

Efektivitas Kelompok Bermain Pada Anak Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Dalam Menghadapi Ujian Di SDN Wirolegi 04

Dhian Wahana Putra¹, Mad Zaini^{1*}, Aliyuddin Hidayattullah¹, Achmad Ramadhani¹,
Dimas Anggara Putra¹,

¹ Universitas Muhammadiyah Jember; madzaini@unmuhjember.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.32528/jiwakerta.v4i1.20944>

*Correspondensi: Mad Zaini

Email: madzaini@unmuhjember.ac.id



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

tinggi sedangkan 22 lainnya kurang mempunyai rasa percaya diri sehingga butuh bimbingan lebih untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Keywords: kepercayaan diri; permainan; siswa

Abstract: : *Self-confidence is a positive attitude of an individual who enables himself to develop a positive assessment, both towards himself and on the environment or the situation he is facing. Ideally the self-confidence that individuals have must be in a very high category. This is intended to be able to develop aspects that exist in him, it takes high self-confidence in the individual. Playing can be a means to stimulate children's development and help them to increase self-confidence. This activity aims to find out whether play therapy can increase self-confidence in children. This activity was carried out at SDN Wirolegi 04, which was attended by 78 students. Based on the results of observations, as many as 56 children have a high level of self-confidence while 22 others lack confidence so that it requires more guidance to increase their confidence..*

Keywords: self confidence; game; student

Pendahuluan

Ketika masih anak-anak, terdapat beberapa istilah seperti "usia kritis", "usia sulit", dan "usia bermain" yang digunakan, sehingga mereka menjadi lebih rentan terhadap masalah-masalah psikologis. Anak-anak pada masa ini seringkali mengalami berbagai kejadian traumatis, seperti ketiadaan kasih sayang, kekerasan, dan kegagalan dalam memenuhi kebutuhan di usia prasekolah. Hal-hal tersebut dapat memicu timbulnya

kecemasan yang menghambat perkembangan mental anak, seperti yang dijelaskan oleh Freud (Mashar, 2014).

Oleh karena itu, orang tua perlu melatih kemampuan dan aspek-aspek perkembangan anak dengan menstimulasi mereka, dan cara yang tepat untuk melakukan ini adalah melalui permainan. Permainan merupakan pembelajaran utama dan penting bagi anak usia dini atau usia prasekolah. Ketika anak belajar melalui bermain, mereka akan merasa senang dan bahagia. Oleh karena itu, bermain merupakan metode yang cocok bagi orang tua untuk menstimulasi anak dengan baik (Iriani, 2016). Meskipun anak rentan terhadap gangguan psikologis karena kejadian traumatis, bermain dapat membantu mencegah timbulnya kecemasan serta meningkatkan kepercayaan diri anak. Bermain dapat menjadi sarana untuk merangsang perkembangan anak dan membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan yang mungkin mereka alami. Dengan demikian, bermain merupakan cara yang efektif untuk membantu anak menghindari kecemasan serta meningkatkan kepercayaan diri anak.

Self Confidence atau kepercayaan diri merupakan sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan atau situasi yang sedang dihadapinya (Rais, 2022).

Namun tidaklah mudah dalam menerapkan rasa percaya diri pada siswa SD, dikarenakan masih tertanamnya rasa malu, gugup dengan teman sebaya maupungurunya. Hal ini didukung oleh fakta yang dikemukakan oleh Rohayati (2011), yaitu masih banyak siswa Indonesia kurang memiliki rasa percaya diri. Siswa akan merasa gugup dan tegang jika dihadapkan pada masalah. Dengan demikian perlunya self confidence ini ditanamkan dan dikembangkan pada anak sejak dini agar mereka mampu ketika dihadapkan suatu masalah apapun yang akan dihadapinya. Sebagai salah satu civitasakademika yang memiliki tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi terpanggil untuk berkontribusi bersama untuk mendidik generasi muda melalui Pengabdian. Untuk mendukung kesuksesan program yang dilakukan oleh pemerintah serta untuk mengimplementasikan maksud, tujuan dan sasaran serat salah satu sub tema dalam penagbdian masyarakat Peningkatan Mutu Pendidikan Dasar Dan Menengah (Rintyarnaet al., 2021).

Metode

Untuk meningkatkan kepercayaan diri pada anak yang akan menghadapi ujian ada beberapa cara yang bisa dilakukan salah satu contohnya melalui permainan. Permainan ini dilakukan di SDN Wirolegi 04 di Kecamatan Summersari dipandu oleh tim pengabdian Unmuh Jember. Permainan ini dilakukan oleh 78 siswa mulai dari kelas 1 hingga kelas 6 yang dibagi menjadi beberapa kelompok. Permainan yang kami terapkan adalah tebak

gambar serta tebak gaya. Dimana kedua permainan ini dapat melatih kepercayaan diri, kreatifitas, kepekaan, serta kekompakan anak.

Permainan Tebak gambar adalah suatu permainan di mana seseorang harus menebak gambar atau frasa yang tersembunyi dengan menggunakan petunjuk atau indikasi yang diberikan oleh orang lain atau dengan cara memecahkan kode tertentu. Biasanya, tebak gambar dimainkan sebagai bentuk hiburan atau sebagai latihan untuk meningkatkan kemampuan pemikiran logis dan asosiasi kata.

Selain itu ada juga tebak gaya, tebak gaya adalah permainan di mana pemain harus menebak kata kunci yang telah disediakan oleh penyelenggara apa yang nantinya akan diperagakan oleh teman dalam satu tim dan gaya yang dilakukan akan diteruskan oleh teman dalam satu tim dari belakang hingga depan. Kemudian harus menebak dengan benar untuk memenangkan permainan. Permainan tebak gaya bisa menjadi bentuk hiburan dan dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, kepekaan, serta kekompakan dari anak.

Ada 4 tahapan untuk meningkatkan kepercayaan melalui permainan ini yaitu melalui (1) survei kelompok sasaran untuk mengetahui lokasi dan tujuan yang belum pernah dilakukan kegiatan serupa, (2) persiapan sarana dan prasarana yang meliputi pemilihan lokasi permainan yang tepat serta persiapan alat-alat yang dibutuhkan, (3) pelaksanaan kegiatan inti berupa permainan tebak gambar dan gaya, dan (4) evaluasi hasil kegiatan.

Muatan program utama dalam kegiatan ini adalah memberikan edukasi cara untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui permainan dimana kepercayaan diri sangat dibutuhkan ketika anak akan menghadapi ujian. Dalam prakteknya juga pemateri menggunakan media berupa handphone untuk mencari kata yang akan ditebak oleh siswa. Kemudian dijelaskan aturan mengenai permainan yang akan dilakukan oleh fasilitator yaitu Tim Pengabdian agar para siswa mengerti alur dari permainan. Kemudian pada saat pelaksanaan permainan para siswa didampingi penuh oleh para fasilitator agar tidak melakukan kecurangan dan untuk memantau perkembangan dari para siswa. Kegiatan penutup yang dilakukan adalah evaluasi yang mencakup evaluasi struktur, proses, dan hasil.

Hasil dan Pembahasan

Meningkatkan kepercayaan diri anak melalui permainan tebak gambar serta tebak gaya di sekolah menggunakan beberapa strategi yang komprehensif. Tujuan dari kelompok bermain pada anak ini untuk mengurangi kecemasan anak pada saat akan melaksanakan ujian juga melatih kreatifitas, kepekaan, serta kekompakan anak. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 1 Maret 2023 yang diikuti oleh siswa SDN Wirolegi 04 sebanyak 78 anak. Kegiatan inti sosialisasi ini dilakukan dengan 4 tahap yaitu: (1) pra

interaksi, (2) interaksi, (3) demonstrasi (pelaksanaan permainan), dan (4) *post* interaksi. Adapun penjelasan tiap tahap sebagai berikut

1. Pra Interaksi

Pada tahap ini dilakukan beberapa persiapan seperti survei lokasi serta pengurusan izin pelaksanaan dengan SDN Wirolegi 04, pembuatan soal permainan, pembuatan hadiah, hingga pembagian tugas kelompok. Pada tahap ini juga dilakukan pengumpulan data siswa yang akan mengikuti kegiatan sosialisasi, data tersebut berupa :

Tabel 1. Rincian Jumlah Siswa SDN Wirolegi 04

No	Jenis Kelamin	Jumlah	%
1	Laki-laki	46	59
2	Perempuan	32	41
	Jumlah	78	100

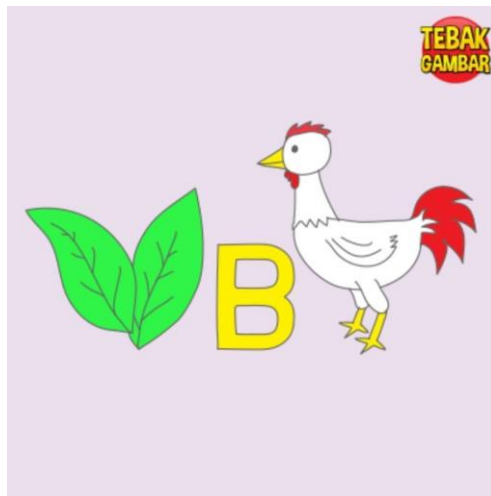
2. Tahap Interaksi

Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah SDN Wirolegi 04 dan tim perlengkapan menyiapkan sound system, menyiapkan tempat, serta menjaga siswa agar selalu kondusif.

3. Tahap Demonstrasi

Pada tahap ini, kegiatan dilakukan melalui penyampaian aturan permainan serta pelaksanaan dari permainan itu sendiri. Metode yang digunakan dalam sosialisasi ini adalah pendekatan edukatif. Pengabdian masyarakat dilakukan dalam 3 bentuk, yaitu:

- a. Memberikan edukasi mengenai manfaat dari permainan yang akan dilakukan.
- b. Memberikan penjelasan aturan (tata cara) dalam melakukan permainan
- c. Agar materi edukasi serta pelaksanaan permainan dapat terlaksana dengan dengan maksimal maka digunakan media handphone yang berisi tentang gambar serta kata yang akan di tebak oleh siswa.



Gambar 1. Soal Tebak Gambar

Jatuh Hati	Lontong Balap
Topeng Monyet	Banting Tulang
Jam Dinding	Tambal Ban
Jahit Baju	Putar Otak
Rumah Sakit	Babi Guling

Gambar 2. Soal Tebak Gaya

Pada pelaksanaannya, peserta terlihat sangat fokus dalam mendengarkan edukasi yang disampaikan. Selain itu, mereka juga terlihat antusias dan senang mengikuti permainan, terlihat dari keaktifan banyak anak saat berinteraksi dengan Tim Pengabdian serta teman-teman mereka



Gambar 3. Permainan Tebak Gaya



Gambar 4. Permainan Tebak Gambar

Pemberian hadiah kepada para pemenang dalam permainan sebagai bentuk penghargaan terhadap mereka agar mereka senang serta lebih bersemangat lagi untuk kedepannya.



Gambar 5. Foto Bersama Siswa SDN Wirolegi 04

Setelah permainan selesai kami foto Bersama dengan siswa SDN Wirolegi 04 untuk dokumentasi serta kenang-kenangan pada saat usai Pengabdian Nanti



Gambar 6. Foto Bersama Siswa SDN Wirolegi 04

4. Tahap *Post* Interaksi

Tahap terakhir dari kegiatan ini adalah evaluasi, yang mencakup evaluasi struktur, proses, dan hasil. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan kelompok bermain efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi ujian. Ditemukan hasil pengamatan selama pelaksanaan edukasi dan permainan, yang antara lain adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Rincian Siswa SDN Wirolegi 04 dalam Melakukan Terapi

No	Hasil Observasi	Jumlah	%
1	Kepercayaan diri tinggi	56	72
2	Kepercayaan diri kurang	22	28
	Jumlah	78	100

Dari hasil observasi oleh Tim Pengabdian, ditemukan bahwa sebanyak 72% peserta mempunyai kepercayaan diri yang tinggi setelah mendapat edukasi dan permainan, yang menunjukkan bahwa mereka dapat menyerap informasi dengan baik terutama melalui bantuan media visual seperti gambar dan praktik langsung.

Kemampuan fasilitator dalam menyampaikan materi dengan cara yang menarik serta didukung oleh media yang efektif memudahkan peserta khususnya anak-anak SDN Wirolegi 04 untuk memahami materi. Tim Pengabdian juga memberikan pendampingan kepada peserta sehingga edukasi dan permainan dalam dapat disampaikan dengan baik. Permainan yang mudah dan menarik dapat membuat para siswa begitu aktif dalam mengikuti permainan serta membuat emosi mereka begitu baik dan stabil sehingga mengurangi kecemasan mereka dalam melakukan sesuatu hal terutama pada saat melakukan ujian. Hal ini dapat terlihat dari hasil observasi yang menunjukkan bahwa sebanyak 72% peserta berhasil mempunyai kepercayaan diri yang tinggi pada saat melakukan permainan

Simpulan

Dari hasil pelaksanaan kelompok bermain tersebut dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pelaksanaan kelompok bermain melalui permainan berjalan lancar dan kondusif serta seluruh peserta tampak aktif dan antusias
2. Pelaksanaan kegiatan kelompok bermain efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri anak dalam menghadapi ujian
3. Program pengabdian di desa Wirolegi memberikan dukungan untuk penerapan kelompok bermain ini secara luas dalam masyarakat. Terapi ini dapat menjadi alternatif yang tidak invasif dan menyenangkan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada anak-anak, dan perlu dieksplorasi lebih lanjut untuk mengevaluasi efek jangka panjang pada performa akademik dan kesejahteraan anak-anak.

Ucapan Terima Kasih

Tim Pengabdian ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan terapi psikologi melalui permainan pada anak untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi ujian di SDN Wirolegi 04. Kegiatan ini tidak akan berhasil tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang telah membantu. Kami juga ingin berterima kasih kepada LPPM Universitas Muahmmadiyah Jember yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama kegiatan ini berlangsung. Tanpa bantuan mereka, kegiatan ini tidak akan berhasil dilaksanakan dengan baik. Akhir kata, semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi kepercayaan diri pada anak-anak serta pengaplikasiannya dalam masyarakat melalui program pengabdian. Terima kasih sekali lagi kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Mashar, R. (2014). emosi anak usia dini dan strategi penanganannya. jakarta: kencana perdana media grup.
- Iriani, I. H. (2016). psikologi perkembangan anak. Jakarta: PT Indeks.
- Jefrey, S. B. (2005). psikologi abnormal. jakarta: penerbit erlangga.
- Fricilia E, A. Y. (2014). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi Di RSUPD Kandou Manado. Jurnal Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, 2.
- Rais, Muhammad. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. AL-IRSYAD. 12. 40. 10.30829/al-irsyad.v12i1.11935.
- Rintyarna, B. S., Hidayat, C. T., Nursyamsiyah, S., & Jalil, A. (2021). Buku Pedoman Kuliah Kerja Nyata: (KKN Tematik COVID-19) Universitas Muhammadiyah Jember. UM Jember Press.
- Rohayati (2011). Program Bimbingan Teman Sebaya untuk meningkatkan Percaya diri siswa. Bandung. Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia