

**EFEKTIVITAS MEDIA BER CERITA BONEKA TANGAN
UNTUK MENGURANGI *SEPARATION ANXIETY DISORDER***

(Penelitian pada siswa Kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh
Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo
Tahun Ajaran 2018/2019)

SKRIPSI



Oleh:

Rima Cahyaningtyas

14.0304.0026

**PROGRAM STUDI PG-PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

**EFEKTIVITAS MEDIA BER CERITA BONEKA TANGAN
UNTUK MENGURANGI *SEPARATION ANXIETY DISORDER***

(Penelitian pada siswa Kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh
Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo
Tahun Ajaran 2018/2019)

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI PG-PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

**EFEKTIVITAS MEDIA BER CERITA BONEKA TANGAN
UNTUK MENGURANGI *SEPARATION ANXIETY DISORDER***

(Penelitian pada siswa Kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh
Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo
Tahun Ajaran 2018/2019)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan Studi
pada Program Studi PG-Pendidikan Anak Usia Dini
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh:

Rima Cahyaningtyas

14.0304.0026

**PROGRAM STUDI PG-PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS MEDIA BER CERITA BONEKA TANGAN UNTUK MENGURANGI SEPARATION ANXIETY DISORDER

(Penelitian pada siswa Kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh
Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo
Tahun Ajaran 2018/2019)

Diterima dan disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi PG-Pendidikan Anak Usia Dini
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh:
Rima Cahyaningtyas
14.0304.0026

Magelang, 9 Januari 2019

Pembimbing I

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Lilis Madyawati".

Dra. Lilis Madyawati, M.Si
NIP.19640907 198903 2 002

Pembimbing II

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Nur Rahmah".

Nur Rahmah, M.Pd
NIK. 1188306075

PENGESAHAN

EFEKTIVITAS MEDIA BER CERITA BONEKA TANGAN UNTUK MENGURANGI *SEPARATION ANXIETY DISORDER*

(Penelitian pada siswa Kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh
Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo
Tahun Ajaran 2018/2019)

Oleh:
Rima Cahyaningtyas
14.0304.0026

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Pendidikan Guru PAUD
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji:
Hari : Sabtu
Tanggal : 26 Januari 2019

Tim Penguji Skripsi:

- | | | |
|--------------------------------|------------------------|---------|
| 1. Dra. Lilis Madyawati, M.Si. | (Ketua / Anggota) | (.....) |
| 2. Nur Rahmah, M.Pd. | (Sekretaris / Anggota) | (.....) |
| 3. Hermahayu, M.Si. | (Anggota) | (.....) |
| 4. Khusnul Laely, M.Pd. | (Anggota) | (.....) |

Mengesahkan,
Dekan FKIP



Drs. Iqwil, M.Pd. Kons
NIP. 19570108 198103 1 003

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : Rima Cahyaningtyas
NPM : 14.0304.0026
Prodi : Pendidikan Guru PAUD
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Media Bercerita Boneka Tangan Untuk
Mengurangi *Separation Anxiety Disorder*

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata dikemudian hari diketahui adanya plagiasi atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sukowuwuh, 26 Januari 2019

Yang membuat pernyataan,



Rima Cahyaningtyas
14.0304.0026

MOTTO

صَغِيرًا رَبِّيَانِي كَمَا أَرْحَمُهُمَا رَبِّ وَقُلْ الرَّحْمَةَ مِنَ الذُّلِّ جَنَاحَ لَهُمَا وَاخْفِضْ

“Dan katakanlah kepada keduanya perkataan yang mulia dan rendahkanlah dirimu terhadap keduanya dengan penuh kasih sayang. Dan katakanlah, “Wahai Rabb-ku sayangilah keduanya sebagaimana keduanya menyayangiku di waktu kecil”

(Q.S Al-Isra: 24)

PERSEMBAHAN

Seiring rasa syukur kehadiran Allah SWT. Sang Pemilik Ilmu, Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku yang tak hentinya selalu mendoakan dan memberikan motivasi serta adikku yang selalu memberikan semangat
2. Jajaran pendidik TK Kuncup Mekar Sukowuwuh dan orang yang selalu mendukungku Muh Bahrul Ulum, yang tak pernah lelah memberi dukungan dan dorongan baik moral maupun material.
3. Almamater PG PAUD FKIP Universitas Muhammadiyah Megelang yang telah membekaliku dengan ilmu yang bermanfaat

EFEKTIVITAS MEDIA BERCEMERITA BONEKA TANGAN UNTUK MENGURANGI *SEPARATION ANXIETY DISORDER*

(Penelitian pada siswa Kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh
Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo
Tahun Ajaran 2018/2019)

Rima Cahyaningtyas
14.0304.0026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi *Separation Anxiety Disorder* atau kecemasan berpisah dengan figur lekat melalui media bercerita boneka tangan pada siswa Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan 3 siklus dimana setiap siklusnya terdiri dari 2 pertemuan. Subyek penelitian ini adalah kelas B1 berjumlah 2 siswa. Obyek penelitian ini adalah *Separation Anxiety Disorder* melalui media bercerita boneka tangan. Penelitian dilakukan di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh. Waktu pelaksanaan dilakukan pada semester ganjil Tahun Ajaran 2018/2019. Identifikasi variabel penelitian yaitu variabel *input Separation Anxiety Disorder* yang tinggi dan variabel proses media bercerita boneka tangan, dan variabel *output* berkurangnya *Separation Anxiety Disorder*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi (lembar observasi) dan wawancara (lembar wawancara untuk guru kelas). Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini apabila *Separation Anxiety Disorder* anak telah berkurang mencapai 60%.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan pada *Separation Anxiety Disorder* melalui media bercerita boneka tangan pada anak kelas B1 di TK Kuncup Mekar Sukowuwuh. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil berkurangnya *Separation Anxiety Disorder* yaitu ND mengalami perubahan Siklus I 21,7% menjadi 79,2% pada akhir Siklus III dan RS mengalami perubahan Siklus I 24,2% menjadi 86,9% pada akhir Siklus III. Berdasarkan persentase tersebut dapat disimpulkan bahwa media bercerita boneka tangan efektif untuk mengurangi *Separation Anxiety Disorder* pada siswa kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh. Waktu pelaksanaan dilakukan pada semester ganjil Tahun Ajaran 2018/2019.

Kata kunci: *Separation Anxiety Disorder, media bercerita boneka tangan, kelas B1*

MEDICAL STORY HAND PUPPET EFFECTIVENESS TO DEVELOP SEPARATION ANXIETY DISORDER

(Research on students of Class B1 Kuncup Mekar Sukowuwuh Kindergarten
Bener District, Purworejo Regency
Academic Year 2018/2019)

Rima Cahyaningtyas
14.0304.0026

ABSTRACT

This study aims to reduce *Separation Anxiety Disorder* or anxiety to separate from sticky figures through media telling stories of puppets to students of Kuncup Mekar Sukowuwuh Kindergarten in Bener District, Purworejo Regency.

This type of research is classroom action research with 3 cycles in which each cycle consists of 2 meetings. The subjects of this study were B1 classes totaling 2 students. The object of this study is *Separation Anxiety Disorder* through media telling stories of hand puppets. The study was conducted in Kuncup Mekar Sukowuwuh Kindergarten. The time of execution is carried out in odd semester Academic Year 2018/2019. Identification of research variables is the input variable *Separation Anxiety Disorder* which is high and the media process variable tells the story of hand puppets, and the output variable of reduced *Separation Anxiety Disorder*. Datacollection methods used were observation (observation sheet) and interviews (interview sheets for class teachers). Data analysis was carried out quantitatively and qualitatively. The success criteria in this study if the child *Separation Anxiety Disorder* has decreased to 60%.

The results showed a decrease in *Separation Anxiety Disorder* through media telling stories of puppets to children in class B1 at Kuncup Mekar Kindergarten in Sukowuwuh. This can be proven from the results of reduced *Separation Anxiety Disorder*, namely ND experienced a change in Cycle I 21.7% to 79,2% at the end of Cycle III and RS experienced a change in Cycle I 24.2% to 86,9% at the end of Cycle III. Based on these percentages, it can be concluded that the media tells effective hand puppets to reduce *Separation Anxiety Disorder* in class B1 students of Kuncup Mekar Sukowuwuh Kindergarten. The time of execution is carried out in odd semester Academic Year 2018/2019.

Keywords: *Separation Anxiety Disorder*, hand puppet story media,
class B1

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Puji syukur kehadiran Allah atas rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Adapun maksud dari penulisan karya ilmiah ini adalah untuk memenuhi sebagian tugas dan syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan S1 pada jurusan Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya ilmiah ini. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Ir. Muh Eko Widodo, MT selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Bapak Drs. Tawil.,Kons. Selaku Dekan Universitas Muhammadiyah Magelang
3. Ibu Khusnul Laely, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Magelang.
4. Ibu Dra. Lilis Madyawati, M.Si selaku Pembimbing I. Terimakasih atas bimbingannya selama ini. Membimbing dengan sabar dan memberikan saran serta nasehat pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Nur Rahmah, M.Pd selaku Pembimbing II. Terimakasih atas bimbingannya selama ini. Membimbing dengan sabar dan memberikan saran serta nasehat pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah, seluruh anak didik, guru Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh Kecamatan Bener Kabupaten Purworejo.
7. Teman-teman sekalian yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang selalu mendukung dan memotivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh semangat.

Penulis menyadari keterbatasan pemikiran serta minimnya ilmu pengetahuan yang penulis miliki menyebabkan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun, semoga skripsi ini bermanfaat bagi banyak pihak.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. <i>Separation Anxiety Disorder</i>	10
1. Pengertian <i>Separation Anxiety Disorder</i>	10
2. Faktor-kator Penyebab <i>Separation Anxiety Disorder</i>	14
3. Aspek-aspek <i>Separation Anxiety Disorder</i>	19
4. Gejala Anak Mengalami <i>Separation Anxiety Disorder</i>	23
5. Cara Mengatasi <i>Separation Anxiety Disorder</i>	33
B. Media Bercerita Boneka Tangan	36
1. Pengertian Media Bercerita	36
2. Pengertian Media Bercerita Boneka Tangan	38
3. Manfaat Boneka Tangan	39

	Halaman
4. Kelebihan Media Bercerita Boneka Tangan	43
5. Prosedur Menggunakan Media Bercerita Boneka Tangan	46
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan	48
D. Efektivitas Media Bercerita Boneka Tangan Untuk Mengurangi <i>Separation Anxiety Disorder</i>	50
E. Kerangka Pemikiran	51
F. Hipotesis Penelitian	52
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian.....	53
B. Identifikasi Variabel Penelitian	53
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	55
D. <i>Setting</i> dan Subyek Penelitian.....	56
E. Indikator Keberhasilan.....	57
F. Metode Pengumpulan Data.....	57
G. Validitas Data	58
H. Prosedur Penelitian	59
I. Metode Analisis Data.....	79
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	75
1. Kondisi Awal	75
2. Deskripsi Pelaksanaan Tindakan Siklus I.....	80
3. Deskripsi Pelaksanaan Tindakan Siklus II	93
4. Deskripsi Pelaksanaan Tindakan Siklus III	104
B. Pembahasan	119
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	123
B. Saran	125
DAFTAR PUSTAKA	126
LAMPIRAN	128

DAFTAR TABEL

TABEL	Halaman
1 Matrik Rencana Tindakan	60
2 Judul Cerita	65
3 Kisi-kisi Lembar Observasi <i>Separation Anxiety Disorder</i>	66
4 Pedoman Wawancara <i>Separation Anxiety Disorder</i>	67
5 Jadwal Penelitian Tindakan Kelas	75
6 Hasil Observasi Pra Siklus <i>Separation Anxiety Disorder</i>	77
7 Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Subyek 1 Setelah Siklus I.....	85
8 Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Subyek 2 Setelah Siklus I.....	88
9 Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Subyek 1 Setelah Siklus II	97
10 Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Subyek 2 Setelah Siklus I.....	100
11 Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Subyek 1 Setelah Siklus II	109
12 Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Subyek 2 Setelah Siklus II	112
13 Rekapitulasi Presentase Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> Subyek 1 Siklus I, II, III	117
14 Rekapitulasi Presentase Perubahan Frekuensi <i>Separation Anxiety Disorder</i> Subyek 2 Siklus I, II, III	118

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR	Halaman
1 Bagan Kerangka Pemikiran.....	52
2 Penelitian Tindakan Kelas Model Kemmis dan Taggart	54
3 Boneka Tangan.....	61
4 <i>Setting</i> Ruang Penelitian	62
5 Alat dan Bahan Untuk Pembuatan Boneka Tangan.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	Halaman
1 Surat Ijin Penelitian.....	128
2 Identitas Subyek	130
3 Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian	131
4 Matrik Tindakan <i>Separation Anxiety Disorder</i> pada Siklus	133
5 Instrumen Penelitian.....	136
6 Hasil Observasi	138
7 Hasil Wawancara	146
8 Rencana Kegiatan Harian.....	154
9 Naskah Cerita	166
10 Dokumentasi Penelitian	177
11 Buku Bimbingan	180

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

“Anak adalah deposito untuk masa depan”. Hal itu adalah sebuah ungkapan yang diyakini banyak orang akan kebenarannya. Keyakinan itu diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari dengan pemberian penghidupan yang layak dan fasilitas-fasilitas yang dapat menunjang perkembangannya. Pada dasarnya lingkungan yang stabil dan aman merupakan lingkungan yang dibutuhkan anak usia dini untuk berkembang dengan baik. Rasa aman tersebut dimulai saat anak berusia 0 – 2 tahun yang untuk selanjutnya akan membentuk kepribadian anak. Ketika rasa aman terbentuk maka akan timbul rasa percaya diri yang kuat. Rasa percaya (*trust*) diawali dengan adanya kelekatan yang awal antara anak dan ibu, karena kelekatan merupakan ikatan yang ada pada hubungan antara ibu dan anak, sehingga merupakan kecenderungan yang stabil untuk mencari dan mempertahankan kontak dengan figur-figur khusus sebagai figur lekat sepanjang waktu (Widyawati, 2016:1).

Pada kehidupan awal seorang anak, orangtua mempunyai arti penting bagi kehidupannya. Hubungan antara anak dan figur orangtua sangat menentukan perkembangan selanjutnya. Menurut Bowlby (dalam Hasanah, 2013:2) bahwa kelekatan figur ibu dan anak merupakan sesuatu yang alami sifatnya karena kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya ibu.

Setiap anak pasti mengalami ketakutan, kekhawatiran atau kecemasan sebagian dari perkembangan yang normal, tetapi beberapa anak menderita *Separation Anxiety Disorder*. Menurut Mashar (2015) pada anak, terdapat gejala yang dapat diamati saat anak mengalami kecemasan. Gejala-gejala ini berupa gelisah, menangis, sulit tidur, mimpi buruk, sulit makan, gangguan pencernaan, kesulitan pernafasan, *tics*, ketidakmauan ditinggal sendiri, dan menarik diri. *SAD* merupakan kecemasan yang berlebihan tentang keterpisahan dengan anggota keluarga terutama orang tua pada usia yang tidak tepat. Anak yang mengalami *SAD* akan sangat tertekan ketika berpisah dengan figur lekatnya dan berusaha sekuatnya untuk menghindari perpisahan. *SAD* ditemukan 2 hingga 3,3 % dari populasi dan di perkirakan terdapat 3 sampai 4 % dari semua anak usia sekolah dan 1 % dari populasi remaja (Schoeder dalam Padan, 2011). Di Indonesia, menurut Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Muhammad M. Nuh yang mengungkapkan bahwa tahun 2012 di seluruh Indonesia terdapat 22,4% siswa merasa sangat cemas dan 56,0% siswa merasa cemas (Iwan, dalam Zhifar; 2015:3) Salah satu bentuk *SAD* dapat dijumpai pada yang dinamakan phobia sekolah. Penolakan seorang anak untuk pergi ke sekolah tidak jarang terjadi pada Taman Kanak-Kanak atau jajaran kelas PAUD lainnya. Anak yang mengalami biasanya mempunyai masalah dalam perpisahan dengan orang tua atau berada di lingkungan asing. Gangguan cemas merupakan gangguan yang paling banyak dialami anak yang tidak mau sekolah. Last dan Strauss (1990) menyatakan bahwa 44,4 persen kasus penolakan bersekolah dilatarbelakangi rasa cemas.

Sementara Bernstein (1990) melaporkan 60-80 persen kasus penolakan disebabkan oleh kecemasan perpisahan, diikuti gangguan cemas lainnya, antara lain: gangguan cemas menyeluruh, fobia sosial, fobia spesifik, gangguan panik, dan gangguan stres pascatrauma (Zhifar, 2015:8).

Data Taman Kanak-kanak yang tercatat di Ikatan Guru Taman Kanak-kanak Indonesia dan Pelayanan Pendidikan Kecamatan Bener hingga saat ini berjumlah 27 lembaga Taman Kanak-kanak. Dari data tersebut, penulis melakukan observasi dan wawancara dengan pendidik di lapangan khususnya Kecamatan Bener. Didapatkan data tentang anak yang mengalami SAD Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan orang tua bahwa di Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo menemukan bahwa setiap tahun ajaran di Taman Kanak-kanak tingkat kecemasan berpisah masih tinggi. Faktor utama penyebab terjadinya kecemasan berpisah karena rasa takut dan khawatir ditinggal oleh figur lekat anak. Akibatnya anak tidak lepas dari figur lekat dan anak menolak untuk sekolah. Berdasarkan hasil observasi di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh, menunjukkan bahwa ketika anak akan masuk ke kelas, anak akan menolak untuk berpisah dengan ibunya. Jika ibu meninggalkannya untuk menunggu di luar kelas, anak akan menangis dengan keras. Bahkan saat jam istirahat anak tidak berani untuk bermain bersama dengan teman-temannya tanpa didampingi oleh ibunya. Pada kasus lain, terdapat anak yang takut pisah dengan figur lekat (ibu). Sebagai akibat dari rasa takutnya, anak memiliki keterlibatan yang rendah di dalam kelas dengan menghindari

tugas-tugas yang diberikan oleh guru, menolak ditinggalkan figur lekat, menangis dengan kencang, serta berusaha memanggil kembali figur lekat untuk masuk ke dalam kelas jika figur lekat keluar. Selain itu, jika anak ditemani oleh figur lekat di dalam kelas, posisi duduk ibu harus tepat berada di samping tempat duduk anak. Anak juga menunjukkan ketidakmandirian saat mengerjakan tugas karena selalu bertanya dan meminta persetujuan kepada figur lekat. Jika anak sudah merasa lelah maka figur lekat yang mengerjakan tugas tersebut.

Perilaku lekat pada anak yang mengalami *SAD* ditandai oleh adanya perasaan khawatir adanya perpisahan dengan orangtua atau sosok yang dilekati. Perilaku lekat merupakan suatu bentuk perilaku yang dihasilkan dari usaha seseorang untuk mempertahankan kedekatannya dengan seseorang yang dianggap mampu memberikan perlindungan dari ancaman lingkungan terutama saat seseorang merasa takut, sakit dan terancam (Bowlby, dalam Durkin:1995). Selain itu, menurut Monk dkk, bahwa perilaku lekat merupakan tingkah laku yang khusus pada manusia, yaitu kecenderungan dan keinginan seseorang untuk mencari kedekatan dengan figur lekat untuk mencari kepuasan dalam hubungan dengan figur lekat tersebut (Hasanah, 2013:5)

Akibat yang muncul jika anak mengalami kecemasan yang sangat tinggi pertama kali masuk sekolah adalah anak akan takut sekolah. Bila kecemasan tersebut tidak segera ditangani maka akan memberi dampak negatif pada tahap perkembangan selanjutnya, misalnya tahap perkembangan sosialisasi anak menjadi cenderung menyendiri dan menjadi pemurung, dan untuk perkembangan

motorik anak yang mengalami kecemasan sejak pertama sekolah dapat terhambat karena anak tersebut menjadi kurang percaya diri.

Di dalam kelas sendiri, banyak upaya yang telah dilakukan pendidik untuk mengurangi *SAD*. Mulai dari mendekati anak dan memotivasi anak secara individu. Namun cara tersebut belum cukup efektif untuk mengurangi kecemasan berpisah. Pada praktiknya di kelas, saat anak mengalami takut, khawatir, bahkan menangis saat ditinggal pengasuhnya terutama ibu, guru mengatasinya dengan cara memanggil pengasuh atau ibunya untuk menemani anak di dalam kelas. Bahkan pengasuh akan menemani anak dari kegiatan awal sampai kegiatan akhir sekolah. Dari kejadian tersebut, akan membuat kepribadian anak yang tidak mandiri dan selalu merasa cemas saat ditinggalkan oleh pengasuhnya.

Ketika anak mengalami *SAD*, orang tua justru memarahi anak. Marah tersebut bertujuan agar anak mau ditinggal tanpa ditemani orang tua. Cara tersebut sangat tidak efektif, bukannya anak menjadi mandiri, justru anak akan mengalami kecemasan yang berlebihan seperti takut, khawatir, menangis, tidak mau bersosialisasi, dll.

SAD bukan hal mudah diatasi. Orang tua atau guru perlu mengupayakan penanganan serius untuk membantu mengatasi hal tersebut. Karena apapun bentuknya, kecemasan sangat menghambat perkembangan seorang anak, begitu pula dengan perilakunya di lingkungan. *SAD* perlu diatasi sesegera mungkin agar dampaknya tidak parah. Bahkan bila perlu dapat diantisipasi sedini mungkin agar tidak sampai terjadi. Salah satu cara meminimalkan kecemasan pada anak yaitu

dengan bermain, karena dengan bermain akan berdampak bagi kesehatan mental, emosional, dan sosial.

Berbagai cara telah dilakukan untuk meminimalisir *SAD*. Cara-cara yang digunakan sebisa mungkin menarik agar menyenangkan anak dalam melakukannya. Cara yang menyenangkan merupakan cara yang dapat membuat anak aktif berpartisipasi dalam berbagai kesempatan aktivitas. Salah satu alat atau sarana menstimulasinya adalah dengan menggunakan media bercerita boneka tangan. Menurut Ibrahim dkk, (dalam Triutami,2014) mendefinisikan bahwa media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan siswa dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran. Salah satu yang sangat diperlukan dalam menunjang kegiatan bercerita adalah adanya media pendidikan. Media boneka tangan sering sekali digunakan dalam proses pembelajaran sebagai media bercerita. Anak akan lebih tertarik ketika mereka melihat bermacam-macam bentuk dari boneka tangan tersebut. Media boneka tangan sangat membantu guru dalam proses pengajaran. Untuk lebih jelasnya akan dibahas tentang media boneka tangan. Media boneka yang dimaksud adalah boneka dijadikan sebagai media atau alat bantu yang digunakan guru dalam kegiatan pembelajaran. Pada penelitian ini, boneka tangan sebagai media bercerita untuk mengurangi *SAD* di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh.

Media bercerita menggunakan boneka tangan merupakan salah satu metode yang dipergunakan di PAUD. Siswanti dkk. (dalam Istiqomah, 2015) mengemukakan boneka tangan adalah tiruan dalam bentuk manusia, hewan

maupun bentuk lainnya yang ukurannya disesuaikan dengan ukuran tangan dengan berbagai corak dan motif. Boneka tangan sengaja dipilih karena memiliki bentuk yang menarik dan unik. Boneka tangan juga memiliki corak dan motif yang beragam sehingga menimbulkan rasa ketertarikan pada anak. Selain itu boneka tangan ini juga belum pernah digunakan oleh guru.

Boneka tangan akan memberikan peluang untuk meningkatkan ekspresi emosional anak, termasuk pelepasan yang aman dari rasa marah, cemas, khawatir dan benci. Boneka tangan merupakan solusi mengurangi cemas anak. Dengan menggunakan boneka tangan akan meningkatkan keterampilan komunikasi, keterampilan motorik halus, meningkatkan kemandirian, meningkatkan kemampuan imajinasi anak dan meningkatkan kemampuan sosial anak (Kompas,2014). Penggunaan boneka tangan diharapkan anak akan lebih tertarik untuk mencoba menggunakan, senang memainkannya secara langsung dengan tangannya, dan akan meningkatkan minat anak untuk berpartisipasi dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian guna mengetahui “Efektivitas Media Bercerita Boneka Tangan Untuk Mengurangi *Separation Anxiety Disorder*” di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh, Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Banyak anak yang mengalami *SAD* di kelas
2. Media untuk mengurangi *SAD* di sekolah kurang menarik
3. Boneka tangan belum digunakan untuk mengurangi *SAD* pada anak
4. Guru belum kreatif dan atraktif dalam menyikapi *SAD*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka penelitian dibatasi pada pemanfaatan media bercerita boneka tangan untuk mengurangi *Separation Anxiety Disorder*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, yang menjadi rumusan masalah sebagai berikut : “Apakah media bercerita boneka tangan efektif untuk mengurangi *Separation Anxiety Disorder*?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas media bercerita boneka tangan untuk mengurangi *Separation Anxiety Disorder*.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan *manfaat* bagi pihak-pihak terkait, diantaranya :

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan bagi peneliti tentang bagaimana media bercerita boneka tangan dapat mengurangi tingkat kecemasan atau *SAD* pada anak usia dini.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru, semoga menjadi inspirasi untuk menggunakan media bercerita boneka tangan dalam pembelajaran anak usia dini terutama untuk mengurangi *SAD* pada anak didik,
- b. Bagi murid, semoga menambah pengalaman nyata dalam belajar dan ketertarikan belajar kuat
- c. Bagi Sekolah, memberi sumbangan pemikiran yang positif terhadap kemajuan sekolah yang tercermin atau peningkatan kemampuan profesional para guru, perbaikan proses dan hasil belajar serta kondusifnya iklim pendidikan di PAUD tersebut.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Separation Anxiety Disorder

1. Pengertian *Separation Anxiety Disorder*

Setiap individu pasti pernah merasakan kecemasan dalam hidupnya. Misalnya cemas dalam menghadapi sekolah, cemas dalam menghadapi ujian, cemas dalam menghadapi pekerjaan, cemas menghadapi masa depan. Kecemasan merupakan pengalaman yang kurang menyenangkan bagi semua orang tak terkecuali anak-anak.

Anxiety (kecemasan) adalah keadaan suasana perasaan (*mood*) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. (Barlow dan Durand, 2006:158). Pada manusia, kecemasan bisa jadi perasaan gelisah yang bersifat subjektif, seperti sejumlah perilaku (tampak khawatir, gelisah, dan resah), atau respon fisiologis yang bersumber di otak dan tercermin dalam bentuk denyut jantung yang meningkat dan otot yang menegang.

Haber dan Runyon (dalam Puspitasari, 2010: 2-4) bahwa jika seseorang mengalami perasaan gelisah, gugup, atau tegang dalam menghadapi suatu situasi yang tidak pasti, berarti orang tersebut mengalami kecemasan, yaitu ketakutan yang tidak menyenangkan, atau suatu pertanda sesuatu yang buruk akan terjadi. Dengan kata lain kecemasan merupakan kondisi emosional yang muncul karena adanya

perasaan khawatir seseorang terhadap sesuatu hal yang belum pasti, yang akan terjadi di masa yang akan datang.

Sependapat dengan Haber dan Runyon, Dozier (dalam Given, 2007: 98-99) bahwa kecemasan adalah perasaan takut akan masa depan. Akibat peristiwa nasional traumatis dan lingkungan sosial yang bergerak cepat, guru dan siswa “bisa merasakan kemunculan mendadak rasa cemas atau bahkan panik dan menganggapnya sebagai ciri kepribadian, seperti sikap ‘hiper’ atau ‘mudah panik’, padahal semua itu mungkin reaksi perasaan takut yang spontan terhadap lingkungan”.

Menurut Cattell dan Scheier (dalam Mashar, 2011:89) bahwa kecemasan atau *anxietas* merupakan reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu, yang dirasakan sebagai suatu ancaman. *Anxiety* dapat pula diartikan sebagai rasa takut pada sesuatu tanpa sebab yang jelas, yang sering kali berlangsung lama. Biasanya rasa takut ini juga dibarengi oleh kegelisahan dan dugaan-dugaan akan terjadinya hal-hal buruk. Pada usia dua sampai enam tahun pikiran tentang bahaya yang nyata maupun yang ada dalam imajinasinya sendiri sering kali menjadi sumber kecemasan.

Semiun, (2006:209) menyatakan bahwa kecemasan perpisahan adalah kecemasan dan kekhawatiran yang tidak realistis pada anak tentang apa yang akan terjadi bila ia berpisah dengan orang-orang yang peran penting dalam hidupnya, misal orang tua. Ketakutan itu mungkin berpusat pada apa yang mungkin terjadi dengan individu yang berpisah

dengan anak itu (misalnya orang tua akan meninggal, atau tidak kembali karena suatu alasan lain) atau apa yang terjadi dengan anak itu bila terjadi perpisahan (ia akan hilang, diculik, disakiti, atau dibunuh).

Pengertian lain menurut Paul (dalam Widyawati, 2016:10) mengungkapkan bahwa kecemasan berpisah merupakan suatu keadaan yang ditandai dengan kecemasan yang berlebihan pada seorang anak akibat jauh dari rumah atau berpisah dengan orang-orang yang dekat dengannya. Anak yang cemas terhadap perpisahan ini adalah anak yang sangat tergantung dan selalu mencari bantuan dan perhatian dari orang lain. Dengan keadaan tersebut anak butuh selalu berdekatan dengan orang dewasa dan perhatian dari orang tua.

Sejalan dengan pendapat Le fanu (Hasanah, 2013) bahwa *SAD* merupakan bentuk kecemasan yang dialami anak-anak ketika mereka akan meninggalkan rumah dan keluarga mereka untuk bergabung dengan teman-temannya di sekolah yang ia anggap sebagai orang asing. Kecemasan ini dapat mempengaruhi fungsi-fungsi kehidupan anak sehingga anak tidak bisa mandiri dan orangtua harus terlibat lebih dalam aktivitas anak.

Anxiety atau cemas merupakan perasaan takut sesuatu yang tidak jelas dan dirasakan oleh anak sendiri karena sifatnya subjektif. Perasaan cemas dapat membuat anak terhambat perkembangannya karena dapat mengakibatkan ia tidak berani berbuat sesuatu, tidak mau bertemu orang lain, tidak mau ke sekolah, dan lain sebagainya. Kadangkala merkapun

tidak dapat menggambarkan secara jelas apa yang membuatnya takut. Perasaan cemas ini ditandai dengan perubahan fisiologis, seperti berkeringat, muka pucat, dan tubuh tegang (Nugraha, 2008:2.8)

Anak yang pencemas seringkali tidak populer, kurang kreatif, dan kurang bisa bergaul dibandingkan anak lain seusianya. Mereka mudah dipengaruhi, takut, dan kaku. Selain itu gangguan rasa cemas akan perpisahan dapat mengganggu dan menghambat perkembangan sosial anak karena ia tidak mengembangkan independensi atau belajar bergaul dengan teman sebayanya. Selanjutnya, bila anak itu ditinggalkan, ia tidak dapat berbuat apa-apa karena tercekam oleh rasa takut terhadap yang akan terjadi dengan dirinya atau dengan orang-orang yang berpisah dengannya. Meskipun ia berada bersama dengan orang-orang yang penting bagi dirinya, fungsi anak itu bisa terganggu karena adanya kecemasan antisipatori terhadap kemungkinan terjadinya perpisahan. Karena sedih yang berlebihan, anak akan menangis, merana, apatis, atau mengundurkan diri secara sosial pada saat sebelum atau sesudah berlangsungnya perpisahan dengan orang yang paling dekat dengannya. (Maria, 2015:81)

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan (*anxiety*) rasa takut pada sesuatu seperti terjadinya perpisahan terhadap figur lekat, sehingga menimbulkan ketegangan dan reaksi baik fisik maupun psikologis pada individu.

2. Faktor-Faktor Penyebab *Separation Anxiety Disorder*

Mashar (2015: 90) dalam bukunya “Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya” menyebutkan bahwa sebagian besar faktor kecemasan dapat disebabkan oleh pola asuh orang tua yang kurang tepat, terutama saat awal kehidupan anak dalam membentuk *basic trust* atau kepercayaan dasar. Anak yang tidak memiliki rasa aman dan memandang dunia luar dirinya sebagai ancaman, ia cenderung akan lebih mudah mengalami kecemasan khususnya saat mengalami berbagai perubahan situasi dan kondisi sekitar. Beberapa penyebab kecemasan yang dialami anak yaitu:

a. Orang tua yang terlalu melindungi (*Overprotective*)

Orang tua yang *overprotective* akan membatasi ruang gerak anak sehingga anak kehilangan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosialisasi secara sehat dalam lingkungannya.

b. Orang tua *significant others* yang tidak konsisten

Hal ini menyebabkan anak tidak mampu memprediksi sesuatu yang akan terjadi. Terjadi karena tidak adanya batasan atau aturan yang jelas dari orang tua, mana yang boleh dan tidak boleh, mana yang buruk dan baik. Kecemasan muncul karena anak tidak dapat menentukan batasan sendiri dalam bertindak laku.

c. Aturan atau disiplin yang terlalu berlebihan

Aturan berlebihan menimbulkan rasa cemas pada anak jika melakukan kesalahan karena adanya hukuman atau sanksi yang

ditakuti anak. Seringya anak diingatkan mengenai tugas dan tanggungjawabnya ketika mengerjakan sesuatu misal mengerjakan tugas dari guru. Maka anak akan selalu merasa dituntut oleh aturan-aturan yang berlebihan.

- d. Orang tua yang selalu menuntut kesempurnaan atas prestasi anak

Menuntut kesempurnaan membuat anak selalu merasa dituntut melakukan yang terbaik. Hal ini dapat menimbulkan ketegangan pada diri anak dan membuat anak tidak dapat relaks dalam menghadapi berbagai sesuatu. Anak akan cenderung mengalami kecemasan karena anak menuntut dirinya sesuai tuntutan dari lingkungan dan membuat anak tidak dapat berekspresi apa adanya.

- e. Anak yang selalu mendapatkan penghargaan bersyarat (*conditioning regard*)

Tujuan orang tua memberikan penghargaan untuk memotivasi anak dalam bersikap dan berperilaku baik. Hal tersebut dapat memberikan dampak negatif. Rasa mandiri dan percaya diri anak semata karena suatu imbalan atau hadiah. Pembiasaan sikap dan perilaku dengan penghargaan bersyarat maka anak akan menjadi ketergantungan. Jika anak tidak dapat memenuhi syarat maka anak akan mengalami kecemasan. Hal tersebut terjadi karena anak merasa gagal dan menjadi tidak percaya diri.

- f. Kritikan yang berlebihan dari orang tua atau orang dewasa di sekitarnya

Kebanyakan orangtua mengkritik tindakan anak hanya karena tindakan tersebut tidak sesuai dengan apa yang mereka anggap benar. Hal ini tidak baik, karena tanpa kritikan terus-menerus, sebetulnya seorang anak selalu ingin berkembang dan berbuat yang terbaik. Hanya saja, terkadang kritikan dalam cara yang salah justru menghalangi dan membuat mereka jadi kecil hati.

- g. Ketergantungan berlebihan terhadap orang dewasa yang ada di sekitarnya

Anak akan selalu tergantung pada orang lain dan tidak dibiasakan untuk mandiri cenderung lebih mudah mengembangkan kecemasan karena ketidakpercayaan diri pada diri sendiri bahwa ia mampu.

- h. Anak yang cenderung tidak banyak bersosialisasi dengan orang lain

Faktor lingkungan yang kurang memberi stimulasi dan dorongan untuk bersosialisasi. Anak akan mengalami ketakutan dan kurang percaya diri ketika bersosialisasi dengan orang lain atau teman sebayanya.

- i. Figur model dari orang tua yang sering menunjukkan kecemasan

Orang tua yang pencemas sering kali mempunyai anak yang mencemas pula karena anak belajar dari orang tuanya bagaimana peran orang secara umum memandang kehidupan.

j. Adanya kegagalan atau frustrasi yang terus menerus

Terlalu sering mengalami frustrasi dapat menyebabkan kemarahan dan kecemasan. Hal ini dapat pula disebabkan target yang terlalu tinggi sehingga anak sulit mencapai tujuannya. Perasaan tidak mampu inilah yang menimbulkan kecemasan pada anak usia dini, Mashar (2015: 90).

Izzaty (2005, 119) menyebutkan bahwa kecemasan yang dimiliki anak usia dini terjadi disebabkan beberapa faktor, yaitu :

a. Orang tua yang terlalu melindungi

Perhatian orang tua yang berlebihan menimbulkan kecemasan bagi anak, jika harus melakukan sesuatu tanpa orang tuanya. Perhatian dan perlindungan yang berlebihan memunculkan perasaan takut, was-was, rasa bersalah dan sebagainya jika ada orang tua disisinya. Sikap melindungi dan menghujani perhatian secara berlebihan justru membuat anak jadi merasa tertekan. Dampak panjang anak dengan pola asuh *overprotective* justru bisa menghambat tumbuh kembangnya. Misalnya, anak jadi takut untuk menyampaikan pendapatnya sebab akan selalu salah di mata orang tua, sulit mengambil keputusan, tidak mandiri, dan takut dalam melakukan sesuatu.

b. Aturan kedisiplinan yang berlebihan

Kedisiplinan yang diterapkan orang tua atau pendidik secara berlebihan menimbulkan perasaan cemas dan takut pada

anak. Gambaran kedisiplinan yang menimbulkan ketakutan pada anak menyebabkan anak dalam kelas menjadi tidak percaya diri, takut mendapat hukuman, mengalami ketegangan, atau takut gagal. Aturan kedisiplinan yang terlalu menuntut anak sesuai dengan aturan yang ditetapkan menjadikan anak tidak mampu mengekspresikan keinginannya berganti dengan ketakutan atau kecemasan sanksi dari aturan tersebut.

c. Kemandirian yang belum terbiasa

Anak yang belum terbiasa hidup mandiri rentan terhadap kecemasan. Ketakutan saat sendirian, selalu ditunggu ibu saat sekolah, ingin selalu bersama orang lain, kecemasan melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain, kecemasan diberikan tugas atau pelajaran yang belum bisa dan kecemasan tinggi saat belum dijemput. Untuk itu pembiasaan kemandirian harus diterapkan pada diri anak. Pembiasaan dengan memberi kesempatan anak untuk mencoba melakukan kegiatan-kegiatan yang positif. Pembiasaan lain dengan memberi motivasi agar anak tidak mudah menyerah dan jelaskan caranya sehingga anak bisa melakukannya sendiri. Hal ini akan membuat anak merasa dihargai atas usahanya, sehingga akan mendorongnya untuk melakukan sendiri hal-hal kecil seperti itu.

d. Sosialisasi anak yang kurang

Anak yang kehidupannya hanya sebatas rumah, menimbulkan masalah dalam bersosialisasi. Saat ke luar rumah anak

tidak mampu bergaul dengan orang lain. Ada perasaan cemas bertemu dengan orang yang baru dikenal atau asing baginya. Penting bagi orang tua memberikan contoh bagi anak dalam hal bersosialisasi. Jika anak sering melihat ayah atau ibunya berkomunikasi dengan orang lain, maka sifat itu juga bisa ditiru, mengingat kecenderungan anak yang justru akan banyak belajar dari orang tuanya.

e. Takut karena cuaca

Perubahan cuaca atau munculnya gejala alam seperti petir atau keadaan yang sangat mendung sekali membuat anak menjadi cemas. Anak pada usia Taman Kanak-kanak cenderung cemas yang ditunjukkan dengan takut terhadap situasi yang cenderung gelap atau bunyi tiba-tiba terjadi. Anak cemas lebih mungkin memiliki kepekaan yang tinggi. Mereka sering dikejutkan oleh suara-suara di lingkungan mereka. Mereka takut dengan suara keras seperti angin, gemuruh petir, dan musik yang terlalu keras, Izzaty (2005, 119).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi anak mengalami *Separation Anxiety Disorder* di antaranya pola asuh orang tua atau lingkungan keluarga, diri anak sendiri, lingkungan sekolah, dan kejadian yang dialami anak.

3. Aspek-Aspek *Separation Anxiety Disorder*

Semiun (2006: 321-323) membagi *SAD* dalam simtom-simtom, yang dibagi menjadi empat aspek yang menunjukkan pada tanda-tanda

atau gejala yang dihadapi oleh anak saat proses pembelajaran berlangsung yaitu:

a. Simtom Suasana Hati

Simtom-simtom suasana hati dalam gangguan-gangguan kecemasan adalah kecemasan, tegangan, panik dan kekhawatiran. Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu sumber tertentu yang tidak diketahui. Simtom-simtom suasana hati yang lain adalah depresi dan sifat mudah marah. Depresi dapat terjadi karena individu mungkin tidak melihat suatu pemecahan terhadap masalahnya serta cepat menyerah dan mengaku salah. Orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur, dan dengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah. Depresi dan sifat mudah marah sebagai simtom-simtom sekunder karena keduanya disebabkan oleh kecemasan yang merupakan simtom primer.

b. Simtom Kognitif

Simtom-simtom kognitif dalam gangguan-gangguan kecemasan menunjukkan kekhawatiran dan keprihatinan mengenai bencana yang diantisipasi oleh individu. Misalnya, seorang individu yang merasa takut berada di tengah khalayak ramai (agorafobia) menghasbiskan banyak waktu untuk khawatir mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan (mengerikan) yang mungkin terjadi, dan kemudian dia merencanakan bagaimana dia harus menghindari hal-

hal tersebut. Selanjutnya, karena perhatian dipusatkan pada masalah-masalah yang mungkin terjadi maka individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, dan dengan demikian dia menjadi ceroboh dan kebingungan. Sebagai akibat dari pemusatan perhatian yang tidak tepat ini, individu tersebut sering tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan akhirnya dia akan menjadi lebih cemas.

c. Simtom Somatik

Simtom-simtom somatik dari kecemasan dapat dibagi menjadi dua kelompok. *Pertama* adalah simtom-simtom langsung yang terdiri dari keringat, mulut kering, bernapas pendek, denyut nadi cepat tekanan darah meningkat, kelapa terasa berdenyut-denyut, dan otot terasa tegang. Simtom-simtom ini dapat terjadi karena orang tersebut bernapas terlalu cepat, suatu proses yang dikenal dengan sebutan hiperventilasi (*hyperventilation*). Hiperventilasi dapat menyebabkan kepala pusing, jantung berdenyut dengan cepat, dada terasa sakit, dan kehabisan napas.

Kedua, apabila kecemasan berkepanjangan, simtom-simtom tambahan, seperti tekanan darah meningkat secara kronis, sakit kepala, otot melemah, dan gangguan usus (kesulitan dalam pencernaan, rasa nyeri pada perut) mungkin akan terjadi. Simtom-simtom ini menunjukkan gejala fisiologis yang disebabkan oleh rangsangan yang berkepanjangan. Tidak semua orang yang

mengalami kecemasan akan mengalami simtom-simtom fisik yang sama. Bila orang yang merasa cemas maka ia akan mengalami otot yang tegang terutama pada kerongkongan (suatu respons bila berkepanjangan akan mengakibatkan suara berubah atau bahkan hilang) atau kemungkinan lebih besar juga seseorang merespons dengan tekanan darah yang meningkat.

d. Simtom Motor

Orang-orang yang merasa cemas sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetuk-ngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Simtom-simtom motor ini merupakan gambaran rangsangan kognitif dan somatik yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang dirasanya mengancam. Karena kegiatan-kegiatan ini adalah acak dan tidak dipusatkan pada salah satu tujuan, maka kegiatan-kegiatan tersebut sering tidak efektif dan mengganggu individu untuk berfungsi secara efektif, Semiun (2006: 321-323).

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek cemas adalah rasa takut dan khawatir pada situasi yang sangat mencekam karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan tersebut ditandai dengan emosi yang tidak terkendali, perubahan perilaku anak dan gejala fisik.

4. Gejala Anak Mengalami *Separation Anxiety Disorder*

Menurut Izzaty (2005: 121) gejala kecemasan yang tampak pada anak dapat dilihat saat :

a. Anak diberi tugas atau pertanyaan yang belum mampu ia jawab

Perasaan takut pada anak menyebabkan anak tidak nyaman, merasa khawatir yang dapat termanifestasi dalam bentuk perilaku kongkrit. Anak akan menjadi pemalu, mudah terpancing emosinya dan anak tersebut akan cenderung lebih penakut. Hal tersebut membuat anak sulit diajak berbicara dan cenderung akan diam ketika diberi tugas atau pertanyaan oleh orang dewasa atau pendidik.

b. Tangis yang tidak dapat diredakan karena cemas belum ada jemputan

Anak merasa takut tidak jika tidak bertemu dengan orang tuanya. Situasi ini akan membuat anak menangis bahkan merontaronta karena ditinggal atau belum di jemput. Tangisan anak akan sulit diredakan jika anak belum bertemu dengan pengasuh atau orang tua. Maka dari itu orang tua selalu membuat perjanjian dengan anak, selalu anak kapan orang tua pergi, jam berapa kembali dan tepat janji agar anak selalu yakin bahwa orang tuanya “ada” dan akan selalu datang.

c. Cemas atau takut berpisah dengan orang tua atau pengasuh yang dekat dengannya

Separation Anxiety atau cemas akan perpisahan menunjukkan gejala menangis saat orang tua tidak terlihat di dekatnya, mengikuti kemanapun orang tua atau ibu pergi, rasa tidak nyaman bersama orang

lain serta perasaan tidak tenang saat mengikuti proses pembelajaran. Cemas berpisah akan terjadi ketika anak jauh dari figur lekat seperti orang tua khususnya ibu.

d. Tak ingin sendiri

Anak yang selalu mendapat perhatian berlebih dari orang tua atau pengasuhnya akan merasakan nyaman dan aman. Ketika anak berada di lingkungan baru, anak akan kesulitan menunjukkan rasa percaya diri. Maka anak tersebut akan mengalami rasa takut dan tidak ingin ditinggal sendiri.

e. Tidak mudah bergaul dengan orang dikenal atau asing baginya

Anak yang mengalami *SAD* umumnya tidak mau melakukan kegiatan tana orang yang diinginkannya. Karena selalu diliputi rasa takut dan khawatir, maka anak akan mengalami kesulitan bersosialisasi. Anak tidak berani sendirian keluar rumah, tidak berani ke sekolah, tidak berani bermain dengan teman yang baru dikenal, dan sebagainya. Atau disebabkan oleh hal lain misalnya trauma saat bertemu orang lain karena pengalaman buruk yang pernah dialami anak.

f. Ketakutan yang berlebihan kepada orang yang berperawakan besar dan “menakutkan”

Jika anak melihat orang lain yang penampilannya “menyeramkan” dia akan ketakutan. Hal tersebut dikarenakan anak masih belum mengenal baik orang-orang di sekitarnya. Orang tua

harus memberikan pemahaman tentang lingkungan sekitar dan pemahaman interaksi dengan orang lain. Tujuannya agar anak memahami dan merasa takut jika bertemu dengan orang dewasa atau orang-orang di sekitarnya.

g. Lebih banyak tergesa-gesa dan kurang kontrol diri

Anak mengalami perasaan tidak nyaman karena kondisi lingkungan yang menakutkan untuk anak. Tergesa-gesa disebabkan oleh perasaan anak tidak mau ditinggal atau berpisah dengan orang tua. Oleh karena itu anak tidak bisa mengontrol dirinya pada saat mengalami cemas.

h. Tidak ingin berangkat sekolah tanpa ditemani

Anak yang mengalami kondisi ini terjadi karena orang tua selama ini jarang memberikan kesempatan untuk anak berbuat mandiri. Ketika anak melakukan sesuatu kegiatan, orang tua justru melarang, memarahi, dan memberikan kritikan. Hal inilah yang memicu anak tumbuh menjadi pribadi yang kurang percaya diri. Anak tidak mengenal potensinya karena orang tua menganggap mereka masih kecil dan butuh bantuan. Anak menjadi tidak percaya diri untuk masuk sekolah karena anak tidak benar-benar berani untuk memandang guru dan teman-teman sebayanya.

i. Manifestasi kecemasan juga dapat dilihat pada, keseringan BAK atau buang air kecil, sakit perut, atau tidak tenang dalam kelas

Reaksi psikologis pada anak yang mengalami cemas dapat berdampak pada gejala somatik. Hal tersebut dikarenakan terlalu khawatir dan takut akan berpisah dengan figur lekatnya. Anak akan mengalami sering buang air kecil, keringat berlebih, tidak tenang, jantung berdebar-debar.

Menurut Kaplan (dalam Widyawati, 2016: 10-11) gejala-gejala yang timbul pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah ini adalah :

- a. Kecemasan yang berlebihan tentang kehilangan atau kemungkinan bahaya yang jatuh pada orang yang sangat dekat

Kelekatan anak dengan ibu atau pengasuhnya membuat anak merasa aman dan nyaman. Perasaan tidak aman dan keragu-raguan atau ketidakpercayaan diri akan membuat anak mudah merasa cemas berlebihan dan takut akan kehilangan figur lekatnya.

- b. Kecemasan yang berlebihan bahwa peristiwa yang tidak diharapkan akan menyebabkan perpisahan dan figur yang sangat dekat dengan anak

Anak-anak dengan gangguan kecemasan merasa ketakutan bahwa seseorang yang dekat dengannya akan terluka atau bahwa sesuatu yang menakutkan akan terjadi dengan mereka jika mereka jauh dari tokoh penting yang mengasuh. Banyak anak takut bahwa mereka atau orang tuanya akan mengalami kecelakaan. Rasa takut

akan kehilangan, akan diculik dan tidak pernah menemukan lagi orang tuanya.

- c. Adanya penolakan untuk bersekolah atau ke tempat lain dan ingin selalu dekat dengan orang yang sangat dekat dengan anak

Anak yang mengalami *SAD* merasa khawatir terhadap apa yang akan terjadi pada orang tuanya bila ia terpisah dengannya. Ini sering menjadi alasan anak-anak pada usia yang lebih muda ketika menolak masuk sekolah. Anak berupaya menghindari situasi yang mencemaskan yaitu ke sekolah atau tempat lainnya.

- d. Kecemasan yang berlebihan atau keengganan untuk sendiri atau tanpa orang yang sangat dekat di rumah atau tanpa orang dewasa yang penting pada lingkungan lain

Memasuki lingkungan baru bukanlah hal yang mudah bagi anak, jika di rumah ia terbiasa bisa bermanja-manja kepada orang tua, tentu hal itu tidak bisa dilakukan lagi di sekolah. Anak-anak yang mengalami kecemasan biasanya mengalami kesulitan ketika menghadapi situasi sosial dan khawatir tentang cara berinteraksi dengan teman-teman sebayanya. Anak akan lebih memilih bersama figur lekatnya.

- e. Penolakan untuk tidur tanpa tokoh perlekatan utamanya atau tidur jauh dari rumah

Anak-anak dengan gangguan kecemasan perpisahan akan bergantung pada orang tua mereka secara berlebihan, menolak untuk

tidur terpisah. Anak mengalami tekanan seperti kehilangan. Kehilangan ini berupa kematian orang yang disayangi, ditinggal pergi jauh oleh pengasuh, diculik, atau semacam bencana yang memisahkan seseorang dari orang yang dicintai untuk jangka waktu tertentu. Karena alasan tersebut, anak enggan untuk dipisahkan dari orang lain dan mungkin karena itulah ia tidak mau tidur sendirian tanpa ditemani atau didampingi oleh tokoh kesayangannya.

f. Mimpi buruk berulang kali dengan tema perpisahan

Mimpi buruk biasanya terjadi karena ketidaknyamanan dengan suasana hati, kelelahan, dan kondisi anak. Mimpi buruk bisa menimbulkan ketakutan, kecemasan, sakit, dan teror berlebihan bila anak jauh dari pengasuh. Jika dibiarkan hal ini terjadi pada anak, maka akan mengganggu mental anak.

g. Keluhan gejala-gejala fisik, contohnya mual, sakit kepala, sakit perut, muntah pada saat sekolah, atau pada saat-saat ketika mengantisipasi perpisahan dengan orang yang dekat dengan anak

Ketakutan yang berlebih pada anak apa yang akan terjadi ketika berpisah dengannya. Dalam beberapa kasus, anak mungkin mengeluh terhadap simtom-simtom fisik (misalnya rasa mual, sakit kepala, sakit perut, muntah-muntah, dan sebagainya). Hal tersebut semata-mata karena takut akan terjadinya perpisahan bukan karena alasan lain, seperti kekhawatiran akan peristiwa-peristiwa di sekolah.

- h. Penderitaan yang berlebihan dan berulang jika perpisahan dari rumah atau tokoh pelekatan utama dihadapi atau dilibatkan

Bila anak dipisahkan (ditinggalkan) ia tidak dapat berfungsi dengan baik karena tercekam oleh rasa takut terhadap apa yang terjadi dengan dirinya atau orang-orang yang berpisah dengan dirinya. Meskipun ia beda bersama dengan orang-orang yang penting bagi dirinya, tetapi fungsi anak itu bisa terganggu karena adanya kecemasan antisipatori terhadap kemungkinan terjadinya perpisahan. Karena merasa sedih yang berlebihan, maka anak itu akan menangis, mengaduk, merana, apatis, atau mengundurkan diri secara sosial pada saat sebelum atau sesudah berlangsungnya perpisahan dengan tokoh yang penting atau akrab dengannya, Kaplan (dalam Widyawati, 2016: 10-11).

Pendapat lain menurut Figueroa dkk. (2012), gejala *SAD* meliputi :

- a. Gejala fisik yang mirip serangan panik

Serangan panik adalah kecemasan yang sangat kuat. Kecemasan ini timbul bersama perasaan-perasaan yang kuat akan kekhawatiran, ketakutan, dan teror. Serangan panik merupakan pengalaman yang menakutkan. Seseorang yang mengalami panik kadang-kadang mulai menghindari tempat umum dan tinggal didalam rumah dimana ia bisa merasa aman. Gejala panik dikarenakan stres yang berlebihan, ketakutan yang tidak realistis setelah berpisah dari figur lekat(biasanya orang tua).

- b. Gejala somatis seperti sakit kepala, sakit perut, pingsan, pusing, mimpi buruk, kesulitan tidur, mual, muntah, kram, nyeri otot, nyeri dada, dan palpitasi atau denyut jantung berdetak cepat

Gejala somatis merupakan perubahan-perubahan fisiologis yang berkaitan dengan munculnya rasa cemas. Keluhan fisik ini akan muncul ketika anak tidak mau ditinggalkan oleh orang terdekatnya.

Gejala-gejala tersebut menjadi indikator-indikator anak yang mengalami *SAD* pada Taman Kanak-Kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh, Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo dari hasil observasi nampak pada tingkah laku anak meliputi:

- a. Didampingi oleh ibu/pengasuh

Menangis dan merasa takut mungkin muncul ketika orang tua meninggalkan anak di sekolah. Biasanya anak merasa takut dengan lingkungan baru sebab mereka sudah terbiasa berada di rumah dan bersama orangtua. Mereka akan cemas ketika orangtua tidak berada di sekeliling anak.

- b. Tangan anak dingin

Keengganan anak berpisah dengan orang tua atau pengasuh membuat anak khawatir dan takut. Gejala ini nampak ketika bagian tubuh anak dipegang. Bagian tubuh tersebut tangan dan kaki yang dingin.

c. Keringat berlebih

Anak yang mengalami *anxiety* cenderung tidak mau dipisahkan dengan orang tua. Secara tiba-tiba anak mengalami perubahan fisik berupa keringat berlebih. Hal tersebut terjadi karena anak panik dan khawatir akan perpisahan dengan ibunya.

d. Belum mampu menjawab ketika diberi tugas/pertanyaan

Pada saat kegiatan belajar di kelas, guru memberikan pertanyaan tentang pembelajaran hari itu. Guru bertanya kepada anak, akan tetapi anak belum mampu menjawab dan mengerjakan tugasnya. Hal tersebut dikarenakan perasaan cemas sehingga membuat konsentrasi anak terganggu.

e. Tidak mau bergabung dengan teman dalam kegiatan kelompok

Anak yang mengalami rasa takut dan khawatir maka anak akan kesulitan berinteraksi dengan teman sebayanya. Anak cenderung pendiam dan lebih senang untuk menjadi pengamat. Anak biasanya membutuhkan waktu yang lama untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

f. Tergesa-gesa dalam mengerjakan tugas

Hal tersebut dikarenakan jika tugas yang diberikan guru selesai dengan cepat, maka akan cepat pula anak bertemu dengan ibu atau pengasuhnya.

g. Tidak tenang di dalam kelas

Sikap anak yang mudah marah, panik dan sensitif membuat anak tidak tenang saat berada didalam kelas. Pada saat peneliti melakukan observasi, anak didalam sendiri tanpa ibu akan melakukan berbagai cara untuk bertemu dengan ibunya. Dari mulai menangis, sering melihat keluar, melihat jendela dan pintu.

h. Sering buang air kecil

Gejala yang nampak pada anak mengeluh mau pipis. Rasa ingin buang air kecil disebabkan karena anak terlalu merasa takut. Perasaan tersebut bersumber dari pikiran anak yang panik dan akan menimbulkan kontraksi otot salah satunya kandung kemih. Hal tersebut memicu terjadinya rasa ingin pipis pada anak.

i. Menangis sulit diredakan

Anak yang menangis ia mengungkapkan rasa marah, frustasi, takut, bingung dan cemas. Anak akan menangis bahkan meronta-ronta ketika dipisahkan dengan pengasuh atau ibunya. Tangisan anak akan sulit diredakan oleh orang lain. Anak yang menangis cenderung akan mengalami tempertantrum.

j. Memegang baju ibu/pengasuh

Anak merasa takut akan kehilangan sosok lekatnya. Anak khawatir akan terjadi sesuatu pada dirinya jika tidak berdekatan dengan orang terdekatnya. Maka anak akan selalu menempel dan tidak

mau dipisahkan. Kejadian tersebut membuat anak selalu memegang baju ibunya dan tidak mau melepaskannya.

5. Cara Mengatasi *Separation Anxiety Disorder*

Mashar (2011:91) ada beberapa hal yang dapat dilakukan orang tua atau pendidik untuk menangani kecemasan pada anak, sebagai berikut :

a. Mencari sumber yang membuat anak cemas

Orang tua hendaknya melihat perilaku anak. Hal tersebut bertujuan untuk menerka apa yang menjadi penyebab anak cemas. Namun untuk memastikannya, orangtua harus membuat obrolan ringan. Tanyakan pada anak yang membuatnya cemas dan catat hal tersebut. Ini dilakukan agar orangtua menjadi lebih mudah dengan menangani ketakutan dan kekhawatiran yang terjadi pada anak.

b. 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

Ketika anak mengalami kecemasan permasalahan yang sering dilakukan yaitu membiarkan dan meremehkan perasaan mereka karena dianggap reaksi berlebihan atau mencari perhatian. Sebagai orang tua agar selalu menghormati sikap dan perasaan anak. orang tua juga memberikan penjelasan bahwa anak akan aman dan berusaha mengurangi ketakutan yang dirasakan.

- c. Membantu anak mengatasi rasa cemasnya misalnya dengan menerapkan teknik desensitasi sistematis, yaitu secara bertahap membantu anak sedikit demi sedikit mengurangi kecemasannya secara bertahap

Anak mengalami cemas berlebihan maka orang tua yakni mengurangi sikap menakuti yang bisa meningkatkan rasa cemas. Orang tua hendaknya selalu menghibur anak dengan kata-kata positif, namun bukan berarti memanjakan dan membiarkan apapun yang anak inginkan untuk diberikan. Hal lain yang bisa dilakukan orang tua dengan cara menciptakan rasa nyaman untuk mengurangi cemas anak dengan mengajak anak bermain bersama.

- d. Mengalihkan perhatian anak dari sumber cemas dengan melatih anak untuk relaksasi atau melakukan kegiatan lain yang menarik

Mengajak anak untuk melakukan relaksasi. Sebelum melakukan relaksasi, anak harus dikenalkan pada hal-hal yang membuatnya cemas. Kegiatan tersebut dilakukan dengan menarik napas dalam-dalam, menghembuskan napas secara perlahan sambil berkata “Tenang”, atau “Semua akan beres”, anak telah melakukan relaksasi yang termudah.

- e. Melakukan hal-hal yang menyenangkan, seperti mendengarkan musik, cerita, atau menggambar

Mendengarkan dan menanyakan perasaan anak adalah hal terbaik yang dilakukan orang tua. Anak-anak memiliki sifat aktif dan

juga senang bercerita. Meskipun anak pencemas suka diam saat ditanya, akan ada masanya di mana anak-anak akan menceritakan hal yang disukainya. Dari hal tersebut orang tua bisa mencari sumber yang menyebabkan anak mengalami *SAD*.

- f. Mengajak anak berbicara tentang sumber-sumber kecemasan yang dialami dengan kata-kata yang menenangkan dan membuat ia merasa aman

Orang tua menunjukkan perhatian kepada anaknya. Hal ini bukan hanya sekadar memberikan bantuan pada anak untuk mengatasi kekhawatirannya tapi juga memberikan dukungan serta menunjukkan bahwa orang tua memahami perasannya. Caranya dengan memberikan pemahaman bila anak salah memahami sesuatu dan tunjukkan cara terbaik untuk mengatasinya. Namun tetap libatkan anak untuk mengutarakan pendapatnya mengenai pemecahan masalah. Keberadaan orang tua di sekitarnya juga memberikan kenyamanan pada anak sehingga kecemasan atau kekhawatiran menjadi berkurang.

- g. Membiasakan anak terbuka dan mampu mengekspresikan perasaannya

Anak yang sedang marah, jangan mebiasakan anak meluapkan amarah tanpa alasan. Anak-anak biasanya cenderung berteriak, menjerit, memukul, menendang, dan melempar benda saat mereka marah karena mereka tidak tahu bagaimana

mengekspresikan kemarahannya secara verbal. Ajarkan mereka kata-kata emosi yang berbeda dan cukup baik untuk memberi tahu orang tua bagaimana perasaan anak yang sebenarnya. Beberapa kata yang bisa digunakan untuk mengungkapkan perasaan adalah 'marah', 'bahagia', 'takut', 'geram', 'gugup', 'cemas', 'jengkel', dan 'kesal'.

h. Meminta bantuan ahli jika kecemasan anak berlarut-larut

Orangtua perlu mengkonsultasikan gangguan kecemasan yang terjadi pada psikolog anak untuk mengenali bentuk gangguannya. Sehingga *SAD* dapat ditangani dengan cepat dan tepat, Mashar (2011:91).

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan cara mengatasi cemas dengan cara pembiasaan yang baik, mengalihkan perhatian anak, mencari sumber cemas dan mengajak anak berkomunikasi untuk memberikan rasa kedekatan. Selain itu, jika kemasam anak berlaut-larut orang tua perlu mengkonsultasikan anak ke psikolog.

B. Media Bercerita Boneka Tangan

1. Pengertian Bercerita

Sebuah cerita atau dongeng anak umumnya menyajikan alur dan tutur bahasa yang ringan dan menyenangkan, sehingga mudah dipahami anak. gaya bercerita, intonasi, ekspresi dan pelafalan yang jelas merupakan bagian penting dalam bercerita.

Bercerita adalah sesuatu kegiatan yang dilakukan seseorang secara lisan kepada orang lain dengan alat apa yang harus disampaikan dalam

bentuk pesan, informasi atau hanya sebuah dongeng yang dikemas dalam bentuk cerita yang dapat didengarkan dengan rasa menyenangkan (Madyawati, 2016:162). Dengan kata lain, bercerita merupakan salah satu keterampilan berbicara yang bertujuan untuk memberkan informasi kepada orang lain dengan cara menyampaikan berbagai macam ungkapan, berbagai perasaan sesuai dengan apa yang dialami, dirasakan, dilihat, dan dibaca.

Mendongeng atau bercerita adalah berkomunikasi. Mengkomunikasikan sebuah cerita tentang hal-hal yang menghibur anak-anak. Bagi anak-anak mendongeng adalah sebuah hiburan dan prinsip dasarnya yaitu mampu menyuguhkan dongeng dengan cara-cara menarik (Kurniawan, 2016: 13). Cerita yang indah akan masuk dalam jiwa dan membentuk karakter yang indah pula. Mendongeng sangat penting diberikan kepada anak-anak baik di rumah maupun di sekolah, sebab melalui dongeng guru atau orang tua bisa menyampaikan pembelajaran kepada anak-anak secara menyenangkan sekaligus membuat anak merasa terhibur.

Menurut Isjoni (Harahab, 2017), metode bercerita adalah cara untuk meneruskan warisan dan metode bercerita juga dapat menjadi media untuk menyampaikan nilai-nilai moral dan perkembangan bahasa pada anak. Cerita memiliki pengaruh yang kuat bertutur, dan dapat ditambahkan dengan pada anak sebagai media untuk improvisasi. Hal ini berarti bahwa segala menyampaikan pesan-pesan tertentu. Karena

sesuatu itu dapat menjadi sumber atau bahan melalui cerita atau dongeng, anak akan dapat untuk bercerita pada anak. Menangkap pesan moral tertentu dengan cara yang menyenangkan, terlebih lagi jika proses pengoptimalan bercerita tersebut menggunakan boneka tangan.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa media bercerita adalah cara bertutur kata untuk menyampaikan suatu pesan atau informasi secara lisan dengan alat peraga atau tanpa alat peraga yang memungkinkan untuk orang lain mengerti maksud dari apa yang ingin disampaikan.

2. Pengertian Media Bercerita Boneka Tangan

Dalam kegiatan bercerita tentunya didukung oleh media. Kata *media* berasal dari bahasa Latin *medius* yang secara harfiah berarti ‘tengah’ ‘perantara’ atau ‘pengantar’ (Hasnida, 2015).

Pendapat lain menurut Heinich (Daryanto, 2013:4) bahwa kata media merupakan bentuk jamak dari kata medium. Medium dapat didefinisikan sebagai perantara atau pengantar terjadinya komunikasi dari pengirim menuju penerima. Media bercerita dalam penelitian ini menggunakan boneka tangan.

Ekasriadi (Triutami,2014) mengatakan bahwa pengertian boneka tangan adalah bentuk tiruan dari manusia dan binatang. Boneka pada dasarnya memiliki karakteristik khusus, dalam penggunaanya dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dengan boneka tangan.

Gunarti (dalam Madyawati, 2016) boneka tangan adalah boneka yang dijadikan media atau alat bantu yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran. Boneka tangan ini ukurannya lebih besar dari boneka jari dan dapat dimasukkan dalam tangan. Jari tangan dapat dijadikan pendukung gerakan tangan dan kepala boneka.

Menurut Ahira bahwa boneka tangan adalah boneka yang cara memainkannya hanya dengan satu dan boneka ini hanya terdiri dari kepala dan dua tangan saja. Bagian badan dan kakinya hanya merupakan baju yang menutup lengan orang yang memainkannya. Selain itu, penggunaan benda-benda nyata atau makhluk hidup dalam pengajaran sering kali dianggap paling baik. Ada berbagai karakter boneka tangan yang ada di pasaran, misalnya binatang, buah-buahan, orang dan tokoh kartun yang terkenal di kalangan anak-anak (Juliandari, 2015:4).

Berdasarkan uraian tersebut, maka pengertian boneka tangan adalah boneka yang terbuat dari kain yang dibentuk menyerupai wajah dan bentuk tubuh dari berbagai bentuk dengan berbagai macam jenis sifat yang dimainkan dengan menggunakan tangan dan digerakkan menggunakan jari-jari tangan.

3. Manfaat Boneka Tangan

Boneka tangan dapat digunakan sebagai media pembelajaran yang menarik bagi anak, karena sangat efektif untuk membantu anak belajar berbahasa. Manfaat boneka tangan menurut Salsabila (Madyawati, 2016) sebagai berikut :

a. Membantu anak membangun keterampilan sosial

Boneka tangan dapat dimainkan anak secara bersama-sama dengan teman sebayanya. Anak akan saling berdiskusi membahas aktivitas dengan boneka masing-masing. Kadang-kadang anak menyusun skenario peran masing-masing boneka untuk dimainkan bersama.

b. Melatih kemampuan menyimak (ketika mendengarkan teman saling berbicara)

Kemampuan menyimak merupakan dasar bagi seorang anak untuk dapat berbicara dengan baik. Orang yang tidak mempunyai ketrampilan menyimak yang baik maka ia akan kesulitan memahami informasi yang diberikan oleh orang secara lisan. Oleh sebab itu ketrampilan menyimak sangat penting untuk memperlancar komunikasi. Selain itu kegiatan menyimak, banyak manfaat yang diperoleh dari pada sekedar mendengar. Dengan menyimak akan memperoleh banyak informasi untuk menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman tentang kehidupan.

c. Melatih bersabar dan menanti giliran

Kesabaran anak bisa dilatih dan dibiasakan untuk membangun pribadi anak menjadi lebih sabar. Melatih kesabaran anak dapat dilakukan saat bermain boneka tangan secara kelompok atau bersama dengan teman. Dengan bermain boneka bersama, anak

akan mengetahui aturan bermain dan sabar menunggu giliran ketika bermain dengan temannya.

d. Meningkatkan kerjasama

Kerjasama ini memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk tidak saja mengembangkan keterampilan sosial-emosional, tetapi juga bertanggung jawab terhadap lingkungan sosial mereka. Kerjasama muncul saat anak sedang bersosialisasi, dan waktu sosialisasi anak adalah saat anak sedang bermain. Dengan bekerjasama anak pemencas dapat bersosialisasi dengan teman sebayanya.

e. Meningkatkan daya imajinasi anak

Imajinasi adalah hal yang sangat penting bagi perkembangan emosi dan kognitif anak. Anak dengan imajinasi tinggi diketahui lebih cepat memecahkan masalah dan berani menghadapi tantangan. Kemampuan kognitif sangat terkait dengan kemampuan imajinasi. Apabila kemampuan imajinasi anak kurang, maka kemampuannya dalam mencetuskan ide-ide orisinalnya untuk mencipta atau meniru bentuk-bentuk yang ada untuk dikreasikan dalam berbagai media juga mengalami hambatan. Namun sebaliknya apabila daya imajinasi anak tinggi, maka sangat memudahkan bagi anak untuk menghasilkan karya-karya yang kreatif dan inovatif.

f. Memotivasi anak agar mau tampil

Anak yang mengalami cemas biasanya akan menghindari orang lain. Anak akan takut dan tidak percaya diri untuk tampil di depan kelas. Bercerita menggunakan boneka tangan untuk memotivasi anak yang tidak percaya diri tampil di depan umum.

g. Meningkatkan keaktifan anak

Anak-anak yang tidak aktif biasanya disebabkan beberapa alasan. Salah satu alasan dikarenakan cemas atau takut. Anak pencemas biasanya di dalam kelas selalu diam dan kurang berinteraksi. Boneka tangan membantu anak mengekspresikan emosinya. Untuk itu anak akan belajar bagaimana berperan aktif di dalam kelas. Tentunya hal tersebut dibarengi dengan motivasi dari orang tua dan guru.

h. Menambah suasana gembira dalam kegiatan pembelajaran

Boneka tangan digunakan untuk menarik perhatian dan menumbuhkan minat anak berperan serta dalam proses pembelajaran di kelas. Melalui boneka tangan diharapkan anak akan lebih tertarik untuk mencoba menggunakan dan senang memainkannya secara langsung dengan jari-jari tangannya.

i. Tidak menuntut keterampilan yang rumit bagi yang memainkannya

Dalam proses pembelajaran menggunakan boneka tangan, pendidik tidak ada tuntutan khusus untuk memainkannya. Pendidik hanya menggunakan boneka sebagai media untuk bercerita dan

memotivasi anak. Melalui bercerita pendidik menanamkan sikap dan perilaku positif. Pendidik juga dapat menyampaikan nilai-nilai kebaikan kepada anak melalui contoh-contoh dalam cerita sehingga mendorong anak untuk melakukan kebaikan tersebut, sekaligus menghindari perbuatan buruk yang digambarkan dalam cerita.

- j. Tidak memerlukan waktu yang banyak, biaya, dan persiapan yang rumit

Ketersediaan bahan dan peralatan boneka tangan mudah didapatkan di lingkungan sekitar. Cara membuatnya pun tidak rumit dan mudah dilakukan. Bahan boneka tangan sangat ekonomis dikarenakan bisa menggunakan kain perca atau flannel. Boneka pun bisa dibuat sendiri oleh pendidik (Madyawati, 2016).

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa manfaat bercerita yaitu dapat memperluas wawasan dan cara berfikir anak, dapat membentuk karakter anak, dapat meningkatkan keterampilan komunikasi lisan dengan lingkungan sekitar, dapat melatih emosi atau perasaan anak, dan sebagai media penyampaian pesan terhadap anak.

4. Kelebihan Media Bercerita Boneka Tangan

Menurut (Madyawati, 2016) beberapa kelebihan penggunaan boneka tangan untuk bercerita sebagai berikut:

- a. Umumnya anak menyukai boneka

Dengan menggunakan boneka tangan, maka akan lebih menarik perhatian dan minat anak terhadap kegiatan pembelajaran.

Cerita yang dituturkan lewat karakter boneka jelas akan mengundang minat dan perhatiannya. Anak-anak juga bisa terlibat dalam permainan boneka dengan ikut memainkan boneka.

b. Membantu mengembangkan emosi anak

Anak dapat mengekspresikan emosi dan kekhawatirannya melalui boneka tangan tanpa merasa takut ditertawakan dan diolok-olok temannya. Anak akan bercerita tentang apa yang dirasakan dan bagaimana anak melaluinya. Untuk itu pendidik selalu memberikan motivasi-motivasi kepada anak yang pencemas.

c. Membantu anak untuk membedakan fantasi dan realita

Anak sangat suka berimajinasi dan berfantasi dengan pikirannya, kemudian anak dapat menceritakannya dengan begitu antusias seolah-olah dia mengalaminya sendiri, padahal bisa saja hal tersebut hanya hasil dari imajinasi anak. Anak juga belum bisa membedakan dengan jelas antara kenyataan dan fantasi, sehingga seringkali orang dewasa menganggap anak berbohong. Fantasi dan imajinasi pada anak sangat penting bagi pengembangan kreativitas dan bahasanya. Untuk itu anak perlu untuk mendapatkan bimbingan agar dapat membedakan antara kenyataan dan fantasi, maupun fantasi dan imajinasi anak.

d. Anak dituntut untuk belajar memahami benda mati seolah-olah benda hidup dan bersuara

Melalui imajinasi dan fantasi anak, hal ini bertujuan untuk memahami perbedaan benda-benda mati dan seolah hidup. Anak akan mengeluarkan ide-idenya sesuai dengan cerita yang dimainkan menggunakan boneka tangan. Dampaknya dapat memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan anak dalam menyelesaikan masalah secara kreatif melalui imajinasinya.

- e. Bagi seorang guru, media bercerita boneka tangan merupakan media yang sangat bermanfaat

Untuk proses pembelajaran yang menarik, maka setiap guru mempunyai strategi tersendiri. Menggunakan boneka salah satunya, hal tersebut bertujuan untuk menyampaikan pesan dalam pembelajaran yang bermanfaat. Boneka tangan, akan menarik perhatian anak. Bentuk dan karakter boneka yang lucu dan unik membuat anak merasa penasaran.

- f. Membantu guru dalam memahami perbedaan individual anak didik

Setiap anak mempunyai tahap tumbuh kembang yang berbeda-beda. Menggunakan boneka tangan, guru akan memahami perbedaan setiap anak. Misalnya ketika anak memainkan boneka satu persatu. Setiap anak akan bercerita dan berimajinasi yang berbeda-beda. Dari kegiatan tersebut dapat dipahami bahwa di setiap perkembangan anak tidak sama.

- g. Karena bentuk dan warnanya, boneka tangan mampu menarik perhatian dan minat anak

Anak usia dini umumnya menyukai mainan yang warna mencolok. Boneka tangan yang kaya akan warna tentunya anak akan tertarik perhatiannya. Karakter dan warna yang unik, sehingga anak termotivasi untuk bercerita berbantuan media boneka tangan karena medianya lebih menyenangkan. Selain itu, Warna-warna tersebut dapat melatih daya konsentrasi anak, (Madyawati, 2016).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kelebihan media bercerita boneka tangan yaitu dapat menarik dan minat anak usia dini, mengembangkan kreativitas dan imajinasi anak, mengembangkan aspek kognitif dan aspek sosial emosional usia dini.

5. Prosedur Menggunakan Media Bercerita Boneka Tangan

Adapun langkah-langkah kegiatan bercerita, menurut Moeslichatoen (dalam Marini, dkk.: 2015) yaitu:

- a. Mengkomunikasikan tujuan dan tema dalam kegiatan bercerita

Tujuan bercerita mengacu pada kemampuan yang diharapkan dapat dicapai oleh anak melalui kegiatan bercerita. Tujuan lainnya memberikan informasi tentang nilai sosial, moral dan agama. kemudian tema dipilih berdasarkan pada kehidupan anak didalam keluarga, sekolah atau masyarakat.

b. Mengatur tempat duduk anak

Misalnya anak duduk di lantai dan diberi alas tikar atau karpet, atau duduk di kursi dengan formasi setengah lingkaran. Mengatur tempat duduk se nyaman mungkin untuk anak. Buat anak merasa nyaman dan santai ketika bercerita menggunakan boneka tangan.

c. Pembukaan kegiatan bercerita, untuk menggali pengalaman-pengalaman anak dalam kaitannya dengan tema cerita

Untuk membangun kedekatan dengan anak, maka guru sebelum bercerita menggali pengalaman melalui tanya jawab dengan anak. Tanya jawab bisa berkaitan dengan pengalaman anak di rumah, pengalaman dengan teman atau keluarga, dan pengalaman di lingkungan sekitar.

d. Pengembangan cerita yang dituturkan guru. Guru menyajikan fakta-fakta di sekitar kehidupan anak yang berkaitan dengan tema cerita

Pada saat bercerita, guru menyajikan cerita yang berkaitan dengan pengalaman keseharian anak atau kejadian-kejadian yang dialami anak tersebut. Tema bercerita juga bisa diangkat dari lingkungan anak tinggal, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, atau lingkungan rumahnya.

- e. Isi cerita dengan lafal, intonasi dan ekspresi wajah yang menggambarkan suasana cerita

Hal di atas perlu diperhatikan karena merupakan komponen yang sangat penting. Tujuannya agar anak tertarik dan tidak bosan saat mendengarkan cerita yang dibawakan oleh guru. Selain itu, Intonasi dan ekspresi harus benar – benar diperhatikan agar anak bisa membedakan tokoh – tokoh yang dibawakan, dan anak menikmati alur cerita yang dibawakan.

- f. Penutup kegiatan bercerita dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan isi cerita

Kegiatan tersebut dilakukan untuk mengetahui kemampuan menyimak pada anak ketika selesai mendengarkan cerita. Hal lain, pertanyaan berguna untuk melatih daya serap anak, artinya anak usia dini dapat dirangsang, untuk mampu memahami isi atau ide-ide pokok dalam cerita secara keseluruhan, Moeslichatoen (dalam Marini, dkk.: 2015).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa prosedur bercerita yang paling utama menyiapkan tema cerita, penataan tempat, dan guru memperhatikan gaya bercerita seperti intonasi, mimik.

C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam penelitian ini, peneliti mencoba menggali informasi terhadap skripsi atau penelitian ilmiah lainnya yang relevan dengan

penelitian yang akan dilaksanakan saat ini. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan yang akan dijadikan bahan telaah bagi peneliti.

1. Hasil penelitian Widyawati. 2016. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berpisah pada Anak Usia Dini di Kelompok Bermain Anak Cerdas Ungaran. *Jurnal PAUDNI / Volume 9 / No 1, Juli 2016*. Hasil: penelitian menggunakan *rating scale* kecemasan berpisah dimana orang tua subyek dan guru mengisi data untuk *screening* subjek. Hasil penelitian menunjukkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku kecemasan berpisah pada anak usia dini. Faktor utama penyebab kecemasan yaitu pola asuh orang tua, latar belakang keluarga, riwayat kesehatan, dan kelahiran serta interaksi anak dengan lingkungan sekolah atau teman sebaya.
2. Triutami, Sudhita, dan Tegeh. 2014. berjudul “Penerapan Metode Bercerita Berbantuan Media Boneka Tangan Untuk Meningkatkan Perkembangan Bahasa Pada Anak”, *e-Journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha, Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (Volume 2 No 1 Tahun 2014)*. Hasil penelitian yang dikemukakan bahwa peningkatan perkembangan bahasa anak di TK Kemala Bhayangkari 2 Singaraja penerapan metode bercerita dengan berbantuan media boneka tangan pada siklus I sebesar 57,05% yang berarti pada kategori rendah, mengalami peningkatan pada siklus II menjadi 81,7% yang menunjukkan kategori tinggi. Maka terlihat dari siklus 1 sampai 2 mengalami peningkatan 24,65%.

3. Hasil penelitian Munajiah. 2014. yang berjudul “Efektivitas *Reinforcement Positive* Untuk Mengurangi Kecemasan Berpisah”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resensi perubahan perilaku cemas menjadi berkurang kecemasannya yang dicapai masing-masing anak diperoleh 82,35% untuk subyek A, 81,81% untuk subyek B, dan 81,25 untuk subyek C. Kecemasan berpisah dari ketiga subyek dapat berkurang dengan metode *Reinforcement Positive* dengan prosentase lebih dari 65%. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini yaitu upaya mengurangi kecemasan berpisah.

Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah bercerita menggunakan boneka tangan untuk mengurangi *SAD*. Pada saat anak bermain boneka tangan maka mereka akan mengeluarkan ide-ide cerita sesuai dengan karakter yang dibentuk. Hal ini merangsang otak anak untuk berpikir kreatif. Bercerita menggunakan boneka tangan, anak akan mudah menangkap pesan dengan cara yang menyenangkan.

D. Efektivitas Media Bercerita Boneka Tangan Untuk Mengurangi *Separation Anxiety Disorder*

Boneka tangan merupakan salah satu media boneka yang terbuat dari bahan fanel kemudian dibentuk pola sesuai yang diinginkan misalnya karakter anggota keluarga, tanaman dan binatang. Boneka tersebut dibuat sedemikian rupa sehingga dapat dimasukkan ke dalam tangan manusia, sehingga dapat dimainkan oleh anak.

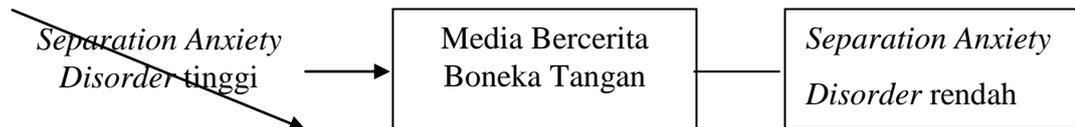
Anak-anak pada umumnya menyukai boneka, sehingga cerita yang dituturkan lewat karakter boneka jelas akan mengundang minat dan perhatiannya. Boneka tangan memiliki keunikan pada bentuknya. Selain warna yang menarik media ini juga mempunyai unsur tiga dimensi, terbuat dari bahan yang awet dan mempunyai karakter yang lucu sehingga memberikan visualisasi cerita yang lebih menarik. Dengan ketertarikan anak akan berusaha memusatkan perhatiannya ketika peneliti menggunakan media tersebut. Dengan begitu rasa cemas pada anak akan berkurang seiring perlakuan menggunakan boneka tangan sebagai media bercerita. Disisi lain anak juga dapat bermain sendiri menggunakan boneka tangan. Hal tersebut, boneka bisa menjadi pengalih perhatian anak sekaligus media untuk berekspresi atau menyatakan perasaannya.

E. Kerangka Pemikiran

Boneka tangan merupakan media yang berbentuk boneka yang mempunyai karakter tersendiri yang digunakan media bercerita. Oleh karena itu, penggunaan media boneka tangan diharapkan dapat mengurangi kecemasan berpisah dalam kegiatan pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti perlu memaparkan kerangka yaitu berawal pada observasi yang dilakukan pada anak yang mengalami *SAD*. Dari kondisi tersebut, peneliti memberikan boneka tangan sebagai media bercerita. Hal tersebut di harapkan kecemasan berpisah pada anak dapat berkurang sesuai apa yang diharapkan.

Efektivitas yang akan muncul setelah pembelajaran menggunakan media bercerita boneka tangan digambarkan dalam bahan sebagai berikut :



Gambar 1.
Bagan Kerangka Pemikiran

Berdasarkan bagan tersebut dapat dijelaskan bahwa sebelum diberikan tindakan, kondisi awal *Separation Anxiety Disorder* pada anak belum sesuai dengan harapan, bisa dikatakan tinggi. Namun setelah diberikan tindakan menggunakan media boneka tangan secara terstruktur, diprediksikan bahwa bercerita menggunakan boneka tangan akan mengurangi cemas berpisah pada anak.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara yang kebenarannya masih harus diuji atau rangkuman simpulan teoritis yang diperoleh dari tinjauan pustaka (Martono, 2016:67). Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Bercerita menggunakan media boneka tangan dapat mengurangi *Separation Anxiety Disorder*”.

BAB III

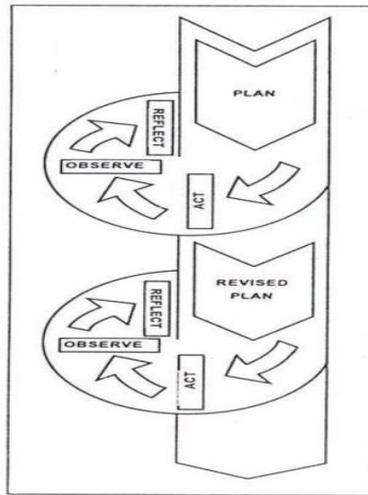
METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian diartikan sebagai cara atau prosedur yang ditempuh peneliti dalam mencapai penelitian, yaitu untuk menjawab pertanyaan penelitian (*research question*) atau hipotesis penelitian (*research hypothesis*).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*). Beberapa hal yang terkait dengan metode penelitian dapat peneliti jelaskan sebagai berikut :

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan suatu struktur hubungan antara variabel dalam rangka memperoleh bukti-bukti empiris. Penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), yaitu bentuk penelitian praktis yang dilakukan oleh peneliti untuk menentukan solusi dari permasalahan yang timbul di kelas agar dapat meningkatkan proses dari hasil belajar di kelas. Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan dan terjadi di dalam kelas secara bersama. Model penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah model Kemmis dan Taggart yang dapat disajikan dalam gambar 2 berikut ini:



Gambar 2.
 Penelitian Tindakan Kelas Model Kemmis dan Taggart
 (Sumber: Setyosari, 2010)

Adapun empat komponen penelitian dalam setiap langkah sebagai berikut:

- a. Perencanaan (*planning*) adalah langkah yang dilakukan oleh guru ketika akan memulai tindakannya yang berisi rencana SAD tindakan yang akan dilakukan untuk mengurangi melalui cerita menggunakan boneka tangan.
- b. Pelaksanaan tindakan (*action*) adalah implementasi dari perencanaan yang sudah dibuat yang berisi kegiatan yang dilakukan guru sebagai upaya untuk mengurangi SAD melalui media bercerita boneka tangan.
- c. Pengamatan (*observation*) adalah proses mencermati jalannya poses pelaksanaan tindakan. Hal-hal yang diamati adalah hal-hal yang sudah disebutkan dalam pelaksanaannya yaitu pengamatan atas perubahan perilaku atau tindakan yang dilakukan.
- d. Refleksi (*reflection*) adalah langkah mengingat kembali kegiatan yang sudah lampau yang dilakukan oleh guru maupun siswa. Penelitian ini mengkaji dan melihat atas hasil tindakan yang dilakukan.

Keputusan untuk menghentikan penelitian atau melanjutkan siklus merupakan keputusan bersama antara peneliti dan guru kelas. Siklus dihentikan apabila peneliti dan guru kelas sepakat bahwa pembelajaran kegiatan bercerita menggunakan media boneka tangan yang dilakukan sudah sesuai rencana dan dapat mengurangi *SAD*.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Bohnstedts (dalam Yusuf, 2016:102) mendefinisikan variabel adalah karakteristik dari orang, objek, atau kejadian yang berbeda dalam nilai-nilai yang dijumpai pada orang, objek, atau kejadian itu. Berdasarkan pendapat tersebut, maka dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu :

1. Variabel *Input*

Variabel *Input* pada penelitian ini adalah 2 anak Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh yang memiliki *Separation Anxiety Disorder* yang masih tinggi sebelum dilakukan tindakan.

2. Variabel Proses

Variabel proses pada penelitian ini adalah tindakan berupa media bercerita boneka tangan yang ditunjukkan untuk mengurangi *Separation Anxiety Disorder*.

3. Variabel *Output*

Variabel *Output* pada penelitian ini adalah hasil dari tindakan yang dilakukan pada anak yaitu berkurangnya *Separation Anxiety Disorder*.

Diharapkan anak menjadi pribadi yang lebih baik dengan berkurangnya *SAD* untuk menghadapi tantangan di masa depan.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. *Separation Anxiety Disorder*

Separation Anxiety Disorder adalah perasaan yang tidak menyenangkan ketika berpisah ditunjukkan dengan ketakutan berlebih, menangis sulit diredakan, tidak tenang di dalam kelas yang terjadi karena aspek yaitu simtom suasana hati, simtom kognitif, simtom somatik, dan simtom motor.

2. Media Bercerita menggunakan Boneka Tangan

Media cerita dengan boneka tangan adalah cara bercerita untuk menyampaikan pesan dengan media boneka tangan terbuat dari kain atau flannel. Boneka tangan ini mudah dimainkan oleh anak karena teksturnya yang lembut dan tangan anak dapat bergerak bebas di dalam boneka tangan.

D. Setting dan Subyek Penelitian

1. Setting Penelitian

a. Waktu penelitian

Penelitian dilakukan pada semester 1 tahun ajaran 2018/2019.

b. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh tahun ajaran 2018/2019, khususnya pada anak usia 5 – 6 tahun yang mengalami *SAD*.

2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah siswa Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh tahun ajaran 2018/2019 kelompok B1 yang berjumlah 15 anak dengan 2 anak yang mengalami *SAD* yang tinggi.

E. Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan adalah suatu kondisi atau keadaan yang diharapkan terjadi setelah perlakuan dalam penelitian sebagai alat ukur keberhasilan. Menurut Mulyasa (dalam Rohana, 2017:73) penelitian ini dianggap berhasil apabila anak dapat menunjukkan minimal 60% perkembangan setelah dilakukan tindakan sesuai dengan kriteria ketuntasan belajar ideal. Adapun indikator keberhasilan dalam penelitian ini adalah penelitian dapat dikatakan berhasil apabila setelah perlakuan melalui media bercerita boneka tangan dapat mengurangi frekuensi *SAD* menjadi berkurang dan mengalami penurunan sampai dengan 60%.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini bermaksud memperoleh bahan-bahan dan data yang relevan, akurat dan reliable. Untuk memperoleh data yang dimaksudkan Metode itu pekerjaan peneliti menggunakan teknik-teknik, prosedur-prosedur, alat-alat, serta kegiatan yang dapat diandalkan. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Metode Observasi

Metode observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki. Pada penelitian ini, pengamatan secara langsung dilakukan pada anak Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh dimulai dari anak datang sampai dengan anak pulang/dijemput oleh ibunya. Peneliti menjalin kerjasama dengan kepala sekolah dan guru kelas Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh. Peneliti menggunakan teknik observasi ini berdasarkan keterlibatan peneliti secara langsung dalam pengamatan dengan bantuan guru/pendidik Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh. Sebelum pedoman observasi dipergunakan peneliti melakukan *professional judgement* kepada ketua IGTKI Kecamatan Bener.

2. Metode Wawancara

Metode Wawancara dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data yang menunjukkan perilaku *SAD* pada saat di kelas. Wawancara dilakukan kepada guru kelas yang melaksanakan pembelajaran. Teknik wawancara ini bertujuan untuk mengumpulkan data dan gambaran tentang konsep awal adanya *SAD* yang tampak pada subyek penelitian. Sebelum instrumen wawancara dipergunakan terlebih dahulu peneliti melakukan *professional judgement* ketua IGTKI Kecamatan Bener.

G. Validitas Data

Validitas data adalah seberapa jauh ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam melakukan fungsi pengukurannya. Dalam menguji derajat

kebenaran penelitian ini menggunakan *Triangulasi* sesuai dengan validitas. *Triangulasi* ini selain digunakan untuk mengecek kebenaran data juga dilakukan untuk memperkaya data. *Triangulasi* ini juga dapat digunakan untuk menyelidiki validitas tafsiran peneliti terhadap data, karena itu triangulasi bersifat reflektif. Untuk data pengamatan dapat diperoleh dari peneliti, guru kelas, dan anak dapat dilibatkan.

H. Prosedur Penelitian

Rencana tindakan dilakukan dengan menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Tindakan yang akan dilakukan untuk mengurangi *Seperation Anxiety Disorder* pada anak di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo. Tindakan yang akan dilaksanakan penelitian ini berupa media bercerita boneka tangan dengan prosedur sebagai berikut:

1. Persiapan Penelitian

- a. Persiapan waktu

Penelitian ini dilaksanakan di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh pada semester I tahun ajaran 2018/2019. Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan yaitu tanggal 19 November sampai dengan 13 Desember 2018. Kemudian dilanjutkan penelitian dengan tiga siklus. Pada setiap siklus ini terdapat 2 kali pertemuan sehingga total pertemuan dari siklus I, II, III adalah enam kali pertemuan dengan tindakan bercerita menggunakan media boneka tangan. Adapun rincian waktu dan kegiatan yang akan

digunakan dalam penelitian media bercerita menggunakan boneka tangan untuk mengurangi *SAD* yaitu:

Tabel 1
Matrik Rencana Tindakan

Tahap kegiatan	Waktu	Kegiatan
Kegiatan awal	30 menit	Salam dan berdoa Bercakap-cakap tentang lingkungan sekitar anak yang mencakup tema dan sub tema yang sedang dijalankan Kegiatan bercerita media boneka tangan dilakukan 6 kali dengan pembagian 2 kali tindakan pada setiap siklus. Siklus I tanggal 26 dan 27 Nopember 2018 Siklus II tanggal 3 dan 4 Desember 2018 Siklus III tanggal 10 dan 11 Desember 2018
Kegiatan inti	60 menit	Kegiatan belajar di empat area
Kegiatan akhir	30 menit	Mengulas kegiatan bercerita menggunakan media boneka tangan

b. Persiapan materi penelitian

Persiapan yang dilakukan peneliti yaitu melakukan penyusunan materi dalam bentuk:

1) Membuat Rencana Kegiatan Harian (RKH)

Peneliti membuat materi kegiatan mengacu ada indikator-indikator penelitian. Dalam pelaksanaannya, peneliti bermitra dengan guru kelas. Kegiatan dalam Rencana Kegiatan Harian terdiri dari kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir atau penutup.

2) Menyiapkan sumber naskah cerita yang berbeda dalam setiap siklus

Pada setiap siklus I, siklus II, siklus III setiap naskah cerita memiliki judul dan cerita yang berbeda. Hal tersebut bertujuan agar anak tidak bosan dengan cerita yang disampaikan oleh peneliti.

- 3) Menyiapkan media bercerita boneka tangan yang akan digunakan yaitu dari kain perca dan flannel

Adapun boneka tangan yang dibutuhkan dalam penelitian ini berjumlah 14 buah boneka dengan tokoh karakter yang berbeda. Tokoh karakter boneka tangan yaitu ayah, ibu, anak, jagung, wortel, tomat, ibu semangka, anak semangka, jeruk, anggur, pisang, ulat, lebah, kupu-kupu.



Gambar 3.
Boneka Tangan

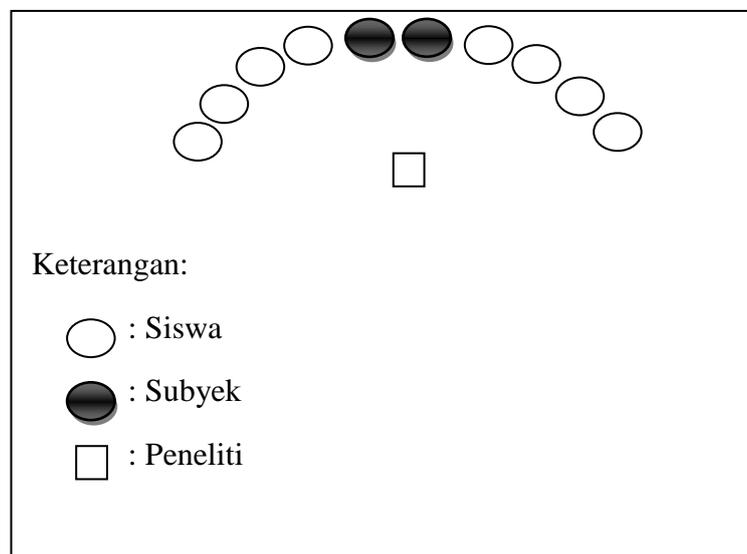
- 4) Memilih kegiatan ke dalam pembukaan, kegiatan inti dan penutup
- 5) Memilih metode yang sesuai dengan kegiatan yang dipilih

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu bercakap-cakap pada kegiatan awal dan model area pada kegiatan inti.

- 6) Memilih alat atau sumber belajar yang menunjang kegiatan penelitian yang akan dilakukan
- 7) Menyusun alat penilaian yang dapat mengukur ketercapaian indikator berupa lembar observasi

Penyusunan penilaian lembar observasi mengacu pada gejala-gejala yang tampak pada anak. Penilaian ini untuk mengukur ketercapaian indikator penelitian.

- 8) Merencanakan penataan lingkungan belajar dan bermain



Gambar. 4
Setting ruang penelitian

Langkah-langkah penyusunan Rencana Kegiatan Harian sesuai Kemendiknas tahun 2010 yaitu:

- a) Memilih indikator yang sesuai dengan Program Semester untuk dimasukkan ke dalam Rencana Kegiatan Harian. Penulisan indikator dalam Rencana Kegiatan Harian diberi keterangan kode lingkup perkembangan dan nomer indikator.
- b) Memilih kegiatan yang sesuai dalam Rencana Kegiatan Harian untuk mencapai indikator yang dipilih dalam Rencana Kegiatan Harian.
- c) Memilih kegiatan dalam pembukaan, kegiatan inti dan penutup. Pada kegiatan ini sesuai dengan tabel 5 di atas.
- d) Memilih sumber belajar yang dapat menunjang kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan.
- e) Merencanakan penataan lingkungan belajar di ruang kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh, Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo.
- f) Memilih dan menyusun alat penilaian yang dapat mengukur ketercapaian indikator. Alat penilaian yang dimaksud berupa lembar observasi dan pedoman wawancara. Penilaian untuk lembar observasi berupa frekuensi yang tampak dalam lima hari setiap minggunya.

c. Persiapan Alat dan Bahan

Peneliti menyiapkan alat dan bahan media boneka tangan yang berbeda-beda disesuaikan dengan karakter cerita yang akan disampaikan dalam pembelajaran. Peneliti menggunakan bahan-bahan yang mudah didapat di sekitar, murah dan aman digunakan oleh anak-anak. Alat dan bahan berupa kain perca, kain flanel warna-warni, gunting, lem tembak, lem bakar, benang wol dan jarum kemudian dijahit menjadi boneka tangan.



Gambar. 5
Alat dan Bahan untuk Boneka Tangan

Peneliti juga menyiapkan naskah cerita yang berbeda-beda pada setiap siklusnya. Naskah cerita tersebut ditulis oleh peneliti sendiridan sudah dikonsultasikan kepada ketua IGTKI Kecamatan Bener. Sehingga naskah cerita dipandang memenuhi kriteria sebuah naskah anak yaitu singkat, alur tidak berbelit-belit, tokoh mudah dipahami, serta menggunakan bahasa sederhana. Berikut judul cerita beserta durasi waktu yang digunakan dalam pelaksanaan pertemuan pada setiap siklus:

Tabel 2
Judul Cerita

No.	Pelaksanaan	Judul	Waktu
1	Siklus I	Aku Anak Hebat	15 menit
		Takut Bertanya	15 menit
2	Siklus II	Aku Si Pemberani	15 menit
		Adi yang Penyabar	15 menit
3	Siklus III	Ulat Bulu yang Kesepian	15 menit
		Koko Anak Mandiri	15 menit

d. Persiapan Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu Lembar Observasi dan Pedoman Wawancara. Lembar Observasi dan Pedoman Wawancara ini berisikan indikator-indikator *SAD*. Peneliti mengkonsultasikan Kisi-kisi Instrumen Penelitian kepada ahli yaitu Ketua Ikatan Guru Taman Kanak-kanak Indonesia (IGTKI) Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo. Adapun instrumen penelitian yang digunakan peneliti sebagai berikut:

1) Lembar Observasi

Peneliti menggunakan Lembar Observasi sebagai instrumen penelitian. Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan secara langsung dan ilmiah untuk mendapatkan data dan informasi terhadap perkembangan anak dalam berbagai situasi dan kegiatan yang dilakukan agar observasi lebih terarah. Observasi dilakukan sebelum tindakan dan pada saat tindakan. Adapun penyusunan lembar observasi dengan memperhatikan

indikator atau gejala *SAD*. Berikut kisi-kisi Lembar Observasi *SAD* dan Pedoman Wawancara *SAD*:

Tabel 3
Kisi-kisi Lembar Observasi *Separation Anxiety Disorder*

Variabel	Aspek	Indikator yang diamati
<i>Separation Anxiety Disorder</i>	Simtom suasana hati	a. Didampingi oleh ibu/pengasuh
		b. Tidak mau bergabung dengan teman dalam kegiatan kelompok
		c. Menangis sulit diredakan
	Simtom kognitif	a. Belum mampu menjawab ketika diberi tugas/pertanyaan
		b. Tergesa-gesa dalam mengerjakan tugas
	Simtom somatik	a. Sering buang air kecil
		b. Keringat berlebih
	Simtom motor	a. Anak tidak tenang di dalam kelas
		b. Tangan anak dingin
		c. Memegang baju ibu/pengasuh

Selanjutnya kisi-kisi lembar observasi akan dijabarkan dalam bentuk lembar observasi yang terlampir.

2) Pedoman Wawancara

Pedoman wawancara disusun oleh peneliti sesuai dengan indikator penelitian. Pedoman wawancara ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar *SAD* yang dimiliki anak. Peneliti menyusun Pedoman Wawancara berupa daftar pertanyaan yang harus dijawab oleh guru kelas B1 dengan cara memberi tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia. Pedoman Wawancara dan Lembar Wawancara dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 4
Pedoman Wawancara *Seperation Anxiety Disorder*

No.	Hal yang ditanyakan
1.	Didampingi oleh ibu/pengasuh
2.	Tidak mau bergabung dengan teman dalam kegiatan kelompok
3.	Menangis sulit diredakan
4.	Belum mampu menjawab ketika diberi tugas/pertanyaan
5.	Tergesa-gesa dalam mengerjakan tugas
6.	Sering buang air kecil
7.	Keringat berlebih
8.	Tidak tenang di dalam kelas
9.	Tangan anak dingin
10.	Memegang baju ibu/pengasuh

Selanjutnya pedoman wawancara akan dijabarkan dalam bentuk lembar wawancara yang terlampir.

2. Pelaksanaan Penelitian

Adapun langkah-langkah dalam penelitian tindakan kelas ini sebagai berikut:

Siklus I

a. Perencanaan Tindakan I

Rencana tindakan dilakukan dengan hasil observasi dalam perencanaan tindakan peneliti melibatkan guru kelas sebagai mitra dalam penelitian.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini sebagai berikut:

- 1) Mempersiapkan data yang diperlukan (data subyek)
- 2) Menyusun perangkat kegiatan meliputi Rencana Kegiatan Harian (RKH) yang akan dilaksanakan bersama guru kelas.
- 3) Menyiapkan metode yang akan dilakukan peneliti yaitu media bercerita boneka tangan.
- 4) Menyiapkan naskah cerita
- 5) Menyiapkan lembar observasi *Separation Anxiety Disorder*
- 6) Menyiapkan lingkungan bermain.

b. Pelaksanaan Tindakan I

Tindakan ini dilakukan dengan menggunakan panduan perencanaan yang telah dibuat sebelumnya, sedangkan dalam pelaksanaan refleksinya fleksibel dan siap diubah sesuai dengan keadaan. Pada pelaksanaan tindakan siklus I ini peneliti memberikan kegiatan media bercerita boneka tangan yang dilaksanakan tanggal

26 dan 27 Nopember 2018 bertempat di ruang kelas B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh berjumlah 15 anak dengan 2 subyek penelitian. Tindakan yang ditempuh berupa pelaksanaan kegiatan bercerita menggunakan media boneka tangan yang digambarkan dalam tabel terlampir.

c. Pengamatan/Observasi I

Pengumpulan data melalui observasi yang dilakukan peneliti dibantu oleh guru kelas. Observasi dilakukan pada siswa kelompok B1 Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh untuk mendapatkan gambaran langsung *SAD*. Pengamatan dilakukan yaitu sebelum kegiatan, selama kegiatan berlangsung dan setelah kegiatan bermain dilakukan. Aspek yang diamati dalam penelitian ini meliputi simtom suasana hati, simtom kognitif, simtom motor, dan simtom somatik. Hasil observasi pada siklus I menyatakan bahwa anak belum dapat menjalin hubungan baik dan akrab dengan peneliti. Subyek belum memahami secara matang cara permainan dilakukan. Sebagian anak belum menguasai permainan yang dilakukan oleh peneliti maka perlu dilakukan pertemuan selanjutnya untuk mencoba permainan kembali pada siklus berikutnya.

d. Refleksi I

Tahapan ini dilakukan untuk mengkaji seluruh tindakan yang telah dilakukan berupa media bercerita boneka tangan. Berdasarkan hasil yang diperoleh kemudian digunakan untuk evaluasi guna

melakukan tindakan selanjutnya. Jika terdapat masalah pada refleksi maka dilakukan proses pengkajian ulang melalui siklus berikutnya. Peneliti juga melakukan evaluasi terhadap proses kegiatan yang dilakukan. Dari refleksi siklus I peneliti menemukan masalah dari hasil penelitian subyek belum memahami secara matang permainan dilakukan pada saat di kelas. Sebagian besar anak belum menguasai permainan yang diarahkan oleh peneliti. Dari hasil tersebut maka peneliti selanjutnya akan melakukan penelitian siklus II.

Siklus II

a. Perencanaan Tindakan II

Rencana tindakan II melakukan revisi dari tindakan siklus I. Bentuk-bentuk rencana tindakan II dimaksudkan untuk memaksimalkan tindakan yang lebih berorientasi pada anak, memberika motivasi dan pengamatan dalam kegiatan media bercerita boneka tangan. Tujuannya membantu anak agar dapat mandiri di kelas atau lingkungan sekitar anak. Kegiatan yang dilakukan pada siklus ini sama dengan yang sudah dilakukan peneliti dan subyek pada siklus I. Untuk setting ruang dalam penelitian siklus II peneliti menggunakan setting ruang yang sama pada setting ruang siklus I.

b. Pelaksanaan Tindakan II

Tindakan pada siklus ini juga dilakukan secara sistematis seperti pada siklus I. Dimulai dari pembukaan, pemanasan, tindakan, dan dilanjutkan kegiatan akhir. Pada pelaksanaan siklus II peneliti

memberikan kegiatan yang sama seperti ada siklus I yaitu bermain menggunakan media bercerita boneka tangan. Siklus II dilaksanakan pada tanggal 3 dan 4 Desember 2018. Adapun matrik tindakan tertera pada tabel terlampir.

c. Pengamatan/Observasi II

Observasi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pencapaian perubahan berkurangnya *SAD* di Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh. Observasi dilakukan pada dua subyek penelitian pada saat sebelum kegiatan, kegiatan berlangsung dan selesai tindakan siklus II. Pada siklus II subyek sudah mulai bisa memahami tentang cerita yang disampaikan karena peneliti membawakan cerita lebih menarik dan atraktif. Akan tetapi masih terdapat kendala subyek tidak ingin jauh dengan figur lekatnya. Subyek meminta figur lekat berada di dekat pintu masuk kelas.

d. Refleksi II

Kendala pada siklus ini adalah subyek tidak ingin ditinggal jauh dari figur lekatnya. Adapun cara mengatasinya yaitu peneliti dalam media boneka tangan dan naskah cerita yang disampaikan lebih menarik dan atraktif. Tujuannya untuk menarik perhatian dan anak mudah memahami isi cerita yang disampaikan. Apabila diketahui belum mencapai target sesuai dengan indikator yang diinginkan maka dilakukan siklus III.

Siklus III

a. Perencanaan Tindakan III

Pada siklus III ini merupakan revisi dari tindakan pada siklus II. Bentuk-bentuk rencana tindakan III dimaksudkan untuk memaksimalkan tindakan yang lebih berorientasi pada anak, memberikan motivasi dan penguatan guna mengurangi SAD. Kegiatan yang dilakukan dan setting ruangan pada tahap ini sama dengan yang sudah dilakukan pada siklus II.

b. Pelaksanaan Tindakan III

Pada tahap ini peneliti melaksanakan proses belajar mengajar sesuai rencana kegiatan harian yang telah dibuat. Siklus III dilaksanakan pada tanggal 10 dan 11 Desember 2018. Tindakan yang ditempuh berupa pelaksanaan bercerita menggunakan media boneka tangan. Berikut Matrik Tindakan pada tabel terlampir.

c. Pengamatan/Observasi III

Pengamatan pada siklus III ini dilaksanakan sama dengan siklus II. Pengamatan dilakukan pada saat sebelum kegiatan, selama kegiatan berlangsung dan setelah kegiatan. Observasi dilakukan untuk mengetahui secara langsung mengenai kekurangan dan kelebihan dari perlakuan tindakan (*treatment*) yang dilakukan dengan ditunjukkan oleh berkurangnya SAD. Pada tahap ini subyek telah mampu bersikap dan perilaku mandiri tanpa didampingi figur lekatnya. Subyek mampu menjawab pertanyaan, mengerjakan pekerjaannya secara mandiri,

memiliki perilaku tenang, dan mau bersosialisasi dengan lingkungan atau teman sebayanya.

d. Refleksi III

Tahapan ini juga guna mengkaji secara menyeluruh tindakan yang telah dilakukan pada siklus III, kemudian data yang sudah terkumpul akan dievaluasi terhadap tindakan yang dilakukan. Dari refleksi III peneliti menemukan bahwa kegiatan bercerita menggunakan boneka tangan sesuai dengan perencanaan dan subyek sudah tidak bergantung pada figur lekat. Maka dari itu peneliti menyimpulkan sudah tidak perlu dilakukan tindakan selanjutnya karena peningkatan subyek sudah sesuai dengan target penelitian.

I. Metode Analisis Data

Tujuan analisis dalam penelitian tindakan kelas ini adalah untuk memperoleh kepastian apakah terjadi perbaikan, peningkatan, atau perubahan sebagaimana yang diharapkan bukan untuk membuat generalisasi atau pengujian teori. Penelitian tindakan kelas ini mengandung campuran data kuantitatif serta data kualitatif. Analisis data kuantitatif dilakukan melalui perhitungan persentase hasil penelitian yang dilakukan sedangkan analisis kualitatif dilakukan berupa hasil observasi lapangan.

Adapun rumus yang digunakan untuk mencari prosentase dalam penelitian ini sebagai berikut (Nasution, 2000: 43):

$$P = \frac{Base\ Rate - Post\ Rate}{Base\ Rate} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase peningkatan

Post rate : Nilai sesudah dilakukan tindakan

Base rate : Nilai sebelum dilakukan tindakan

100 % : Bilangan tetap

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Simpulan teori

- a. *Separation Anxiety Disorder* adalah perilaku takut dan khawatir tanpa sebab yang akan terjadinya sesuatu yang akan datang di masa depan dan berlangsung lama. Kecemasan ini banyak ditemukan pada anak usia dini khususnya kecemasan berpisah dengan ibu. Terdapat gejala anak yang mengalami *SAD* dapat berupa gelisah, menangis berlebihan, sulit tidur, mimpi buruk, sulit makan, gangguan pencernaan, ketidakmauan ditinggal sendiri dan menarik diri.
- b. Bercerita adalah cara bertutur kata untuk menyampaikan pesan atau informasi secara lisan dengan alat peraga atau tanpa alat peraga yang dilakukan seorang atau orang lain untuk menyampaikan suatu isi cerita atau pesan dari sebuah cerita.
- c. Media boneka tangan adalah tiruan dari manusia, hewan atau tanaman yang khusus digunakan dengan cara memasukkan boneka ke dalam tangan dan digerakkan dengan jari, biasanya boneka tangan ini digemari oleh anak-anak usia dini.
- d. Media bercerita boneka tangan untuk mengurangi *SAD* yaitu pemberian tindakan menggunakan cerita boneka tangan untuk mengurangi *SAD* pada siswa Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh. Hal tersebut dikarenakan pada setiap tahun awal

ajaran terjadi kecemasan berpisah anak dengan figur lekatnya. Untuk itu hal tersebut diatasi dengan cara pemberian tindakan bercerita menggunakan media boneka tangan. Peneliti menggunakan boneka tangan karena media boneka memiliki karakter yang lucu dan menarik perhatian anak.

2. Simpulan Penelitian

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang diperoleh dari hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa Media bercerita boneka tangan untuk mengurangi *SAD* pada siswa Taman Kanak-kanak Kuncup Mekar Sukowuwuh dengan bukti sebagai berikut:

- a. Pada kondisi awal, *SAD* kedua subyek dalam kategori tinggi.
- b. Pada subyek 1 mengalami penurunan perilaku *SAD* dari siklus I sebesar 21,7% menurun menjadi 46,6% pada siklus II dan menurun menjadi 79,2% pada siklus III.
- c. Pada subyek 2 mengalami penurunan perilaku *SAD* dari siklus I sebesar 24,2% menurun menjadi 52,4% pada siklus II dan menurun menjadi 86,9% pada siklus III.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan diatas, penulis dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Hendaknya selain memberikan pembelajaran pokok dalam RKH, lembaga memberikan kegiatan atau pembelajaran tentang *SAD* pada

orang tua atau anak, agar orang tua dapat memahami cara penanganan *SAD* yang tepat dan anak dapat memiliki perilaku mandiri.

2. Bagi Pendidik Anak Usia Dini

Hendaknya apabila guru masih menemui anak yang memiliki *SAD* yang tinggi, guru bisa menerapkan kegiatan-kegiatan yang menarik bagi anak. Media bercerita boneka tangan merupakan salah satu metode yang menarik perhatian anak. diharapkan guru dapat mengembangkan metode ini untuk mengurangi *SAD*. Selain itu hendaknya pendidik PAUD memberikan pengertian kepada orang tua bahwa dengan bercerita dapat digunakan untuk mengurangi *SAD* anak, karena bercerita dengan menggunakan media maupun tidak merupakan hal yang digemari anak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya peneliti memperhatikan dan mempertimbangkan kelemahan atau kekurangan yang ada dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agmasari, Silvita. 2014. "Manfaat yang didapat Anak dari Bermain Boneka Tangan." *Kompas*, (17 Juli 2017).
- Barlow, David H. & Durand V, Mark. 2006. *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Daryanto. 2013. *Media pembelajaran*. Yogyakarta. Gava Media
- Ervika, Eka. 2005. "Kelekatan (Attachment) Pada Anak" *Jurnal Penelitian*. Hlm 3-4.
- Figueroa, Ana, & Soutullo, Cesar, dkk. 2012. "Separation Anxiety" *IACAPAP Textbook of Child and Adolescent Mental Health*. Hlm. 2.
- Given, Barbara K. 2007. *Brain-Based Teaching. Merancang kegiatan belajar-mengajar yang melibatkan otak emosional, sosial, kognitif, kinestetis, dan reflektif*. Bandung. PT mizan Pustaka
- Harahap, Lola Wita. 2017. "Meningkatkan Kemampuan Bahasa Dan Kemampuan Berbicara Melalui Metode Bercerita Dengan Menggunakan Media Boneka Tangan" *Prosiding Seminar Nasional*.
- Hasanah Nur. 2013. "Terapi Token Ekonomi Untuk Mengubah Perilaku Lekat Di Sekolah" *Jurnal Penelitian dan Evaluasi*. Vol X. (2), Hlm. 3.
- Hasnida. 2015. *Media Pembelajaran Kreatif "Mendukung Pembelajaran Pada Anak Usia Dini"*. Jakarta Timur. PT Luxima Metro Media
- Istiqomah, A. 2015. "Upaya Meningkatkan Perhatian Anak Melalui Metode Bercerita Dengan Media Boneka Tangan Pada Anak Kelompok A Tk Aba Jogoyudan Yogyakarta" *Jurnal Skripsi*(diterbitkan). Edisi 7 (4). Hlm. 3. UNY
- Izzaty, Rita Eka. 2005. *Mengenal Permasalahan Perkembangan Anak Usia TK*. Jakarta: Depdiknas.
- Juliandri, Ni., Komang., dkk. 2015. "Penerapan Metode Bercerita Dengan Media Boneka Tangan Untuk Meningkatkan Kemampuan Menyimak Pada Anak" *Jurnal Pendidikan*. Vol 3 (1). Hlm. 4.
- Kurniawan, Heru. 2016. *Kreatif Mendongeng untuk Kecerdasan Jamak Anak*. Jakarta. Kencana
- Madyawati, Lilis. 2016. *Strategi Perkembangan Bahasa Pada Anak*. Jakarta: Kencana

- Martini, Ketut,dkk. 2015. “Penerapan Metode Bercerita Berbantuan Media Boneka Tangan Untuk Meningkatkan Keterampilan Berbicara Pada Anak Kelompok B3” *Jurnal Pendidikan*. Vol 3 (1).
- Mashar, Riana. 2015. *Emosi Anak Usia Dini Dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Munajiyah, Kun. 2014. “Efektifitas reinforcement positive untuk mengurangi kecemasan berpisah”. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). UMM
- Nugraha, Ali, & Racmawati, Yeni. 2008. *Metode Pengembangan Sosial Emosional*. Jakarta. Universitas Terbuka
- Padan, Widya H. 2011. ”Efektivitas *Fading* Untuk Meningkatkan Kemampuan Duduk Sendiri Di Kelas Pada Anak Yang Mengalami *Separation Anxiety Disorder* (SAD)” *Jurnal*. Hlm. 110. Universitas Katolik Soegijjapranata
- Puspita,Yulianti Putri, dkk. 2010. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) Pada Siswa Kelas Xii Reguler Sma Negeri 1 Surakarta” *Jurnal*. Hlm. 2-4. UNDIIP
- Rohana, Siti. 2017. “Peningkatan Kecerdasan Interpersnna Pada Anak Melalui Sosial Games”. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan).UMMGL
- Semiun, Yustinus. 2006. *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Triutami, I Gusti Ayu Arry Diah, dkk. (2014). “Penerapan Metode Bercerita Berbantuan Media Boneka Tangan Untuk Meningkatkan Perkembangan Bahasa Pada Anak” *Jurnal Penelitian*. Vol 2 (1). Hlm. 05. Universita Pendidikan Ganesa
- Ulfah, Maria. 2015. *Beragam Gangguan Paling Sering Menyerang Anak*. Jakarta. Flash Books
- Widyawati, Farida. 2016. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Berpisah Pada Anak Usia Dini Di Kelompok Bermain Anak Cerdas Ungaran” *Jurnal PAUD*. Vol 9 (1). Hlm. 10.
- Zainal Aqib. 2008. *Penelitian tindakan kelas*. Yama widya. Bandung.
- Zhifar, Kariba Husnayayyin Azh. 2015. “Kecemasan Sekolah Pada Siswa Taman Kanak-Kanak.” *Skripsi* (Diterbitkan). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Zuarny, Wani. 2012. “Peningkatan Kemampuan Membaca Anak Melalui Permainan Dadu Suku Kata di Taman Kanak-kanak Aisyiyah Agam” *Artikel Pendidikan*. 1 (I). Hlm. 6-7.
- _____,2007. “Kalau Anak Menolak Sekolah” (online) www.anakku.net. (d akses pada tanggal 15 Juni 2017)