



“Let’s Play”: Pelatihan *Play Therapy* untuk Meningkatkan Keterampilan Sosioemosi pada Siswa PAUD Cahaya Bunda

**Farhan Dhiya Albariq¹, Rifdah Hanandra², Sonia Dewi Kristiawaty³,
Nurdian Susilowati⁴, Nuryanto Nuryanto⁵**

¹Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang

²Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang

³Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

⁴Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Semarang

⁵Desa Randugunting, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang

Email: [1farhandhiyaalbariq@students.unnes.ac.id](mailto:farhandhiyaalbariq@students.unnes.ac.id), [2rifdahnd@students.unnes.ac.id](mailto:rifdahnd@students.unnes.ac.id), [3soniadewi02102000@gmail.com](mailto:soniadewi02102000@gmail.com),
[4nurdiansusilowati@mail.unnes.ac.id](mailto:nurdiansusilowati@mail.unnes.ac.id), [5vantonuryanto436@gmail.com](mailto:vantonuryanto436@gmail.com)

Abstrak. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan sosioemosi pada siswa PAUD Cahaya Bunda, Dusun Kebonan, Desa Randugunting. Sasaran dalam pengabdian ini adalah siswa PAUD Cahaya Bunda yang berusia 3 hingga 5 tahun. Metode yang digunakan yaitu *play therapy* dalam bentuk permainan tebak kartu ekspresi, permainan ular naga, dan permainan boy-boyan. Hasil dari program pengabdian ini berupa pelatihan untuk meningkatkan keterampilan sosioemosi anak usia dini PAUD Cahaya Bunda melalui pelatihan *play therapy* yang terlaksana dengan baik. Hal tersebut terbukti dari adanya tanggapan positif dari pengajar maupun antusias siswa. Sebagian besar anak sudah mampu mengenali berbagai emosi dan bagaimana cara mengekspresikannya. Selain itu, melalui permainan yang dimainkan, dalam diri anak juga tumbuh rasa percaya diri dan mereka mampu mengendalikan diri dengan lebih baik setelah intervensi dilakukan. Hal ini ditunjukkan dengan anak-anak yang antri dengan tertib ketika bermain, saling menunggu teman, dan membantu fasilitator mengambil bola.

Abstract. The purpose of this community engagement activity is to enhance the socio-emotional skills of preschool children at PAUD Cahaya Bunda, Dusun Kebonan, Desa Randugunting. The target audience for this engagement is preschool children aged 3 to 5 years old who attend PAUD Cahaya Bunda. The method used for this research is *play therapy* in the form of guessing card expression games, “ular naga” games, and a game called “boy-boyan”. The outcome of this engagement program is a training program designed to improve the socio-emotional skills of early childhood children at PAUD Cahaya Bunda through well-executed *play therapy* sessions. The positive response from both the teachers and enthusiastic students proves the effectiveness of the program. Most children are already able to recognize various emotions and how to express the emotion. In addition, through the games played, self-confidence also seen in children and they are able to control themselves better after the intervention. This is shown by the children queuing in an orderly manner when playing, waiting for each other's friends, and helping the facilitator retrieve the ball.

Keywords: anak usia dini; *play therapy*; sosioemosi

Pendahuluan

Anak usia dini merupakan pribadi yang unik dan menjalani pertumbuhan yang sangat pesat dalam segala aspek pertumbuhannya yang akan mengantarkannya pada perubahan dalam aspek pertumbuhan selanjutnya (Dewi, 2020). Masa anak usia dini disebut

juga dengan masa emas (*golden age*) yangmana anak mulai peka dan sensitif untuk menerima rangsangan (Ndari dkk, 2019). Disebut *golden age* karena pada saat ini merupakan masa yang tepat untuk merangsang lebih dari 100 milyar sel otak yang dimiliki oleh anak sehingga kemampuan individu seseorang anak dapat bertambah dengan maksimal (Dewi, 2017). Selain itu, pada masa ini dapat disebut sebagai masa kritis, karena apabila saat masa ini anak tidak mampu memperoleh atensi ataupun stimulasi dalam hal seperti perawatan, pendidikan, pelayanan kesehatan, pengasuhan, ataupun asupan gizinya, anak ditakutkan tidak mampu berkembang dengan optimal (Dewi, 2020). Untuk itu, masa ini merupakan masa yang paling tepat untuk menstimulasi perkembangan anak (Khaironi, 2018).

Barnawi & Wiyani (2016) menyatakan periode usia dini berlangsung semenjak anak dilahirkan sampai ia berusia 6 tahun, dimana periode tersebut sangat mempengaruhi pembentukan karakter serta kepribadian anak. Dalam periode tersebut pula, anak akan melalui sejumlah aspek perkembangan yang meliputi perkembangan fisik motorik, perkembangan bahasa, perkembangan kognitif, perkembangan sosial emosional, dan yang tidak kalah penting yaitu perkembangan moral (Ndari, 2019). Perkembangan sosial emosional adalah sebuah masa yang meliputi transformasi dalam suatu hubungan seseorang dengan orang lain, perubahan kepribadian, dan perubahan emosi (Santrock dalam Mukhlis & Mbelo, 2019). Sejalan dengan itu, Dewi (dalam Masruroh, 2019) menyatakan bahwa pertumbuhan sosial emosional berhubungan dengan keterampilan individu dalam menjalin relasi dengan orang lain, bersikap, taat peraturan, santun dan disiplin didalam kesehariannya, serta kemampuan anak dalam memperlihatkan emosi yang wajar. Dengan demikian, kompetensi sosial emosional merupakan faktor penting yang harus diperhatikan dalam tumbuh kembang anak karena: (a) berkaitan dengan hasil sosial, perilaku, dan akademik yang penting untuk perkembangan yang sehat; (b) memprediksi hasil kehidupan yang penting di masa dewasa; (c) dapat ditingkatkan dengan intervensi yang layak dan hemat biaya; dan (d) memainkan peran penting dalam proses perubahan perilaku (Domitrovich dkk., 2017). Adapun sejumlah area utama dari bentuk perkembangan sosial emosional anak usia dini meliputi pertemanan, kemandirian, dan moralitas (Ndari dkk, 2019).

Dalam mendukung aspek perkembangan yang akan dilalui oleh anak, salah satu yang dapat dilakukan yaitu dengan melalui kegiatan pendidikan yang berkaitan dengan kurikulum, seperti halnya Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) yang berperan dalam mengasah, membimbing, menstimulasi dan memberi kegiatan yang akan semakin menambah keterampilan dan kemampuan anak (Muzzamil, 2021). Akan tetapi, dalam praktiknya, masih terdapat anak yang terkadang mengalami permasalahan dalam mengembangkan kemampuan dan keterampilan dalam sejumlah aspek perkembangan yang dilaluinya, tidak terkecuali dalam hal perkembangan sosial emosional. Sama seperti yang dikemukakan oleh Wiyani (2016) bahwa permasalahan perkembangan sosial emosional anak usia dini bisa berupa tindak anti sosial yang mencakup tindakan agresif, temper tantrum, maupun ketidakpatuhan, serta reaksi emosi yang tidak wajar seperti rendah diri, pencemas, penakut, dan pemalu. Sejalan dengan itu, Susanto (dalam Kusramadhanty, 2019) juga mengemukakan bahwa problematika sosial emosional yang dialami oleh anak usia dini berupa ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bersifat egosentris, agresif, dan perilaku antisosial.

Hal ini pun ditunjukkan lebih lanjut pada sejumlah penelitian, seperti penelitian yang dilakukan oleh Velderman dk (dalam Wijirahayu, 2016) yang menunjukkan bahwa sekitar 8 hingga 9% anak prasekolah/anak usia dini dapat menghadapi gangguan sosioemosi seperti berperilaku tidak taat, cemas, depresi, dan kurangnya keterampilan sosial. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Brauner & Stephens (dalam Hasanah dkk, 2019) juga menemukan bahwa sekitar 9,5% hingga 14,2% anak prasekolah/anak usia dini menghadapi problematika sosioemosi yang akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan kesiapan sekolahnya. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Hanifah & Ningrum (2017) turut menemukan bahwa 34,5% anak menghadapi tingkat emosional berupa pemahaman mengenai emosi yang rendah. Lalu, maraknya penggunaan *gadget* pada anak dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan anak mengisolasi diri dari kehidupan sosial dan kurang mampu dalam mengelola emosi (Suhana, 2017). Tidak tercapainya perkembangan sosial emosional anak secara maksimal menunjukkan bahwa anak masih belum mampu mengatur tingkat emosionalnya secara baik sehingga mengalami kesulitan dalam proses komunikasi dengan orang lain (Khazanah & Fauziah, 2020).

Untuk itu, diperlukan stimulasi guna mengoptimalkan pertumbuhan sosial emosional anak usia dini dengan pelatihan terkait sosioemosi. Dengan ini perlu menjadi perhatian karena pertumbuhan sosial emosional yang tidak baik pada anak usia dini menjadi faktor resiko masalah psikologi sosial di usia dewasa, seperti, kesepian, penyalahgunaan obat, tindak kriminalitas hingga depresi (Indanah & Yulisetiyaningrum, 2019). Begitu juga dengan yang dikemukakan oleh Wijirahayu (2016) bahwa keterlambatan pertumbuhan sosial emosional anak usia dini dapat menjadi faktor risiko anak yang berperilaku maladaptif seperti berperilaku kriminal dan mengkonsumsi narkoba saat dewasa. Oleh karena itu, anak perlu distimulasi dengan baik agar kemampuan sosial emosionalnya dapat berkembang secara optimal.

Tetapi, menurut hasil wawancara yang dilakukan dengan dua tenaga pendidik PAUD Cahaya Bunda, Dusun Kebonan, Desa Randugunting, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang, para pendidik mengatakan mengalami kesulitan dalam merencanakan pembelajaran terkait sosioemosi untuk siswa PAUD yang berjumlah 13 orang dengan rentang usia 3-5 tahun. Bahkan sebelumnya, mereka belum terpikirkan untuk mengkhususkan pembelajaran terkait aspek perkembangan sosioemosi tersebut. Padahal di rumah masing-masing siswanya pun, kebanyakan dari mereka diasuh oleh nenek atau pengasuh, mengingat bahwa daerah Desa Randugunting sendiri dikelilingi oleh sejumlah pabrik/perusahaan, sehingga sebagian besar warganya merupakan karyawan/pekerja, tidak terkecuali orang tua wali murid PAUD Cahaya Bunda. Oleh karena itu, stimulasi yang diberikan di rumah juga terbilang kurang sehingga diperlukan adanya pelatihan terkait sosioemosi untuk anak usia dini siswa PAUD Cahaya Bunda.

Adapun sebelum intervensi dilakukan, peneliti melakukan asesmen awal dengan observasi untuk memahami dan mengetahui perkembangan sosioemosi anak. Observasi dilakukan terhadap siswa PAUD Cahaya Bunda. Selain dengan observasi, peneliti juga melakukan wawancara dengan tenaga pendidik untuk mengetahui sikap sosioemosi anak setiap hari. Hasil observasi dan wawancara dengan pendidik mengatakan bahwa sebagian besar anak sudah memiliki kemampuan sosial emosional yang baik, tetapi beberapa anak yang pertumbuhan sosial emosionalnya belum optimal, seperti masih menunjukkan perilaku berbicara dengan teriak, nada tinggi, melempar atau menarik mainan ketika sedang

bermain bersama. Selain itu, beberapa dari mereka masih sering terdistraksi dan asyik sendiri pada saat pembelajaran berlangsung.

Untuk itu, dalam rangka menstimulasi kemampuan sosial emosional anak agar lebih optimal, fasilitator memberikan perlakuan *Play Therapy* yang dilakukan menggunakan sejumlah permainan guna memberikan pengenalan terkait emosi, ekspresi emosi, dan hubungan interpersonal dengan orang lain. Sejumlah penelitian terdahulu, seperti penelitian yang dilakukan oleh Zahro (2017) menemukan bahwa kartu ekspresi emosi dapat menjadi media dalam memberikan pelatihan empati pada anak usia dini dan memberikan pengaruh positif terhadap perilaku menolong dan pengaruh negatif terhadap perilaku agresif. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Mukhlis (2019) menemukan pula bahwa permainan tradisional dapat menjadi media pembelajaran terkait keterampilan sosioemosi untuk anak usia dini karena sejumlah aspek indikator perkembangan sosial emosional anak dapat terfasilitasi melalui permainan tradisional. Hal ini pun dipertegas dengan adanya temuan penelitian Barokah (2022) bahwa permainan tradisional ular naga berpengaruh terhadap perkembangan sosial emosional anak usia 5-6 tahun di TK Baiti Jannati, Kecamatan Tangkerang Barat, Kota Pekanbaru. Sama halnya dengan permainan tradisional boy-boyan yang diketahui berkaitan dengan perkembangan sosial anak karena di dalamnya mengandung nilai-nilai, kecerdasan sosial, serta sesuai dengan indikator-indikator perkembangan sosial seperti memunculkan inisiatif anak untuk beraktivitas bersama teman sebayanya, mau bergabung dalam permainan, memelihara peran dalam bermain, dan anak mampu mengatasi konflik dalam bermain (Afrina & Yusyofriend, 2020).

Oleh karena itu, berdasarkan hasil penelitian tersebut, pelatihan sosioemosi untuk anak usia dini siswa PAUD Cahaya Bunda ini dilakukan melalui permainan tebak kartu ekspresi yang bertujuan untuk mengenalkan ragam emosi serta bagaimana mengekspresikan emosi untuk anak, permainan ular naga yang bertujuan untuk mengembangkan kerja sama dimana di dalamnya anak dapat saling berkomunikasi dan membentuk rasa percaya diri, juga permainan boy-boyan yang bertujuan untuk meningkatkan pengendalian diri, keberanian, dan rasa percaya diri. Pelatihan sosioemosi untuk anak usia dini (3-5 Tahun) di PAUD Cahaya Bunda ini merupakan program yang dirancang dengan tujuan sebagai referensi dan acuan bagi pengajar dan penyelenggara kegiatan pendidikan anak usia dini sekaligus guna meningkatkan keterampilan sosioemosi anak usia dini. Penyusunan serta pelaksanaan program pembelajaran yang dibuat ini nantinya diharapkan dapat meningkatkan keterampilan sosioemosi pada anak usia prasekolah/anak usia dini. Lebih lanjut lagi, diharapkan kegiatan pada program ini dapat menjadi referensi bagi orang tua untuk mengembangkan keterampilan sosioemosi anak yang dapat dilakukan di rumah.

Metode

Dalam program pelatihan *play therapy* untuk meningkatkan keterampilan sosioemosi pada anak usia dini PAUD Cahaya Bunda ini menggunakan metode observasi, wawancara dan intervensi *play therapy*. Observasi merupakan teknik untuk melihat dan mengamati berbagai perubahan fenomena sosial yang terus tumbuh serta berkembang (Margono dalam Khasanah, 2020). Metode observasi digunakan untuk meninjau dan melihat perkembangan kegiatan siswa PAUD Cahaya Bunda. Selanjutnya metode wawancara yang digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai perkembangan sosioemosi pada siswa PAUD Cahaya Bunda. Dari hasil observasi dan wawancara dengan pendidik menunjukkan

bahwa sebagian besar anak sudah memiliki kemampuan sosial emosional yang baik, tetapi ada pula beberapa anak yang perkembangan sosial emosionalnya belum optimal, seperti masih menunjukkan perilaku berbicara menggunakan nada tinggi, berteriak, menarik, atau melempar mainan ketika sedang bermain bersama. Selain itu, beberapa dari mereka masih sering terdistraksi dan asyik sendiri pada saat pembelajaran berlangsung.

Sementara metode *play therapy* merupakan salah satu bentuk konseling untuk anak usia dini dengan memanfaatkan media permainan dengan tujuan untuk mengekspresikan pengalaman dan permasalahan anak usia dini agar dapat menyelesaikan masalah tersebut dengan baik. Selain itu, menurut Saputro (2017), bermain sebagai terapi penting untuk kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial anak. Terapi ini bisa dilakukan di dalam ruangan dan di luar ruangan. Terapi bermain dapat dikerjakan dalam bentuk permainan yang mana anak dapat berhubungan dengan individu lain, kemudian mampu mengenal dan mampu menyampaikan apa yang ia rasakannya saat bermain, sehingga anak mampu menunjukkan perasaan batin dan emosinya. Fasilitator pun akan melihat dan menganalisis masalah apa yang dialami anak pada saat bermain. Dalam menerapkan metode *play therapy*, fasilitator menggunakan 3 media pembelajaran, yakni:

- a) Permainan Tebak Kartu Ekspresi, yang bertujuan untuk mengenalkan ragam dan bentuk emosi serta bagaimana cara mengungkapkan emosi sekaligus untuk meningkatkan minat belajar anak sehingga kegiatan belajar menjadi lebih menyenangkan.
- b) Permainan Ular Naga, dimana permainan ini dinyanyikan oleh anak-anak yang bermain oray-orayan atau ular-ularan, biasanya sebelum bermain satu sama lain sambil memegang pundak teman yang lain di depan mereka, kemudian ketika lagu berakhir, salah satu anak ikut bergabung. Permainan ular naga ini bertujuan untuk mengembangkan kerja sama dimana di dalamnya anak dapat saling berkomunikasi dan membentuk rasa percaya diri.
- c) Permainan Boy-Boyan, yang merupakan model permainan yang harus menempatkan sebuah balok yang mirip dengan menara, yang kemudian harus dibalikkan oleh bola dan disusun kembali dengan cara yang sama. Akan tetapi dalam kegiatan pelatihan ini, permainan ini sedikit dimodifikasi untuk memudahkan dan menyesuaikan kemampuan anak usia dini.

Adapun indikator pencapaian yang diharapkan dalam melakukan kegiatan ini, yaitu:

- a) Membantu membangun hubungan yang sehat pada anak-anak.
- b) Mengurangi masalah emosi, perilaku, dan hambatan sosial dalam belajar.
- c) Membantu anak dalam meningkatkan penyesuaian diri dengan lingkungan.
- d) Membantu meningkatkan kemampuan komunikasi dan kesadaran emosi pada anak.

Hasil dan Pembahasan

Pada kegiatan pelatihan ini, fasilitator melakukan pelatihan *play therapy* yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosioemosi pada anak usia dini. Awalnya dilakukan dengan cara menciptakan hubungan yang baik atau membangun rapport antara fasilitator dan anak. Hal ini diharapkan dapat mencapai tujuan *play therapy*, yaitu menciptakan eksplorasi yang optimal dalam bermain dan mempunyai pemahaman emosi yang baik (seperti perasaan senang) dalam melakukan sesuatu yang merupakan sumber informasi bagi perkembangan anak. Dimulai dari sesi "Pembukaan" yang dilakukan oleh fasilitator sebagai pelaksana intervensi. Sesi ini dilakukan sebagai salah satu strategi untuk

berkenalan dan mengetahui masing-masing peserta intervensi yang merupakan anak prasekolah usia 3-5 tahun. Pada sesi kali ini telah terjalin hubungan yang akrab antara fasilitator dan peserta. Pada sesi kali ini juga tercapai kesepakatan kontrak pertemuan antara fasilitator dan peserta. Sekaligus tercapainya sesi perkenalan dengan anak-anak sambil mengetahui permainan-permainan apa saja yang akan dilakukan. Hal ini sudah tercapai beberapa indikator dalam pelaksanaannya yaitu diantaranya terjalin hubungan yang akrab antara fasilitator dan juga peserta, adanya kesepakatan kontrak antara fasilitator dan juga peserta dan peserta juga sudah mulai mengetahui apa saja permainan yang akan dilakukan oleh peserta.



Gambar 1. Membangun rapport (kedekatan) antara fasilitator dan peserta

Sesi selanjutnya yang dilakukan oleh kelompok pelaksana adalah intervensi *play therapy*: Tebak Kartu Ekspresi. Pada sesi kali ini pelaksana melakukan intervensi play therapy dengan cara melakukan tebak ekspresi yang terdiri dari 24 kartu ekspresi, seperti ekspresi sedih, senang, marah, jijik, tersenyum, dan sebagainya. Pada pelaksanaannya, *play therapy* ini mendapat respon yang beragam dari anak-anak PAUD Cahaya Bunda. Ada anak yang mengikuti sesi ini dengan baik ada juga anak-anak yang asik bermain sendiri. Pada sesi ini dapat dilihat bahwa beberapa anak sudah muncul rasa percaya diri untuk menebak emosi dan beberapa anak juga sudah mampu mengutarakan pendapat dalam menebak kartu emosi yang diberikan, dan mengetahui macam-macam emosi. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu bahwa kepercayaan diri pada anak tidak langsung muncul begitu saja tetapi dapat dengan proses dalam menumbuhkan kepercayaan diri, yaitu dapat dilakukan dengan cara anak diminta untuk melakukan aktivitas tanpa bantuan dari orang lain (Antini dkk., 2019).



Gambar 2. Permainan tebak kartu ekspresi

Kartu gambar dapat digunakan juga untuk media pembelajaran yang menarik bagi anak-anak usia pra sekolah terutama dari berbagai gambar tersebut dapat digambarkan berbagai macam emosi dan ataupun untuk anak-anak dapat mengenali aksara yang tertera dalam gambar (Anggraeni, 2019). Dalam penerapan tebak gambar ini dapat menumbuhkan kepercayaan diri anak dengan strategi pembelajaran yang mengasikkan bagi anak. Anak-anak diminta untuk melakukan kegiatan tanpa bantuan dari orang lain juga dapat meningkatkan rasa percaya diri pada anak-anak, apabila ada anak-anak yang belum bisa melakukan suatu hal yaitu dengan cara menanamkan kepercayaan diri pada anak yang dapat dilakukan dengan cara memberikan motivasi kepada anak apabila tidak mau lagi melakukan suatu hal dengan memberi motivasi berupa kata kata penyemangat apabila anak tidak dapat melakukan suatu hal seperti "kamu bisa melakukannya" serta memberikan kesempatan pada anak untuk belajar secara kelompok agar dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada anak-anak usia pra-sekolah anak (Antini dkk, 2019). Kartu media gambar atau *flashcard* ini juga dapat memiliki manfaat bagi anak, yaitu diantaranya adalah kartu tebak gambar ini dapat merangsang anak untuk lebih peka terhadap suatu emosi yang telah ditunjukkan (Sari & Fauziiddin, 2017). Pada permainan tebak gambar ini juga dapat meningkatkan rasa percaya diri sehingga anak-anak lebih mampu untuk menebak emosi dan ciri-cirinya berdasarkan apa yang tertera pada media gambar atau *flashcard* (Budiarti, 2020).



Gambar 3. Permainan tebak kartu ekspresi

Sesi selanjutnya adalah permainan ular naga. Pada permainan ini, anak-anak berbaris melewati terowongan bersamaan dengan menyanyikan lagu ular naga hingga lagu selesai dan berhenti pada salah satu anak. Selanjutnya, anak tersebut diminta untuk menyebutkan identitas diri berupa nama, usia, dan tempat tinggal. Kemudian terus berlanjut sampai semua anak mendapat giliran. Pada sesi ini, anak-anak terlihat antusias, tetapi ada beberapa anak yang terdistraksi. Ada anak yang mengikuti sesi ini dengan baik ada juga anak-anak yang asik bermain sendiri. Pada sesi ini terlihat bahwa anak-anak saling mengembangkan sikap kerja sama dalam bermain dimana mereka berbaris dengan rapi.

Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan sosioemosi pada anak melalui permainan yang dilakukan secara berkelompok. Dalam hal ini dapat mengembangkan kerjasama dimana anak saling berkomunikasi, melakukan pengendalian diri, meningkatkan keberanian dan meningkatkan rasa percaya diri melalui permainan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Achroni dalam Amelia dan Helmidar (2017) yang menemukan bahwa permainan tradisional ular naga bermanfaat untuk melatih sosio emosi, kerjasama dan juga fisik dan motorik anak. Permainan ini menitikberatkan pada aspek kesenangan dan keceriaan dalam bermain yang dilakukan oleh anak-anak. Beberapa manfaat positif ular naga bagi anak-anak diantaranya adalah mempererat pertemanan; belajar berbagi dan belajar untuk mempertahankan teman; belajar untuk menjadi pemimpin yang baik; melatih emosi dan kecakapan anak dalam melakukan komunikasi; selain itu dapat juga melatih anak-anak untuk mengerti arti kebersamaan dan sikap sportif apabila memperoleh kemenangan maupun kekalahan yang diperoleh saat bermain (Amelia dan Helmidar, 2017).



Gambar 5. Permainan ular naga

Sesi terakhir adalah permainan boy-boyan. Pada permainan ini, anak-anak berbaris bergantian melempar bola untuk merobohkan gelas bekas sebagai benteng. Beberapa anak sangat antusias dalam permainan ini, meskipun tetap saja ada beberapa anak yang sibuk bermain sendiri. Pada sesi ini terlihat bagaimana kesabaran anak-anak untuk berbaris menunggu giliran selanjutnya. Beberapa anak terlihat kurang sabar untuk menunggu antrian bermain. Namun, lama kelamaan anak-anak tersebut dapat mengendalikan diri untuk lebih sabar ketika antri dan berkomunikasi bersama teman-temannya.



Gambar 6. Permainan boy-boyan

Permainan boy-boyan dapat meningkatkan tingkatan sosioemosi pada tiap-tiap diri anak. Pengembangan dalam keahlian sosial harusnya terdapat dalam anak-anak PAUD berarti yang seharusnya menjadi fokus utama untuk orang-orang yang berusia di sekitar PAUD yaitu anak usia 3-5 tahun. Anak-anak dianjurkan untuk mempelajari keahlian sosial sejak umur dini yang seharusnya menjadi atensi bagi orang-orang disekitar anak untuk mengembangkan keahlian sosio-mosi. Apabila seseorang memiliki keahlian sosial bagi anak akan menjadi bekal untuk membangun ikatan sosial dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan riset Rodziah (2019) yang menyimpulkan bahwa permainan boy-boyan dalam memberikan beberapa manfaat bagi tingkatan sosioemosi pada anak di antaranya adalah dapat membina kerjasama, melatih kekompakan, dan anak-anak dapat belajar untuk menerima dan menghargai komentar orang lain.



Gambar 7. Permainan boy-boyan

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Kemmis dan Me Taggart yang dilakukan dengan teknik analisis kuantitatif dan kualitatif permainan boy-boyan berdasarkan uji terhadap sekelompok eksperimen B menunjukkan keberhasilan berdasarkan kriteria tersebut telah mencapai 82,34%. Adanya permainan boy-boyan ini dapat mempermudah untuk menganalisis bagaimana cara anak untuk bekerjasama karena saat melakukan kegiatan permainan boy-boyan, anak-anak akan dibagi menjadi beberapa kelompok dan anak-anak akan berusaha untuk memenangkan permainan yang sedang dimainkan oleh anak-anak. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Ekawati (2015) mengemukakan bahwa permainan tradisional boy-boyan berpengaruh terhadap kemampuan kerjasama anak. Dengan semakin terlatihnya kerjasama yang dimiliki oleh anak, maka perkembangan sosial pada anak akan meningkat. Hal ini sesuai dengan indikator keberhasilan perkembangan sosio-emosi dengan permainan boy-boyan. Dengan permainan boy-boyan juga akan meningkatkan kepercayaan diri pada anak-anak sehingga dapat bermain dengan teman-teman sebaya.

Berdasarkan hasil intervensi yang sudah dilewati, didapatkan bahwa ada perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi berdasarkan penilaian subjektif fasilitator. Sebelum dilakukan intervensi, anak-anak cenderung belum bisa diajak bekerja sama untuk mengikuti instruksi fasilitator dan aturan-aturan dalam permainan. Namun, setelah dilakukan intervensi anak-anak cenderung sudah bisa mengikuti instruksi dari fasilitator. Hal ini ditunjukkan dengan anak-anak yang antri dengan tertib ketika bermain, saling menunggu teman, dan membantu fasilitator mengambil bola.



Gambar 8. Pemberian hadiah snack setelah kegiatan pelatihan selesai



Gambar 9. Foto bersama

Simpulan

Intervensi "*Let's Play*" dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan sosioemosi pada anak-anak usia dini di PAUD Cahaya Bunda melalui *play therapy*. Pelaksanaan intervensi dilakukan pada tanggal 20 Maret 2023 pukul 08.00-10.00 WIB. Terdapat tiga permainan yang dilakukan, yaitu tebak kartu ekspresi yang bertujuan untuk mengenalkan ragam dan bentuk emosi serta bagaimana mengekspresikan emosi untuk anak, permainan ular naga yang bertujuan untuk mengembangkan kerja sama dimana di dalamnya anak dapat saling berkomunikasi dan membentuk rasa percaya diri, juga permainan boy-boyan yang bertujuan untuk meningkatkan pengendalian diri, keberanian, dan rasa percaya diri. Pelaksanaan kegiatan ini dinilai cukup efektif dimana anak-anak sangat antusias untuk bermain dan belajar bersama, meskipun tetap saja ada beberapa anak yang asik bermain sendiri, tetapi tetap mampu mengikuti instruksi dari fasilitator. Untuk perkembangan sosioemosi, sebagian besar anak sudah mampu mengenali berbagai emosi dan bagaimana cara mengekspresikannya. Selain itu, melalui permainan yang dimainkan, dalam diri anak juga tumbuh rasa percaya diri dan mereka mampu mengendalikan diri dengan lebih baik setelah intervensi dilakukan.

Meninjau dari hasil pelaksanaan pelatihan tersebut, diharapkan pelatihan yang sudah diselenggarakan dapat bermanfaat dan digunakan secara baik oleh peserta, fasilitator, ataupun tenaga pendidik. Selain itu, materi yang disampaikan juga dapat menjadi peringatan bagi individu jika dirasa butuh penanganan lebih lanjut. Fasilitator menyarankan agar pelaksanaan pelatihan lebih mempertimbangkan waktu dan media pelaksanaannya. Dengan adanya pertimbangan tersebut, maka peserta diharapkan dapat menjadi lebih aktif dan responsif agar pelatihan yang diselenggarakan lebih efektif.

Referensi

- Alhadi, S. (2016). Play Therapy: Sebuah Inovasi Layanan Konseling Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)*, 3(3), 52-57.
- Amelia dan Helmidar. (2017). Pengaruh Modifikasi Permainan Ular Naga Dalam Meningkatkan Kemampuan Mengenal Konsep Bilangan Pada Anak Kelompok B2 di Paud Save The Kids Banda Aceh. *Jurnal Buah Hati*, 4(1).

- Anggraeni, P. U. D., Sedeng, I. N., & Putra, A. A. P (2019). Media Kartu Bergambar Sebagai Media Pengajaran Dalam Meningkatkan Keterampilan Membaca Pada Kelompok Belajar B Anak Usia 5- 6 Tahun di TK Bali Kiddy. *Litera Jurnal Bahasa dan Litera*, 5(2), 26–33.
- Antini, N. K. A., Magta, M., & Ujianti, P. R. (2019). Pengaruh Metode Show and Tell Terhadap Kepercayaan Diri Anak Kelompok A Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 7(2), 143.
- BAROKAH, K. (2022). *PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL ULAR NAGA TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK BAITI JANNATI, KECAMATAN TANGKERANG BARAT KOTA PEKANBARU* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).
- Dewi, L. A. P. (2017). Peranan orang tua dalam pembentukan karakter dan tumbuh kembang anak. *Pratama Widy: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 83-91.
- Dewi, A. R. T., Mayasarokh, M., & Gustiana, E. (2020). Perilaku sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 181-190.
- Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2017). Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. *Child development*, 88(2), 408-416.
- Ekawati, Nur Yulia. (2015). Pengaruh Penerapan Permainan Tradisional Tegal terhadap Kemampuan Kerjasama Anak-Anak. *CAKRAWALA: Jurnal Penelitian dan Wacana Pendidikan*, 9(1), 67-73.
- Hanifah & Ningrum. (2017). Gambaran Hasil Deteksi Dini Masalah Mental Emosional Pada Anak Prasekolah Usia 36 Sampai 72 Bulan Di Playgroup Dan Tk Cherry Kids Club Islamic School Grogol Sukoharjo Tahun 2012. *Jurnal Kebidanan Indonesia: Journal of Indonesia*.
- Hasanah, I., Kurniatun, N., Dwiastiti, I., & Isronia, N. (2019). GAMBARAN PERKEMBANGAN SOSIAL ANAK YANG MENGGUNAKAN TELPON GENGAM (GADGET). *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 5-5.
- Izatusholihah, Y., & Muslihin, H. Y. (2021). Permainan Tebak Gambar dalam Menstimulasi Karakter Percaya Diri Anak Usia Dini. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(01), 71-80.
- Khaironi, M. (2018). Perkembangan anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 01-12.
- Khasanah, B. L., & Fauziah, P. (2020). Pola asuh ayah dalam perilaku prososial anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 909-922.
- Afrina, R. (2020). Pengaruh Permainan Boy-Boyan Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3294-3304.
- Khasanah, U. (2020). *Pengantar Microteaching*. Deepublish.
- Kusramadhanty, M., Hastuti, D., & Herawati, T. (2019). Temperamen dan praktik pengasuhan orang tua menentukan perkembangan sosial emosi anak usia prasekolah. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 258-277.
- Masrurroh, F. (2019). Optimalisasi Pengelolaan Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini. *Edupeedia: Jurnal Studi Pendidikan Dan Pedagogi Islam*, 4(1), 59-66.
- Mukhlis, A., & Mbelo, F. H. (2019). Analisis perkembangan sosial emosional anak usia dini pada permainan tradisional. *Preschool: Jurnal Perkembangan dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 11-28.

- Muzzamil, F. (2021). Pengaruh lingkungan terhadap perkembangan sosial emosional anak. *MURANGKALIH: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2).
- Ndari, S. S., Vinayastri, A., & Masykuroh, K. (2020). *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*. Edu Publisher: Bandung.
- Ni'matuzahroh. (2019). *Aplikasi Psikologi Di Sekolah*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Novan, A. (2016). *Mengelola Dan Mengembangkan Kecerdasan Sosial Dan Emosi Anak Usia Dini Panduan Bagi Orang Tua Dan Pendidik Paud*.
- Putri, C. I. H., & Primana, L. (2017). Pelatihan Regulasi Emosi Anak Usia Prasekolah (3-4 Tahun). *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 190-202.
- Rodziyah, Siti., dkk. (2019). Upaya Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Boy-Boyan dalam Perkembangan Sosial Emosional. *Jurnal Audi*, 4(2), 87-99.
- Suhana, M. (2017). Influence of Gadget Usage on Children's Social-Emotional Development. In *International Conference of Early Childhood Education (ICECE 2017)* (pp. 224-227). Atlantis Press.
- Sujadi, E. (2019). Penerapan Play Therapy dengan Menggunakan Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Keterampilan sosio-emosional. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 3(1), 14-24.
- Wijirahayu A, Krisnatuti D, Muflikhati I. (2016). Kelekatan ibu-anak, pertumbuhan anak, dan perkembangan sosial emosi anak usia prasekolah. *Jur Ilm Kel Kons*, 9(3), 171-82.
- Wiyani, N. A. & Barnawi. (2016). *FORMAT PAUD: Konsep, Karakteristik, & Implementasi Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Yulisetyaningrum, Y. (2019). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(1), 221-228.