

**EFEKTIFITAS PERMAINAN MONO-AKSI TERHADAP SKOR
KECEMASAN SOSIAL PADA ANAK**

Nofathana Saputra dan Warih Andan Puspitasari

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

E-mail: nofathana15@gmail.com dan andanwarih@gmail.com

Diterima:

07 Desember
2021

Direvisi:

14 Desember
2021

Disetujui:

15 Desember
2021

Abstrak

Latar belakang: Manusia adalah makhluk sosial, artinya bahwa manusia membutuhkan interaksi dengan sesamanya, hal inilah yang menyebabkan terjadinya hubungan sosial antar satu orang dengan yang lainnya. **Tujuan :** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek dari Permainan Mono-Aksi (Monopoli Interaksi) terhadap skor kecemasan sosial pada anak di SD Muhammadiyah Tamantirto Kasihan Bantul **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian Quasy Experiment/eksperimen semu dengan rancangan Pre test-Post test(Non-Equivalent Control Group Design). **Hasil:** Pada penelitian ini, sampel yang digunakan berjumlah 40 sampel, dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada pretest dan posttest pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol serta tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada kedua kelompok. **Kesimpulan:** Uji Paired Sample T-test : kelas intervensi pretest – posttest Sig (.060), kelas kontrol pretest – posttest Sig (.368). Hasil Berdasarkan Uji Independent T-test : kelas intervensi – kontrol Sig (.108) maka pada penelitian ini h_0 diterima dan h_1 ditolak, peneliti beranggapan hal ini terjadi sebagai efek kurangnya waktu pemberian intervensi permainan mono-aksi yaitu hanya dalam waktu 45 menit.

Kata kunci: *Makhluk Sosial, Mono-aksi, Kecemasan Sosisal*

Abstract

Background: Humans are social creatures, meaning that humans need interaction with each other, this is what causes social relations between one person and another. **Purpose :** The purpose of this study was to determine the effect of Mono-Action Games (Monopoly Interaction) on social anxiety scores in children at SD Muhammadiyah Tamantirto Kasihan Bantul. **Methods** This study uses a quasi-experimental/quasi-experimental research design with a Pre-test-Post test (Non-Equivalent Control Group Design). **Results:** In this study, the sample used was 40 samples, from the results of this study it was found that there was no significant difference in the pretest and posttest in the intervention group and the control group and there was no significant difference in the two groups. **Conclusion:** Paired Sample T-test: intervention class pretest – posttest Sig (.060), control class pretest – posttest Sig (.368). Results Based on the Independent T-test: the intervention class - control Sig (.108), in this study h_0 was accepted and h_1 was rejected, the researchers assumed this occurred as the effect of

the lack of time giving the mono-action game intervention, which was only 45 minutes.

Keywords: Social Beings, Mono-action, Social Anxiety

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk sosial, artinya bahwa manusia membutuhkan interaksi dengan sesamanya, hal inilah yang menyebabkan terjadinya hubungan sosial antar satu orang dengan yang lainnya (Pakpahan & Taneo, 2020). Pertemanan dan persahabatan antar golongan sebaya juga merupakan rangkaian interaksi sosial, dalam penelitian tertentu, didapatkan bahwa jenis hubungan ini bisa mengurangi resiko kematian hingga 50% (Ekayanti, 2018). Kathleen Mullan Harris, seorang sosiologis Universitas Carolina Utara dalam papernya menyebutkan bahwa “pada anak-anak, isolasi sosial adalah sama efeknya dengan tidak mendapat latihan ataupun olahraga”.

Mengalami perasaan cemas bukan lagi hal yang langka pada era saat ini, dan hal ini bisa menimpa siapapun dimana saja (Nursi, 2020). Kecemasan diartikan sebagai suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya, selain itu (Sihotang, 2017). Anxiety atau kecemasan adalah sebuah perasaan umum yang biasanya ditunjukkan sebagai kegelisahan atau ketakutan dan bisa dialami oleh siapa saja (Jannati, 2018).

Hubungan sosial yang terjadi di masyarakat tentunya memiliki kriterianya masing-masing, akan tetapi dalam perkembangannya, setiap individu menginginkan sebuah interaksi sosial yang aman serta baik di mata sosial, permasalahan inilah yang diyakini penulis sebagai salah satu penyebab terjadinya kecemasan sosial di masyarakat (H Hermanto Suaib, 2017).

Ketika berbicara mengenai kecemasan sosial, maka hal yang dibicarakan adalah interaksi antar satu orang dengan orang yang lainnya, dimana kecemasan sosial sendiri didefinisikan sebagai ketakutan untuk berinteraksi dengan orang lain yang dirasakan secara sadar dimana dirinya merasa dinilai dan dievaluasi secara negatif, dan akibatnya mengarah pada tindakan penghindaran, apabila seseorang merasa dirinya tidak pantas berada dengan orang lain dan lebih nyaman untuk sendirian maka orang tersebut dikategorikan mengidap kecemasan sosial (Tsuraya, 2013).

Kecemasan sosial ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa dan remaja, dimana juga didapati pada anak-anak, gangguan kecemasan merupakan penyakit mental yang paling banyak terjadi di Amerika, Anxiety and Depression Association of America menyatakan bahwa didapati angka 40 Juta orang Amerika diatas 18 tahun dilaporkan mengalami gangguan kecemasan atau 18% dari populasi Amerika Serikat, dimana 15 juta diantaranya atau 6,8% populasi mengalami kecemasan sosial, yang didalamnya termasuk anak-anak, yaitu 1 dari 8 anak Amerika mengalami gangguan kecemasan (Nainggolan, 2017). Hal ini secara langsung menyatakan bahwa anak-anak pun mulai memiliki gejala serta tanda-tanda gangguan kecemasan. Sama halnya seperti Amerika, di Indonesia sendiri berdasarkan Data Riskesdas tahun 2013, menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta orang. Sedangkan, prevalensi gangguan jiwa berat, seperti schizophrenia adalah 1,7 per 1000 penduduk atau sekitar 400.000 orang (Nihayati, Mukhalladah, & Krisnana, 2016).

Kecemasan sosial ini muncul karena adanya perasaan takut secara psikis terhadap pendengar atau lawan bicara, yaitu takut ditertawakan orang, takut bahwa dirinya akan

menjadi tontonan orang, takut bahwa apa yang akan dikemukakan mungkin tidak pantas untuk dikemukakan, dan rasa takut bahwa mungkin dirinya akan membosankan (Wahyuni, 2013). Kecemasan adalah bentuk perasaan khawatir, gelisah, dan perasaan-perasaan lain yang kurang menyenangkan. Individu yang menyadari bahwa ada hal-hal yang tidak berjalan dengan baik atau tidak sesuai dengan yang diharapkan, maka mereka akan merasa cemas (Sugiyarti & Widyawati, 2011). Secara negatif, pikiran seseorang biasanya terbebani oleh ketakutan untuk membuat kesalahan dan khawatir akan kegagalan serta khawatir akan melakukan tindakan yang konyol (Marwanto, 2017).

Kecemasan telah dianggap sebagai sebuah penyakit, sehingga perlu untuk diobati, Schab dalam penelitiannya menyatakan bahwa kecemasan bisa diobati atau dikurangi dengan relaksasi. Bermain bersama merupakan langkah relaksasi yang baik untuk anak, selain itu, bermain juga meningkatkan kemampuan berinteraksi pada anak. Monopoli merupakan sebuah media permainan yang bisa dilakukan pada setiap usia, media permainan monopoli merupakan salah satu media permainan yang dapat menimbulkan kegiatan belajar yang menarik dan membantu suasana belajar menjadi senang, hidup dan santai (Fadlillah, 2019). Seiring dengan berkembangnya teknologi, permainan anak yang memberikan kesempatan untuk berinteraksi satu sama lain semakin berkurang, sosial media serta media-media internet mulai menyebabkan terjadinya peristiwa menyendiri, sehingga diyakini bahwa dengan memberikan kesempatan bermain sekaligus berinteraksi dengan sesamanya merupakan salah satu cara yang bisa digunakan untuk mengatasi kecemasan sosial pada anak (Damayanti et al., 2020).

Anak adalah penerus generasi di masa depan, bila mereka telah terbiasa untuk tidak berinteraksi dengan sesamanya karena merasa takut ataupun cemas, maka ditakutkan di masa depan hal ini akan terus berlanjut yang akan berpengaruh ke dalam kehidupan sosial dan juga pendidikannya, maka tugas kita sebagai pendahulu mereka untuk menemukan cara terbaik bagi mereka untuk berinteraksi dengan sesamanya, sehingga mereka bisa terbiasa dengan interaksi sosial, dan bisa lebih mendahulukan kehidupan sosial nyata dibanding media-media sosial internet (Nuh, 2013).

Kecemasan adalah salah satu gangguan yang banyak tersebar diantara manusia. Cemas dalam bahasa arab diartikan sebagai bergerak, sehingga, ketika seseorang merasa cemas maka ia akan bergerak dari tempatnya. Hingga bisa dikatakan bahwa bentuk kecemasan adalah adanya perubahan atau goncangan yang berseberangan dengan ketenangan yang Allah gambarkan dalam firman-Nya dalam surah al-Fajr ayat 27-30. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek dari Permainan Mono-Aksi (Monopoli Interaksi) terhadap skor kecemasan sosial pada anak di SD Muhammadiyah Tamantirto Kasihan Bantul.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian Quasy Experiment/eksperimen semu dengan rancangan Pre test-Post test(Non-Equivalent Control Group Design). Sugiyono (2010) menyampaikan bahwa desain penelitian Non-equivalent Control Group Design adalah penelitian yang menggunakan satu kelompok eksperimen/perlakuan dan satu kelompok kontrol/pembanding. Penelitian ini akan dimulai dengan pre test/tes awal, tes ini akan diberikan kepada kedua kelompok yang dilakukan dengan tujuan mengetahui keadaan subjek sebelum diberikan perlakuan. Penelitian ini akan diakhiri dengan post test/tes akhir pada kedua kelompok yang bertujuan untuk mengetahui keadaan subjek setelah diberikan perlakuan dan dibandingkan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding.

Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian ini, sampel yang digunakan berjumlah 40 sampel, dari hasil penelitian didapatkan hasil pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Berdasarkan Uji Normalitas

Kelas		Sig.
4 A Intervensi	Pretest	.630
	Posttest	.211
4 B Kontrol	Pretest	.181
	Posttest	.311

Berdasarkan hasil diatas diketahui nilai signifikansi untuk semua data pada uji shapiro-wilk $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi NORMAL.

Karena data penelitian tersebut terdistribusi normal maka peneliti dapat menggunakan uji parametrik (uji paired sample T test dan uji independent sample T test) untuk melakukan analisis data penelitian.

Tabel 2. Hasil Berdasarkan Uji Paired Sample T-test

Kelas		Sig.
4 A	Pretest intervensi – Posttest intervensi	.060
	4 B	Pretest kontrol – Posttest control

Berdasarkan hasil kelas 4 A diperoleh nilai Sig. Sebesar 0,060 yang artinya lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna untuk pretest dan posttest kelas intervensi.

Berdasarkan hasil kelas 4 B diperoleh nilai Sig. Sebesar 0,368 yang artinya lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan untuk pretest dan posttest kelas kontrol.

Tabel 3. Hasil Berdasarkan Uji Independent T-test

Kelas	Sig.
4 A Intervensi - 4 B Kontrol	.108

Berdasarkan hasil diatas diperoleh nilai Sig. Sebesar .108 yang artinya lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi yang diberi perlakuan permainan mono-aksi dan kelompok kontrol yang tidak di beri perlakuan permainan mono-aksi.

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada pretest dan posttest pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol serta tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada kedua kelompok, penelitian ini juga selaras dengan penelitian oleh Wiad Rosyana (2014) tidak terdapat pengaruh model pembelajaran TGT menggunakan media permainan monopoli dan permainan ular tangga terhadap prestasi belajar siswa materi sistem koloid baik aspek kognitif maupun afektif. Juga penelitian yang di lakukan oleh Isnaini (2016) berdasarkan hasil perhitungan dengan

menggunakan gain score menunjukkan bahwa Media Pembelajaran Monopoli Akuntansi dapat meningkatkan Motivasi Belajar siswa kelas X Ak 2 SMK Negeri 4 Klaten sebesar 0,22. Peningkatan tersebut masuk dalam kategori rendah karena nilai gain $<0,3$. Artinya, meskipun ada peningkatan Motivasi Belajar, tetapi secara signifikansi dari peningkatannya tidak terlalu banyak.

Dari hasil penelitian sebelumnya, beberapa penelitian menyatakan terdapat hubungan yang bermakna. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Suciati (2015) didapatkan hasil bahwa media Monosa memiliki keefektifan, keefisienan, dan memiliki daya tarik kepada pengguna. Berdasarkan observasi yang dilakukan selama pembelajaran, media ini mampu memberikan kebermaknaan dalam pembelajaran, yaitu mengembangkan nilai karakter kemampuan bekerja sama, sportifitas, keaktifan individu siswa, kemandirian siswa, berpikir kritis, dan peduli. Penelitian yang dilakukan oleh Yuono, (2015) dalam membantu meningkatkan percaya diri dengan hasil pengembangan media ini memperoleh skor 82,19% berkategori sangat baik dan tidak perlu direvisi menurut kriteria penilaian Mustaji (2005). Dengan demikian produk telah memenuhi kriteria keberterimaan. Penelitian oleh Lubis, (2015) berdasarkan hasil penelitian, maka diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa pada saat pre tes terdapat 15 orang (42,85%) siswa yang tuntas belajar, sedangkan pada siklus I terdapat 23 orang (65,71%) yang tuntas, dan pada siklus II jumlah siswa yang tuntas belajar menjadi 31 orang siswa (88,57%). Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil belajar dari pre-test sampai post test siklus II. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penggunaan media monopoli dapat meningkatkan hasil belajar akuntansi siswa.

Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini adalah Uji Paired Sample T-test : kelas intervensi pretest – postest Sig (.060), kelas kontrol pretest – postest Sig (.368). Hasil Berdasarkan Uji Independent T-test : kelas intervensi – kontrol Sig (.108) maka pada penelitian ini H_0 diterima dan H_1 ditolak, peneliti beranggapan hal ini terjadi sebagai efek kurangnya waktu pemberian intervensi permainan mono-aksi yaitu hanya dalam waktu 45 menit. Pemberian permainan mono-aksi dilakukan sebanyak 7 kali permainan, peneliti menganggap jumlah ini adalah kurang, selain itu keteratruran selama berlangsungnya intervensi juga menjadi factor kurang efektifnya pemberian intervensi yang dilakukan.

Bibliografi.

- Damayanti, Adin, Mahadib, Almas Fariq, Arlianti, Dewi Novita, Rizki, Erika, Hidayat, Faisal, Fadilah, Gusti Ghitha Haifa, Muhammad, Irfan, Jayanty, Julia Nur, Yuniasti, Karmila Rahma, & Khuluq, Kevin Sahlul. (2020). *Media Sosial, Identitas, Transformasi, dan Tantangannya* (Vol. 2). Malang: Prodi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Malang bekerjasama dengan.
- Ekayanti, Endri. (2018). *Pengaruh Modeling Partisipan Teman Sebaya Terhadap Keterampilan Sosial Dan Harga Diri Remaja Retardasi Mental Ringan*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Fadlillah, Muhammad. (2019). *Buku ajar bermain & permainan anak usia dini*. Prenada Media.
- H Hermanto Suaib, M. M. (2017). *Suku Moi: nilai-nilai kearifan lokal dan modal sosial dalam pemberdayaan masyarakat*. An1mage.
- Jannati, Zilla. (2018). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Relaksasi Untuk Mereduksi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Di Smp Pgr1 Palembang. *Seminar Nasional Bimbingan Konseling*, 2(1), 3–9.
- Marwanto, Aris. (2017). *Master Sales: Bagaimana Melipatgandakan Penjualan di*

- Tengah Persaingan*. Anak Hebat Indonesia.
- Nainggolan, Togiartua. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna Napza: penelitian di balai kasih sayang parmadi siwi. *Sosio Konsepsia*, 16(2), 161–174.
- Nihayati, Hanik Endang, Mukhalladah, Dwi Adinda, & Krisnana, Ilya. (2016). Pengalaman keluarga merawat klien gangguan jiwa pasca pasung. *Jurnal Ners*, 11(2), 283–287.
- Nuh, Mohammad. (2013). *Menyemai Kreator Peradaban*. Serambi Ilmu Semesta.
- Nursi, Badiuzzaman Said. (2020). *al-Maktûbât*. Risalah Press.
- Pakpahan, Gernaida K. R., & Taneo, Abraham Yosua. (2020). Kajian Sosio–Etis Teologis Terhadap Moralitas Sosial Umat Kristen Di Kecamatan Alak, Kupang–Nusa Tenggara Timur. *Matheo: Jurnal Teologi/Kependetaan*, 10(1), 23–36.
- Sihotang, Havija. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara Menghadapi Persalinan Di Poliklinik Obgyn Rumah Sakit Haji Medan. *Jurnal Ilmiah Binalita Sudama Medan*, 2(1), 98–107.
- Sugiyarti, L. Rini, & Widyawati, Sri. (2011). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Penelitian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan (JP3B)*, 1(1).
- Tsuraya, Inas. (2013). *Kecemasan Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Terlambat Bicara (Speech Delay) Di RSUD Dr. M. Ashari Pemalang*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Wahyuni, Sri. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4).



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).