

Pengaruh *Skill Play* Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung Lingsar

Fitri Romadonika*, Rias Pratiwi Safitri, Baiq Nurul Hidayati, Eka Adithia Pratiwi
STIKES YARSI Mataram, Jln TGH Muh Rais Lingkar Selatan, Kota Mataram, Negara Indonesia

*Penulis Korespondensi : romadonika.fitri@yahoo.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh *skill play* terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah di PAUD Manggis, Dusun Batu Kumbung, kecamatan Lingsar, kabupaten Lombok Barat tahun 2016. Metode Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre Eksperimen* dengan pendekatan “*One Group Pretest-Posttest Design*”. Responden dalam penelitian ini adalah 12 orang murid PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, kecamatan Lingsar, kabupaten Lombok Barat dengan tehnik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Kuesioner yang digunakan untuk mengambil data penelitian adalah kuesioner SCAS (*Spance Children's Anxiety Scale (Parent Report)*). Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 12 responden didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan *skill play* terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah (5-6 tahun) di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat. Dari hasil uji statistik *Paired t-test* dengan taraf signifikan 0,05 didapatkan nilai *p value* $0,002 < 0,05$ yang berarti bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga bisa di simpulkan ada pengaruh yang bermakna (signifikan) terhadap tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan *skill play* pada anak usia pra sekolah (5-6 tahun) di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung

Kata Kunci : Kecemasan, *Skill Play*, Anak Usia Prasekolah

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan masa paling awal dalam rentang kehidupan yang akan menentukan perkembangan pada tahap-tahap selanjutnya. Masa kanak-kanak terbagi dalam dua bagian yaitu masa kanak-kanak awal yang berlangsung dari usia dua tahun sampai enam tahun dan masa kanak-kanak akhir yang berlangsung dari usia enam tahun sampai tiga belas tahun pada anak perempuan dan empat belas tahun pada anak laki-laki (Hurlock, 1998 dalam Naskah Publikasi, Alfizar, 2011).

Masalah berkenaan dengan pendidikan anak usia prasekolah diantaranya kasus-kasus dari keluhan orangtua atau guru. Adapun keluhan yang disampaikan bermula dari sikap malas anak untuk berangkat sekolah, takut berpisah dengan orangtua, sampai kepada kecemasan bersekolah. Kecemasan yang timbul pada anak yang masuk prasekolah adalah anak akan merasa cemas karena berpisah dari orang tua, bertemu temanteman baru dan guru yang belum dikenal, keharusan mengerjakan sesuatu yang asing. Anak yang tidak memiliki kesiapan belajar tentu akan mengalami kesulitan pula dalam melakukan penyesuaian diri disekolah. Kecemasan yang berlebihan pada anak yang berlangsung terus menerus setidaknya selama kurang lebih 6 bulan dapat dikategorikan dalam gejala cemas berlebihan. Apabila kecemasan ini tidak ditangani dengan tepat maka akan berdampak pada kemampuan sosial dan prestasi anak selanjutnya (Semiun, 2006, dalam Ni Kadek Muliawati, dkk, 2014).

Beberapa faktor dapat mempengaruhi munculnya kecemasan pada anak di sekolah diantaranya harapan orang tua yang terlalu tinggi terhadap anak, perlindungan orang tua yang terlalu berlebihan sehingga anak kurang mampu menangani perubahan lingkungan yang dihadapinya pada saat pertama kali masuk sekolah serta role model yang ditunjukkan orang tua dalam hal ini terkait dengan bagaimana pola asuh yang diterapkan orang tua selama dirumah (Semiun, 2006, dalam Ni Kadek Muliawati, dkk, 2014).

Bermain pada anak sama dengan bekerja pada orang dewasa, dan merupakan aspek terpenting dalam kehidupan anak serta merupakan satu cara paling efektif menurunkan stress pada anak dan penting untuk mensejahterakan mental dan emosional anak (Champbel & Glaser 1995 dalam Supartini, 2004, dalam Naskah Publikasi, Alfizar, 2011).

Menurut data resmi yang dihimpun dari 33 kantor Komnas Perlindungan Anak (PA) di 33 provinsi, jumlah anak putus sekolah pada tahun 2007 sudah mencapai 11,7 juta jiwa. Sedangkan pada anak yang berusia 4-6 tahun yang sering tidak masuk sekolah sekitar 5%, penyebab terbesarnya adalah

faktor psikologis (kegelisahan dan depresi) dan faktor sosial (tidak mempunyai teman, merasa ditolak oleh teman sebaya atau diejek) (Anonim, 2007, dalam Naskah Publikasi, Afrizar, 2011).

Data yang diperoleh dari PAUD Manggis, Dusun Batu Kumbung kec. Lingsar, tercatat sebanyak 45 anak prasekolah yang bersekolah disana, yang terbagi dalam beberapa kelas yaitu, kelas A 27 murid dan kelas B 18 murid. Jumlah staff pengajar 4 orang. Melalui wawancara dengan guru didapatkan bahwa terdapat 12 orang anak yang selalu ditunggu orang tuanya, anak merasa takut ketika di tinggalkan orang tuanya. Hasil observasi tampak beberapa anak yang pendiam dan pemalu. Hasil wawancara dengan beberapa orang tua yang menunggu anaknya mengatakan bahwa anaknya susah berangkat ke sekolah dengan berbagai macam alasan, anak sering tidak mau masuk sekolah, orang tuanya juga sering menakut-nakuti anaknya supaya mau pergi ke sekolah misalnya dengan jika anak tidak mau ke sekolah akan dihukum sama gurunya nanti di sekolah, dan di suntik dokter. Anak yang ditunggu oleh orang tua atau pengasuhnya sering menangis jika ditinggal. (OW, 7 Maret 2016).

Berdasarkan latar belakang diatas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh skill play terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah di PAUD Manggis, Dusun Batu Kumbung, kec. Lingsar, Lombok Barat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre Eksperimen* dengan pendekatan “*One Group Pretest-Posttest Design*”, yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek. Kelompok subyek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Hidayat, 2012). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah semua anak usia prasekolah di PAUD Manggis sebanyak 45 anak. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah non probability sampling dengan jenis purposive sampling. purposive sampling yaitu sampel ditentukan berdasarkan kriteria tertentu dan banyaknya sesuai dengan jumlah sampel yang ditetapkan. (Notoatmodjo, 2012). Besar sampel adalah banyaknya anggota yang akan dijadikan sampel (Notoatmodjo, 2012). Adapun sampel dalam penelitian ini adalah anak usia prasekolah di PAUD Manggis. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman observasi dan wawancara tingkat kecemasan (*Spance Children's Anxiety Scale (Parent Report)*). Definisi Operasional Skill play adalah permainan keterampilan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan motorik halus dan Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independent adalah skill play dan variabel dependent adalah kecemasan pada anak usia prasekolah. dan teknik analisis data menggunakan uji *paired sampel t-test*

HASIL

1. Distribusi kecemasan sebelum diberikan *skill play* dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1 Distribusi Kecemasan Responden Sebelum Diberikan *Skill Play*

Klasifikasi Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	0	0.0
Sedang	7	58.3
Ringan	5	41.7
Tidak Cemas	0	0.0
Total	12	100.0

Sumber : Data Primer

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa distribusi kecemasan responden sebelum diberikan *skill play*, responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 7 responden (58,3%) dan responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5 responden (41,7%).

2. Mengidentifikasi Kecemasan Sesudah Diberikan *Skill Play*

Distribusi kecemasan sesudah diberikan *skill play* dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Distribusi Kecemasan Responden Sesudah Diberikan *Skill Play*

Klasifikasi Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	0	0.0
Sedang	2	16.7
Ringan	8	66.7
Tidak Cemas	2	16.7
Total	12	100.0

Sumber : Data Primer

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa distribusi kecemasan responden sesudah diberikan *skill play*, responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 responden (16,7%), responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 responden (66,7%), dan responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 responden (16,7%).

- Analisa Pengaruh *Skill Play* Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat

Berdasarkan data-data identifikasi di atas dapat dilakukan analisa terhadap kecemasan pada anak sebelum dan sesudah diberikan *skill play* dapat diperoleh hasil uji *paired t-test* sebagai berikut

Tabel 3. Hasil Uji Paired t-test Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan *Skill Play*

Variabel	Mean	t-hitung	t-tabel	df	P value
Sebelum-Sesudah	-.58333	-3.924	1.796	11	.002

Dari hasil perhitungan *T-test* dengan menggunakan *pre-post test one group design* diuji dengan *paired sample t-test* diperoleh T-hitung sebesar 3,924 dengan jumlah responden 12 orang diperoleh $df=N-1=11$. Hasil t-hitung sebesar 3,924 dengan nilai probabilitas 0,002 sehingga $P\text{-value} < \alpha 5\%$ ($0,002 < 0,05$), maka H_1 diterima, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan *skill play* terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah (5-6 tahun). Derajat kebebasan bernilai 11 pada tabel dengan taraf signifikan 0,05 bernilai 1,796 sehingga T-hitung $>$ T-tabel ($3,924 > 1,796$) artinya H_1 diterima. Maka dapat diartikan bahwa ada pengaruh *skill play* terhadap kecemasan pada anak usia pra sekolah (5-6 tahun) di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat.

PEMBAHASAN

1. Identifikasi Kecemasan Sebelum Diberikan *Skill Play* Pada Anak Usia Prasekolah

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebelum diberikan *skill play*, responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 7 responden (58,3%) dan responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5 responden (41,7%).

Dari hasil observasi dan wawancara dengan menggunakan SCAS didapatkan bahwa anak akan merasa takut jika dia harus tinggal jauh dari rumah semalaman dan takut berada di rumah sendiri, sebagian besar orang tua mengatakan anaknya takut ketika melihat dan bertemu dengan orang asing, anaknya takut disuntik, takut bila terjadi gempa bumi, takut gelap. Anak-anak juga mengatakan takut terhadap serangga atau laba-laba dan anjing, mereka juga mengatakan takut jika diajak pergi ke dokter oleh orang tuanya, takut jika harus tidur sendiri dan khawatir jika berada jauh dari orang tuanya, anaknya merasa takut jika harus mengikuti tes dan anaknya merasa gugup atau takut untuk pergi ke sekolah di pagi hari.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pravitasari dan Edi (2012) tentang perbedaan tingkat kecemasan pasien anak usia prasekolah sebelum dan sesudah program mewarnai, hasil penelitian ini menerangkan bahwa terdapat perubahan tingkat kecemasan yang dipengaruhi oleh terapi bermain mewarnai. Pada saat sebelum dilakukan terapi bermain, anak yang mengalami kecemasan berat sebanyak 11 responden, sebanyak 8 responden mengalami kecemasan sedang dan sebanyak 1 responden mengalami panik. Sesudah dilakukan terapi bermain

didapatkan anak dengan kecemasan ringan sebanyak 12 responden dan 8 responden mengalami kecemasan sedang. Hasil yang didapatkan dengan memasukan data kecemasan baik pre maupun post pada SPSS 16 adalah t hitung = 15,636 dengan t tabel yakni 2,086. Data tersebut menunjukkan bahwa t hitung lebih besar dari t tabel ($t > 2,086$). Hasil dari nilai signifikansi uji Paired Sample t -Test yaitu $P = 0,000$ yang nilainya lebih kecil dari taraf kesalahan 5% ($P < 0,05$), dengan hasil yang diperoleh maka H_a diterima yaitu terdapat perbedaan kecemasan pasien prasekolah sebelum dan sesudah diberi program bermain mewarnai selama hospitalisasi.

Penelitian ini terkait dengan penelitian Samiasih (2007) ada pengaruh terapi bermain terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama tindakan keperawatan di Ruang Lukman Rumah Sakit Roemani Semarang dimana nilai rata-rata kecemasan sebelum pemberian terapi bermain adalah 3,55 sedangkan kecemasan sesudah pemberian terapi bermain adalah 2,60. Selisih rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi bermain sebesar 0,95. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi bermain terhadap penurunan tingkat kecemasan anak.

Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari (Suliswati, dkk, 2005).

Keluhan yang sering dikemukakan oleh seseorang saat mengalami kecemasan secara umum menurut Titik Lestari (2015), antara lain, pernyataan cemas/ khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut, mimpi-mimpi yang menegangkan, berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, sakit kepala, gangguan perkemihan, tangan terasa dingin dan lembab, dan lain sebagainya.

Kecemasan pada anak kurang lebih sama dengan yang dialami oleh orang dewasa. Anak usia delapan belas bulan hingga usia pra sekolah biasanya akan menangis dan ketakutan bila ditinggalkan sendiri atau berada di lingkungan yang asing. Jika ketakutan itu terus muncul hingga usia 7 – 9 tahun, baru dikategorikan dalam gangguan kecemasan berpisah (separation anxiety disorder). Gejalanya termasuk tidak mau ke sekolah, enggan ikut acara outing sekolah, tidak mau diajak menginap di rumah orang lain jika tidak ditemani oleh yang biasa memomong, enggan bepergian sendiri (Riana, Mashar, 2011).

Pada anak prasekolah, kecemasan yang banyak dialami adalah kecemasan karena perpisahan (separation anxiety disorders) dengan pengasuh terutama pada saat anak awal masuk sekolah (Riana, Mashar, 2011). Penyebab kecemasan yang dialami anak menurut Riana Mashar (2011), yaitu orang tua yang terlalu melindungi (over protective), ketergantungan yang berlebihan terhadap orang dewasa yang ada di sekitarnya. Anak yang selalu tergantung pada orang lain dan tidak dibiasakan untuk mandiri, cenderung lebih mudah mengembangkan kecemasan karena ketidakpercayaan pada diri sendiri bahwa ia mampu.

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara suka rela, dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban (Nurhayatin, 2010). Bermain merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial dan bermain merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain anak-anak dapat berkata-kata (berkomunikasi), belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan melakukan apa yang dapat dilakukan (Wong, 2000).

2. Identifikasi Kecemasan Sesudah Diberikan Skill Play Pada Anak Usia Prasekolah

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sesudah diberikan skill play, kecemasan pada responden mengalami perubahan. Kecemasan responden post intervensi disajikan pada tabel 5.4, dari tabel tersebut didapatkan bahwa responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 responden (16,7%), responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 responden (66,7%), dan responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 responden (16,7%).

Dari hasil observasi dan wawancara dengan menggunakan SCAS didapatkan bahwa sebagian besar orang tua mengatakan anaknya takut terhadap anjing, takut untuk pergi ke dokter, anaknya merasa takut jika harus tinggal jauh dari rumah semalaman. Orang tuanya juga mengatakan anaknya takut ketika ada petir, takut jika bertemu orang asing dan takut ketika akan disuntik dan diajak pergi ke dokter. Beberapa anak juga mengatakan takut terhadap serangga, takut gelap dan takut ketika harus mengikuti tes.

Penelitian ini terkait dengan penelitian Fricilia Euklesia Wowiling dkk pada tahun 2013 yang berjudul pengaruh terapi bermain mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi di ruangan irina E Blu RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. Berdasarkan

hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah sebelum diberikan terapi bermain sebesar 42,43 dan sesudah diberikan terapi bermain diperoleh nilai rata-rata 37,17, yang berarti terjadi penurunan tingkat kecemasan anak pra sekolah dengan nilai rata-rata sebesar 5,26. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan tingkat kecemasan anak.

Penelitian ini juga terkait dengan penelitian Emi Agustina dan Artie Puspita pada tahun 2010 yang berjudul pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan tingkat kecemasan anak prasekolah yang rawat inap (Studi Experimental di Ruang Nusa Indah Rumah Sakit Umum Daerah Pare Tahun 2010). Hasil penelitian yang didapatkan, menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi (pre test) terdapat 37,5% responden yang mengalami kecemasan sedang kemudian sesudah diberikan terapi (post test) menjadi 0% atau tidak ada responden yang mengalami kecemasan sedang, dan tingkat kecemasan ringan yang semula 62,5% sesudah diberikan terapi bermain mewarnai gambar menjadi 12,5%. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bermain mewarnai gambar memiliki pengaruh dalam penurunan tingkat kecemasan anak sehingga terapi ini dapat diterapkan di rumah sakit khususnya pada anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan.

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara sukarela untuk memperoleh kesenangan / kepuasan. Bermain merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial, dan bermain merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain anak akan berkata-kata (komunikasi), belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, melakukan apa yang dapat dilakukan, dan mengenal waktu, jarak, serta suara (Wong 2003).

Sesudah diberikan skill play berupa berupa menyalin bentuk segi empat, menggunakan gunting, menggambar lingkaran dan segi empat, dan menyalin beberapa huruf besar terbukti dapat mengurangi tingkat kecemasan pada anak. Hasil ini sesuai dengan teori Riana Mashar (2011) tentang beberapa cara yang dapat ditempuh untuk menangani kecemasan pada anak, yaitu dengan mencari sumber yang membuat anak cemas, memberikan rasa aman kepada anak dengan menunjukkan sikap yang tenang, menerima keadaan anak, dan tidak menambah beban psikologis pada anak dengan mengancam, menakut-nakuti, atau memarahi anak, mengalihkan perhatian anak dari sumber cemas dengan melatih anak untuk relaksasi atau melakukan kegiatan-kegiatan lain yang menarik, melakukan hal-hal yang menenangkan, seperti mendengarkan musik, cerita, atau menggambar, mengajak anak berbicara dengan tentang sumber kecemasan yang dialami dengan kata-kata yang menenangkan dan membuat ia merasa aman, membiasakan anak terbuka dan mampu mengekspresikan perasaannya.

3. Analisa Pengaruh Skill Play terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji paired sample t-test sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa skill play dapat diperoleh T-hitung sebesar 3,924 dengan jumlah responden 12 orang responden. Hasil t-hitung sebesar 3,924 dengan nilai probabilitas 0,002 sehingga $P\text{-value} < \alpha$ 5% ($0,002 < 0,05$), maka H_1 diterima, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan skill play terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah (5-6 tahun). Derajat kebebasan bernilai 11 pada tabel dengan taraf signifikan 0,05 bernilai 1,796 sehingga $T\text{-hitung} > T\text{-tabel}$ ($3,924 > 1,796$). Perbedaan nilai tersebut berpengaruh terhadap penerimaan hipotesis H_1 , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh skill play terhadap kecemasan pada anak usia pra sekolah (5-6 tahun) di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat.

Hasil uji t-test menunjukkan adanya perubahan yang signifikan terhadap kecemasan responden sebelum dan sesudah diberikan skill play. Sebelum diberikan skill play (pre test) responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 7 responden (58,3%) dan responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5 responden (41,7%), sesudah diberikan skill play (post test) tingkat kecemasan responden mengalami perubahan yaitu responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 responden (16,7%), responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 responden (66,7%), dan responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 responden (16,7%).

Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan skill play pada anak mengalami perubahan, hal ini dikarenakan kegiatan yang diberikan oleh peneliti dapat mengalihkan perhatian anak dari sumber cemas dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang menarik, melakukan hal-hal yang menenangkan, seperti mendengarkan musik, cerita, atau menggambar. Perubahan kecemasan tersebut merupakan hasil

dari kegiatan skill play berupa menyalin bentuk segi empat, menggunakan gunting, menggambar lingkaran dan segi empat, dan menyalin beberapa huruf besar selama kurang lebih 40 menit dan juga dengan melakukan kegiatan tersebut di rumah dengan keikutsertaan orang tua dalam mengawasi anaknya ketika melakukan kegiatan tersebut.

Terapi bermain adalah terapi yang cocok digunakan pada anak usia 3 sampai 8 tahun. Terapi bermain (play therapy) memberi rasa aman, perhatian, dan lingkungan yang dapat menerima anak untuk mengekspresikan perasaan mereka serta latihan sosial untuk membantu anak dalam mengatasi perilaku maladaptif atau pengalaman traumatis (Hendarsih Susana, 2012). Skill Play merupakan permainan ketrampilan. Permainan ini dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar dan halus, semakin sering melakukannya anak akan semakin terampil, misalnya naik sepeda, membuat origami, dan buku bergambar (Rekawati Susilaningrum, dkk, 2013).

Fungsi atau manfaat skill play adalah dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar dan halus, melalui keterampilan motorik, anak dapat menghibur dirinya dan memper-oleh perasaan senang. Seperti anak merasa senang dengan memiliki keterampilan memainkan boneka, melempar dan menangkap bola atau memainkan alat- alat mainan lainnya, melalui keterampilan motorik, anak dapat beranjak dari kondisi helplessness (tidak berdaya) pada bulan-bulan pertama kehidupannya, ke kondisi yang independence (bebas, tidak bergantung). Anak dapat bergerak dari satu tempat ke tempat lainnya, dan dapat berbuat sendiri untuk dirinya. Kondisi ini akan menunjang perkembangan self confidence (rasa percaya diri), melalui keterampilan motorik, anak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekolah (school adjustment). Pada usia pra sekolah (taman kanak-kanak) atau usia kelas awal sekolah dasar, anak sudah dapat dilatih menggambar, melukis, baris berbaris, dan persiapan menulis (Nabiel Ridha, 2014).

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa skill play berpengaruh terhadap perubahan kecemasan pada anak usia prasekolah. Sehingga orang tua dapat melakukan kegiatan skill play ini di rumah untuk mengurangi kecemasan pada anak, membuat anak lebih mandiri lagi dan kegiatan ini juga dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan halus pada anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pengaruh skill play terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah (5-6 tahun) di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat, Kecemasan responden sebelum diberikan skill play, sebanyak 7 responden (58,3%) mengalami kecemasan sedang dan sebanyak 5 responden (41,7%) mengalami kecemasan ringan. Sesudah diberikan skill play, responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 responden (16,7%), responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 responden (66,7%), dan responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 responden (16,7%). Ada pengaruh yang bermakna (signifikan) terhadap tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan skill play pada anak usia pra sekolah (5-6 tahun) di PAUD Manggis Dusun Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E & Puspita, A. (2010). *Pengaruh Pemberian Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap penurunan Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Yang Rawat Inap (Studi Experimental Di Ruang Nusa Indah Rumah Sakit Umum Daerah Pare Tahun 2010)*. Available: <http://lppm.akperpamenang.ac.id/wp-content/uploads/2015/05/0207.pdf> (diakses pada tanggal 20 November 2015)
- Aizah, W. (2014). *Upaya Menurunkan Tingkat Stres Hospitalisasi Dengan Aktifitas Mewarnai Gambar Pada Anak Usia 4-6 Tahun Di Ruang Anggrek RSUD Gambiran Kediri*. Available: <http://lp2m.unpkediri.ac.id/jurnal/pages/efektor/Nomor25/Hal%206-10.%20Penelitian%20hospitalisasi%20Siti%20Aiz.pdf> (diakses pada tanggal 20 November 2015)
- Alfizar. (2011). *Pengaruh Terapi Bermain Peran Terhadap Tingkat Sosialisasi Pada Anak Usia 4-6 Tahun Di TK 'Aisyiyah Al-Wafa Sewon Bantul Yogyakarta*. Available:

<https://www.google.co.id/search?hl=id&spell=1&ie=ISO-8859-1&9=pengaruh+terapi+bermain+peran+terhadap+tingkat+sosialisasi+pada+anak+usia+4-6+tahun+di+tk+%27aisyiyah> (diakses tanggal 8 Maret 2016)

- Arikunto. (2010). *Metode Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Aspuah. (2013). *Kumpulan Kuesioner dan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Hidayat, A. (2012). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Mashar, R. (2011). *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Muliawati, N, dkk. (2014). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Di Tk Tunjung Mekar Denpasar*. Available: <https://www.google.co.id/search?hl=id&ie=ISO-8859-1&9=hubungan+pola+asuh+orang+tua+dengan+kecemasan+pada+anak+usia+prasekolah> (diakses pada tanggal 8 Maret 2016)
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2008). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak: Untuk Perawat dan Bidan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2011). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Pravitasari, E. (2012). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Anak Usia Prasekolah Sebelum Dan Sesudah Program Mewarnai*. Available: <http://www.ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing/article/viewFile/124/132> (diakses pada tanggal 20 November 2015)
- Ridha, N. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Anak*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- STIKES YARSI Mataram. (2016). *Buku Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi*.
- Sugiono. (2010). *Statistik Nonparametrik*. Bandung : Alfabeta
- Supartini. (2004). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta : EGC
- Susana, H. (2012). *Terapi Modalitas: Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Susilaningrum, R, dkk. (2013). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak: Untuk Perawat dan Bidan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika
- The American Academy of Pediatrics. (2005). *Panduan Lengkap Perawatan untuk Bayi dan Balita*. Jakarta: Arcan
- Wong. (2003). *Keperawatan Pediatrik*. EGC : Jakarta
- _____. (2015). *Fungsi Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini*. Available : <http://paudjateng.xahzgs.com/2015/09/fungsi-perkembangan-motorik-halus-anak-usia-dini.html> (diakses pada tanggal 18 Juli 2016)