumbuh kembangnya (Mansur, 2019). Dengan menumbuhkan sikap percaya diri pada anak, maka selanjutnya meningkatkan tanggung jawab dan kemampuan anak untuk dapat berkomunikasi serta bersosialisasi.

Rasa percaya diri pada individu terutama anak pada prasekolah dipengaruhi dalam hubungannya dengan orang-orang yang dianggapnya penting dan kondisi emosionalnya (Santosa, 2018). Kepercayaan diri sebagai salah satu aspek kepribadian terbentuk dalam interaksi individu dengan lingkungannya khususnya lingkungan sosial (Schottelkorb et al., 2015). Tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam dengan kuat di dalam jiwa anak, maka pesimisme dan rasa rendah diri akan dapat menguasainya dengan mudah. Terapi bermain terapeutik adalah salah satu model yang dapat diaplikasikan di sekolah pada anak prasekolah untuk meningkatkan respon emosional dan percaya diri (Hargreaves, 2019). Terapi bermain ini mampu meningkatkan kepercayaan diri pada anak sehingga anak yang berani mencoba hal-hal yang baru, memiliki perasaan yang aman dan nyaman akan lingkungannya, diterima dilingkungannya (Mansur, 2019). Selain itu dengan terapi ini, diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri anak untuk dapat bersosialisasi dengan orang lain, anak tidak ragu-ragu dan tidak mementingkan diri sendiri, berperilaku positif, mandiri, dan perasaan

gembira karena adanya motivasi untuk mengasahnya kemampuannya (Aisyah et al., 2022).

Pertumbuhan fungsional sel-sel syaraf membutuhkan berbagai situasi pendidikan yang mendukung, baik dalam situasi pendidikan keluarga, masyarakat maupun sekolah (Shrinivasa et al., 2018). Untuk itu, TK sebagai salah satu pendidikan anak usia dini seharusnya memberikan rangsangan (stimulasi) yang bisa dilakukan sambil bermain dari lingkungan terdekatnya untuk mengoptimalkan kemampuan dan tumbuh kembang anak sesuai dengan potensi yang dimiliki anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian bermain terapeutik terhadap tingkat kepercayaan diri anak di TK ABA Among Putro II, Bantul Yogyakarta.

METODE

Jenis penelitian *pra-eksperiment*, yaitu suatu rancangan penelitian yang digunakan untuk menemukan hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek sebelumnya diobservasi terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah diberikan intervensi (Nursalam, 2018). Dengan menggunakan rancangan *One-Group Pretest-Posttest Design*.

HASIL

Dalam penelitian ini data yang diperoleh meliputi data yang dikelompokkan dalam demografi, berdasarkan klasifikasi jenis kelamin dan usia anak.

Tabel 1

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	16	55,2
Perempuan	13	44,8
Jumlah	29	100

Berdasarkan tabel 1 di atas, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai jenis kelamin laki-laki sebanyak 16 anak (55,2%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 anak (44,8%).

Tabel 2

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta

Umur	f	%
4 tahun	8	27,6
4,5 tahun	6	20,7
5 tahun	8	27,6
5,5 tahun	7	24,1
Jumlah	29	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai umur 4 dan 5 tahun sebanyak 8 anak (27,6%), berumur 5,5 tahun sebanyak 7 anak (24,1) dan berumur 4,5 tahun sebanyak 6 anak (20,7).

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Anak Sebelum Pemberian Bermain Terapeutik di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta

Tingkat kepercayaan diri	Sebelum pemberian bermain terapeutik	
	f	%
Baik	0	0
Cukup	3	10,3
Kurang	13	44,8
Sangat kurang	13	44,8
Jumlah	29	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri anak sebelum pemberian bermain terapeutik sebagian besar kurang sebanyak 13 anak (44,8%) dan sangat kurang sebanyak 13 anak (44,8%). Sedangkan tingkat kepercayaan diri yang cukup sebanyak 3 orang (10,3%).

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Tingkat Kepercayaan Diri Anak Sesudah Pemberian Bermain Terapeutik di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta

Tingkat kepercayaan diri	Sebelum pemberian bermain terapeutik	
	F	%
Baik	1	3,4
Cukup	25	86,2
Kurang	3	10,3
Sangat kurang	0	0
Jumlah	29	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri anak sesudah pemberian bermain terapeutik sebagian besar cukup sebanyak 25 anak (86,2%), dan kategori kurang sebanyak 3 anak (10,3%). Sedangkan tingkat kepercayaan diri yang baik sebanyak 1 orang (3,4%). Hal tersebut menunjukkan adanya perubahan atau peningkatan tingkat kepercayaan diri anak sebelum dan sesudah diberikannya bermain terapeutik.

Tabel 5

Tabulasi Silang Tingkat Kepercayaan Diri Anak Sebelum dan Sesudah Pemberian Bermain Terapeutik Di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta

Tingkat kepercayaan diri <i>post-test</i>	Tingkat kepercayaan diri <i>pre-test</i>								Jumlah	
	Sangat kurang		Kurang		Cukup		Baik			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Sangat kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kurang	2	6,9	1	3,4	0	0	0	0	3	10,3
Cukup	10	34,5	12	41,4	3	10,3	0	0	25	86,2
Baik	1	3,4	0	0	0	0	0	0	1	3,4
Jumlah	13	44,8	13	44,8	3	10,3	0	0	29	100

Berdasarkan tabulasi silang antara tingkat kepercayaan diri anak sebelum dengan sesudah pemberian bermain terapeutik menunjukkan bahwa sebagian besar terjadi peningkatan tingkat kepercayaan diri anak. Terdapat 12 anak (41,4%) mengalami peningkatan tingkat kepercayaan diri

dari kurang menjadi cukup, dan 10 anak (34,5%) menunjukkan peningkatan yang signifikan, dari tingkat kepercayaan diri anak yang sangat kurang meningkat menjadi cukup. Ada 3 anak (10,3%) yang tidak mengalami perubahan yaitu tingkat kepercayaan diri sebelum dan sesudah sama cukup.

Hal tersebut menunjukkan adanya perubahan atau peningkatan tingkat kepercayaan diri anak sebelum dan sesudah diberikannya bermain terapeutik.

Tabel 6.
Hasil Uji Normalitas Data

Domain	n	Nilai α	Nilai z hitung	Hasil
Pre-test	29	0,05	0,074	Normal
Post-test	29	0,05	0,110	Normal

Hasil uji normalitas ketiga domain perilaku pada tabel 6 di atas menunjukkan bahwa dari kedua domain memiliki hasil nilai z (signifikansi hitung) lebih besar dari nilai α (signifikansi 0,05). Sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dan menunjukkan bahwa responden berasal dari populasi yang sama pada penelitian ini.

Untuk mengetahui pengaruh pemberian bermain terapeutik terhadap tingkat kepercayaan diri anak usia prasekolah di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta dilakukan Uji statistik bivariat. Hasilnya diperoleh dengan menggunakan uji *Paired t-test* untuk masing-masing domain perilaku, yang ditampilkan di tabel 7 dibawah ini.

Tabel 7

Pengaruh Pemberian Bermain Terapeutik Di TK ABA Among Putro II Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta

Tingkat Kepercayaan Diri	Mean \pm SD	t	P
Pre-test	10.5517 \pm 2.06305	12.862	0.000
Post-test	15.3448 \pm 1.56470		

Pada tabel 7 ini, dapat diketahui bahwa pada tingkat kepercayaan diri anak sebelum pemberian bermain terapeutik (*pre-test*) dan sesudah pemberian bermain terapeutik (*post-test*) mengalami peningkatan nilai rata-rata tingkat kepercayaan yang sangat signifikan yaitu dari Mean \pm SD 10,5517 \pm 2,06305 menjadi Mean \pm SD 15,3448 \pm 1,56470. Hasil uji *paired t-test* diperoleh

signifikansi (p) 0,000 atau $p < 0,05$ dan t sebesar 12,862 atau t hitung $>$ t tabel (df=28 t tabel = 2,048). Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri anak sebelum pemberian bermain terapeutik dengan sesudah pemberian bermain terapeutik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabulasi silang antara tingkat kepercayaan diri anak sebelum dengan sesudah pemberian bermain terapeutik menunjukkan bahwa sebagian besar terjadi peningkatan tingkat kepercayaan diri anak. Hal tersebut menunjukkan adanya perubahan atau peningkatan tingkat kepercayaan diri anak sebelum dan sesudah diberikannya bermain terapeutik. Sesuai dengan konsep terapi bermain, Dimana terapi bermain ini dapat menciptakan hubungan interpersonal yang dinamis antara anak, dengan guru, teman sebayanya atau dengan terapis profesional dalam memfasilitasi proses interaksi yang ekspresif serta emosional sederhana untuk memunculkan karakter dan tanggung jawab anak pada aktivitas tersebut (Kaduson & Schaefer, 2020).

Hasil dari penelitian ini juga membuktikan bahwa, bermain merupakan aktivitas atau kegiatan anak sehat, yang mampu menstimulasi kepercayaan diri dengan menstimulasi anak untuk lebih aktif, komunikatif, bertanggung jawab dan juga mampu menurunkan stres pada anak serta dapat digunakan sebagai media untuk anak dapat belajar tentang dunianya (Ray & Bratton, 2000). Bermain juga dapat digunakan untuk menstimulasi tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, anak perlu melaksanakan aktivitas bermainnya yang merupakan bagian dari tahap-tahap perkembangan anak (Susilawati, 2023).

Kebutuhan bermain itu sendiri mengacu pada tahapan tumbuh kembang anak. Menurut (Hargreaves, 2019) ialah permainan akan menciptakan daerah dan sumber perkembangan yang paling sehat. Selain itu untuk meningkatkan kemampuan anak dalam beradaptasi secara efektif dengan lingkungannya sehingga dapat menumbuhkan rasa kepercayaan diri pada anak

ketika berinteraksi dengan lingkungan yang disekitarnya.

Bermain adalah dunia anak dan bukan hanya sekedar memberikan kesenangan, akan tetapi juga memiliki manfaat yang sangat besar bagi anak. Lewat kegiatan bermain yang positif, anak bisa menggunakan otot tubuhnya, menstimulasi penginderaannya, menjelajahi dunia sekitarnya, dan mengenali lingkungan tempat ia tinggal termasuk mengenali dirinya sendiri (Yuliani, 2019). Kemampuan fisik anak semakin terlatih, begitu pula dengan kemampuan kognitif dan kemampuannya untuk bersosialisasi. Dalam bahasa sederhana, bermain akan mengasah kecerdasannya.

Menurut (Ray & Bratton, 2000) bermain terapeutik adalah permainan yang mengajak anak-anak untuk mencurahkan pikiran dan perasaannya, memahami konflik dalam dirinya, dan mampu mengatasinya secara efektif. Bermain terapeutik yang diberikan pada penelitian ini adalah permainan pelepasan tenaga dan permainan kreatif. Kegiatan permainan pelepasan tenaga berupa bercocok tanam dimana bibit tanaman dan pot berukuran kecil akan dibawa oleh peneliti dan permainan kreatif diberikan dengan menggunakan alat permainan berupa kertas gambar, pensil warna, dan *puzzle*. Berdasarkan hasil penelitian tingkat kepercayaan diri anak sebelum pemberian bermain terapeutik (*pre-test*) dan sesudah pemberian bermain terapeutik (*post-test*) mengalami peningkatan nilai rata-rata tingkat kepercayaan yang sangat signifikan. Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri anak sebelum dan sesudah pemberian bermain terapeutik yang mencolok. Pengaruh pemberian bermain terapeutik dapat memberikan dorongan anak untuk lebih meningkatkan rasa percaya diri.

Kebutuhan bermain itu sendiri mengacu pada tahapan tumbuh kembang anak. Menurut (Hiwale & Ganvir, 2019) ialah permainan akan menciptakan daerah dan sumber perkembangan yang paling sehat. Selain itu untuk meningkatkan kemampuan anak dalam beradaptasi secara efektif dengan lingkungannya sehingga dapat menumbuhkan rasa kepercayaan diri pada anak ketika berinteraksi

dengan lingkungan yang disekitarnya (Humaida et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Dattilo, 2000) menunjukkan hasil yang juga sama dengan penelitian ini bahwa bermain mempunyai pengaruh yang signifikan dalam mengurangi tingkat kecemasan anak usia sekolah saat menjalani perawatan di rumah sakit atau hospitalisasi. Hal ini menunjukkan bahwa bermain terapeutik mempunyai pengaruh pada peningkatan perilaku kooperatif dan penurunan tingkat kecemasan pada anak baik pada usia sekolah maupun prasekolah.

Rasa percaya diri baru bisa tumbuh dan berkembang baik sejak kecil, jika seseorang berada didalam lingkungan keluarga yang baik, namun sebaliknya jika lingkungan tidak memadai menjadikan individu tersebut untuk percaya diri maka individu tersebut akan kehilangan proses pembelajaran untuk percaya pada dirinya sendiri. Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama yang sangat menentukan baik buruknya kepribadian seseorang.

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa anak yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi adalah anak yang kreatif, berinisiatif, selalu berani mencoba hal-hal yang baru, memiliki perasaan yang aman dan nyaman akan lingkungannya, diterima dilingkungannya. Selain itu juga anak mampu bersosialisasi dengan orang lain, anak tidak ragu-ragu, tidak mementingkan diri sendiri, berperilaku yang positif, mandiri, perasaan gembira adanya motivasi untuk mengasahnya kemampuannya. Dengan dilakukannya penelitian ini membuktikan bahwa konsep terapi bermain secara umum mampu meningkatkan kepercayaan diri anak usia pra sekolah dengan menstimulus anak untuk lebih aktif, komunikatif dan sosialisasi dengan lingkungan kelas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada seluruh guru dan orang tua murid yang turut membantu proses penelitian ini dari awal hingga akhir, dan kepada seluruh

responden atau anak-anak yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini, sehingga dapat berjalan lancar.

REFERENSI

- Aisyah, A. N., Aristiana, D. E., Ariqoh, H., & Muhid, A. (2022). Penerapan Metode Bercerita Untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Anak Pra Sekolah: Sebuah Systematic Review. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 9(2), 41–48. <https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v9i2.14518>
- Dattilo, J. (2000). *Facilitation Techniques in Therapeutic Recreation* (Issue October).
- Hargreaves, H. (2019). *Using Play Therapy Techniques In A Preschool Setting*.
- Hiwale, S., & Ganvir, V. D. (2019). *Assess the Effectiveness , of Group Play Therapy for Preschool Children on Reduction of Preschooler Separation Anxiety Disorder*. 8(6), 157–160.
- Humaida, R., Munastiwi, E., Irbah, A. N., & Fauziah, N. (2022). Strategi mengembangkan rasa percaya diri pada anak usia dini. *Kindergarten: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 1(2), 1–15.
- Kaduson, H. G., & Schaefer, C. E. (2020). Play therapy with children: Modalities for change. *Play Therapy with Children: Modalities for Change*. <https://doi.org/10.1037/0000217-000>
- Kalsum, U., & Purwanto, E. (2023). Tingkat Ketergantungan Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah Sebelum Dan Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Tk Pembina Kota Samarinda. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.36990/hjip.v15i1.744>
- Mansur, A. R. (2019). Tumbuh Kembang Anak Usia Prasekolah. In *Andalas University Pres* (Vol. 1, Issue 1). [http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33035/1/Istiqomah Aprilaz-FKIK.pdf](http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33035/1/Istiqomah%20Aprilaz-FKIK.pdf)
- Nursalam. (2018). 75 Konsep dan penerapan metodologi.pdf. In *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (p. 60).
- Oktafia, D. P., Triana, N. Y., & Suryani, R. L. (2021). Durasi Penggunaan Gadget terhadap Interaksi Sosial pada Anak Usia PraSekolah. *Jurnal Kesehatan*, 4(1), 31–47.
- Ray, D., & Bratton, R. (2000). What the research shows about play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 10. http://www.gapt.org/pdf_files/PERMANENT_FILES/META-ANALYTIC_LITERATURE_REVIEW.pdf
- Santosa, P. M. (2018). Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan Metode Bermain Peran. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 38(7), 3745–3754.
- Schottelkorb, A. A., Swan, K. L., Jahn, L., Haas, S., & Hacker, J. (2015). Effectiveness of Play Therapy on Problematic Behaviors of Preschool Children With Somatization. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 1(1), 3–16. <https://doi.org/10.1080/23727810.2015.1015905>
- Shrinivasa, B., Bukhari, M., Ragesh, G., & Hamza, A. (2018). Therapeutic intervention for children through play: An overview. *Archives of Mental Health*, 19(2), 82–89. https://doi.org/10.4103/AMH.AMH_34_18
- Susilawati, E. (2023). Bermain Aktif untuk Tingkatkan Percaya Diri Anak Usia Dini Pada Masa New Normal. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 8(1), 95–102. <https://doi.org/10.33369/jip.8.1>
- Yuliani, F. (2019). *Perbedaan Tingkat Kemandirian Dan Kepercayaan Diri Anak Prasekolah (4-5 Tahun) Berdasarkan Tipe Pola Asuh Orangtua*. 1–126. https://lib.unnes.ac.id/35180/1/UPLOAD_FI TRI_YULIANI.pdf