

Social Skills-Facilitated Play* untuk Stimulasi Keterampilan Sosial Anak Usia Dini yang Menunjukkan *Reticent Behavior

Social Skills-Facilitated Play to Stimulate Social Skills for Early Childhood Showing Reticent Behavior

Fatin Philia Hikmah^{1*}, Iwan Wahyu Widayat¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia

Naskah masuk 11 April 2023

Naskah diterima 29 Mei 2023

Naskah terbit 31 Mei 2023

Abstract. Reticent behavior is a form of problem that can occur in early childhood caused by a approach-avoidance conflict when they want to play with friends. This research is a single case study that the authors conducted by providing interventions to subjects (the initials AR; age 4.5 years) who demonstrated reticent behavior at school. Reticent behavior shown by AR is caused by a lack of experience interacting with peers due to social restrictions during the Covid-19 pandemic in the 2020-2021. AR has not yet had sufficient experience to hone social skills in interacting with his peers. Therefore, AR requires a stimulation program to accelerate the development of his social skills. The core intervention program for AR is involving AR in Social Skills Facilitated Play, an early intervention program that specifically designed to assist preschool-aged children who exhibit social barriers. After participating in a series of activities in 4 Social Skills Facilitated Play meetings, AR shows positive changes in the development of his social skills.

Keywords: early childhood; group social intervention; reticent behavior; social skills

Abstrak. *Reticent behavior* merupakan salah satu bentuk permasalahan yang dapat terjadi pada anak usia dini yang disebabkan oleh adanya konflik antara emosi ingin sekaligus takut bermain bersama teman. Penelitian ini merupakan studi kasus tunggal yang penulis lakukan dengan cara memberikan intervensi pada subjek (inisial AR; usia 4,5 tahun) yang menunjukkan *reticent behavior* selama di sekolah. *Reticent behavior* yang ditunjukkan AR disebabkan oleh kurangnya pengalaman berinteraksi dengan teman sebaya karena faktor pembatasan sosial selama pandemi covid-19 dalam rentang 2020-2021. AR belum mendapatkan pengalaman yang memadai untuk mengasah keterampilan sosial dalam berinteraksi dengan anak-anak seusianya. Oleh karena itu, AR membutuhkan program stimulasi untuk mengakselerasi perkembangan keterampilan sosialnya. Program intervensi inti untuk AR adalah melibatkan AR dalam *Social Skills Facilitated Play*, sebuah program intervensi awal yang didesain khusus untuk mendampingi anak usia prasekolah yang menunjukkan hambatan sosial. Setelah mengikuti serangkaian aktivitas dalam 4 pertemuan *Social Skills Facilitated Play*, AR menunjukkan perubahan positif dalam perkembangan keterampilan sosialnya.

Kata kunci: anak usia dini; anak pendiam; intervensi sosial kelompok; keterampilan sosial

Reticent behavior adalah salah satu bentuk *nonsocial play* (Coplan et al., 2014). *Nonsocial play* yang dimaksud dalam konteks ini merujuk pada tampilan aktivitas dan perilaku

menyendiri di hadapan mitra bermain potensial lain (Coplan *et al.*, 2014). Ciri khas *reticent behavior* ialah dalam aktivitas menyendiri tersebut anak menunjukkan perilaku yang meliputi *onlooking* (misalnya: mengamati anak lain, namun tidak bergabung) dan *unoccupied behavior* (misalnya: menatap ke luar angkasa, bertanya-tanya tanpa tujuan) (Coplan *et al.*, 1994). Bagi kebanyakan anak, *reticent behavior* berperan sebagai jembatan antara bermain sendirian dan bermain dengan orang lain. Namun, beberapa anak tidak dapat melanjutkan melampaui tahap menonton awal. Dari perspektif motivasional, *reticent behavior* dikonseptualisasikan sebagai indikator dari *approach-avoidance conflict* pada konteks sosial (Coplan *et al.*, 2004 sebagaimana dikutip dalam Coplan *et al.*, 2014). Asendorpf (1990) menjelaskan bahwa konflik motivasional ini muncul ketika anak secara simultan ingin (*high social approach motivation*) dan takut (*high social avoidance motivation*) ketika memulai interaksi sosial.

Frekuensi kemunculan *reticent behavior* di antara teman sebaya diyakini merefleksikan bahwa seorang anak terjebak dalam konflik ini: tertarik terhadap anak lain, namun tidak mampu memulai kontak sosial secara aktif (Coplan *et al.*, 2004). Sederhananya, anak kecil yang paling sering menunjukkan sikap pendiam di antara teman sebaya akhirnya bermain sendiri karena mengalami ketakutan dan kecemasan sosial. *Reticent behavior* juga mungkin muncul bersamaan dengan perilaku yang dapat diamati yang mengindikasikan kecemasan seperti menarik rambut, mengisap jari, dan menangis (Coplan *et al.*, 1994; Coplan *et al.*, 2004).

Anak yang sering menunjukkan perilaku *non social play* jenis ini nampak sendirian karena mereka sangat malu dan merasa cemas secara sosial untuk memulai dan mempertahankan interaksi dengan teman sebaya. Bentuk *nonsocial play* seperti ini cukup umum muncul pada masa kanak-kanak awal, yang mana menurut beberapa studi akan nampak pada 20% waktu selama waktu bermain bebas dengan teman sebaya yang tidak familiar baginya (Coplan *et al.*, 2014) dan antara 10-15% waktu selama masa bermain bebas dengan teman sekolah yang familiar (Coplan *et al.*, 2014). *Reticent behavior* yang melebihi persentase yang umum tersebut berpotensi membuat anak mengalami hambatan dalam interaksinya dengan teman sebaya. Padahal, salah satu fungsi yang paling penting dari kelompok teman sebaya ialah menyediakan sumber informasi dan perbandingan tentang dunia di luar keluarga (Santrock, 2019). Anak menerima timbal balik tentang kemampuan yang mereka miliki dan kelompok sebaya. Anak mengevaluasi apa yang mereka lakukan dibandingkan dengan yang dilakukan oleh teman sebayanya (apakah lebih baik, sama baiknya, atau lebih buruk). Penilaian semacam ini sulit dilakukan di rumah karena saudara kandung biasanya lebih tua atau lebih muda.

Reticent behavior yang ditunjukkan oleh anak usia dini tidak dapat dijadikan satu-satunya indikator untuk menyimpulkan bahwa anak tersebut mengalami permasalahan yang serius atau gangguan tertentu. Namun, *reticent behavior* atau yang dalam literatur bahasa Indonesia mirip dengan sikap pemalu pada anak usia dini dapat membawa dampak negatif seperti: membuat anak kesulitan untuk bergaul, berkomunikasi, dan beradaptasi

dengan lingkungannya; serta membuat orang tua dan guru kurang menyadari potensi atau bakat yang sebenarnya dimiliki oleh anak tersebut (Oktariana & Nurfajani, 2021).

Meninjau urgensi perkembangan sosial-emosional yang optimal di masa usia dini, maka diperlukan usaha-usaha untuk pengujian dan pelaporan terkait program yang dapat dilakukan untuk melakukan stimulasi. Beberapa studi terdahulu menunjukkan bahwa ada beberapa alternatif intervensi yang dapat dipilih untuk membantu optimalisasi perkembangan anak usia dini yang menunjukkan hambatan sosial; seperti misalnya memberikan pelatihan yang melibatkan orang tua dan anak (Barstead *et al.*, 2018; Lau *et al.*, 2017) dan memberikan terapi awal berbasis bermain (R. J. Coplan *et al.*, 2010). Namun, pada penelitian ini penulis memilih terapi awal berbasis bermain yang oleh Coplan *et al.* (2010) disebut dengan *Social Skills Facilitated Play*. Pemilihan ini mempertimbangkan kondisi dan kesiapan orang tua maupun guru untuk mengikuti program intervensi. Selain itu, *Social Skills Facilitated Play* yang mana memberikan kesempatan bagi anak dengan *reticent behavior* untuk mencoba dalam *setting* yang mirip dengan *setting* di sekolah, diasumsikan sesuai dengan kasus subjek dalam penelitian ini, AR, yang menunjukkan *reticent behavior* dikarenakan kurangnya pengalaman dalam berinteraksi dengan teman sebaya.

Social Skills Facilitated Play merupakan program intervensi awal berbasis keterampilan sosial yang didesain khusus untuk mendampingi anak usia prasekolah yang menunjukkan hambatan sosial. Program ini pertama kali dikembangkan dan diuji oleh Coplan *et al.* (2010) dengan melibatkan 22 anak usia prasekolah yang menunjukkan hambatan sosial yang ekstrem. Coplan *et al.* (2010) melakukan eksperimen dengan 2 kelompok: 1) anak-anak yang mendapatkan *Social Skills Facilitated Play* dan 2) kelompok yang tidak mendapatkan *Social Skills Facilitated Play* sebagai kelompok kontrol. Coplan *et al.* (2010) mengadakan 8 sesi *Social Skills Facilitated Play* dengan durasi 1 jam per pertemuan. Setiap pertemuan terdiri dari 5 menit untuk bermain bebas tidak terstruktur, 10 menit sesi melingkar, 40 menit bermain bebas dengan pendampingan fasilitator, dan 5 menit aktivitas sosial positif yang terstruktur.

Pada studi pengembangan dan pengujian tersebut, dibandingkan dengan kelompok kontrol, anak-anak yang sangat terhambat yang berpartisipasi dalam program ini menunjukkan penurunan *socially wary behaviors* (Coplan *et al.*, 2010). Perilaku ini mencakup *reticent behavior* dan *solitary behavior*, interaksi dengan guru, dan kecemasan yang nampak. Anak-anak prasekolah yang terhambat pada kelompok intervensi tidak hanya mengalami penurunan *social wary behaviors* yang lebih besar secara signifikan, tetapi mereka juga mengalami penurunan yang signifikan dalam perilaku sosial dan kompeten secara sosial, dibandingkan dengan rekan-rekan mereka di kelompok kontrol. Perilaku-perilaku ini mencakup bermain kelompok, percakapan dengan teman sebaya, inisiasi sosial yang dilakukan kepada teman sebaya, dan emosi positif selama bermain dengan teman sebaya.

Laporan penerapan *Social Skills Facilitated Play* baru dilakukan oleh pencetusnya sendiri (Coplan *et al.*, 2010) dalam konteks negara barat. Studi tersebut telah direplikasi pada konteks budaya timur oleh Li *et al.* (2016) sebagai intervensi awal untuk anak

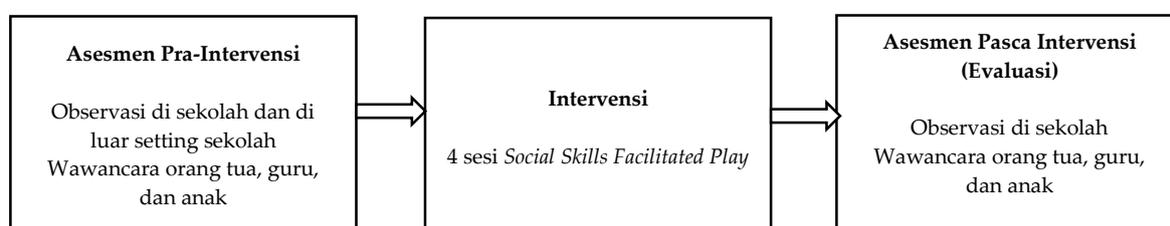
prasekolah yang menunjukkan sikap pemalu yang ekstrim di China. Berdasarkan studi tersebut, diperoleh hasil bahwa anak pemalu di kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan frekuensi interaksi dengan teman sebaya dan perilaku prososial selama sesi bermain bebas dengan teman sebaya yang baru dan menunjukkan kompetensi sosial-komunikatif yang lebih baik selama tugas berbicara. Oleh karena itu, pengujian dan pelaporan pelaksanaan program intervensi awal *Social Skills Facilitated Play* ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih literatur pada bidang psikologi pendidikan dan perkembangan serta sebagai salah satu rujukan bagi para praktisi untuk melakukan optimalisasi perkembangan anak usia dini.

Metode

Penelitian ini merupakan studi kasus tunggal terhadap seorang anak usia dini yang berdasarkan observasi dan wawancara awal yang penulis lakukan, anak tersebut menunjukkan *reticent behavior* selama di sekolah. Subjek dalam penelitian ini disebut dengan inisial AR. AR adalah anak laki-laki berusia 4 tahun 6 bulan. AR merupakan siswa kelas TK A di sebuah TK swasta di Malang. Berikut merupakan gambaran desain penelitian.

Gambar 1.

Desain Penelitian



Asesmen pra dan pasca intervensi dilakukan dengan cara melakukan observasi dan intervensi dalam *setting* luar sekolah dan *setting* sekolah pada saat jam pembelajaran maupun jam bermain bebas dengan mengacu pada teori seputar *non social play* secara umum dan *reticent behavior* secara khusus. Menurut guru AR, selama 3 bulan pembelajaran tatap muka terbatas, AR belum pernah nampak menjalin interaksi 2 arah dengan teman sebaya. AR hanya mau berinteraksi 2 arah dengan guru, nampak sering menangis di pagi hari, dan tidak mau bermain di *playground*. Berdasarkan informasi tersebut, penulis meminta izin kepada orang tua AR dengan memberikan *informed consent* tentang hak dan kewajiban antara penulis dengan AR dan orang tuanya.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan, pada pagi hari, AR nampak cemberut ketika diantar oleh orang tuanya dan selama kegiatan belajar dan bermain di sekolah AR cenderung menyendiri atau menjauh dari kerumunan teman-temannya. Kemudian, berdasarkan wawancara yang penulis lakukan terhadap guru, orang tua, dan AR sendiri;

sejak awal masuk sekolah, AR memang cenderung pendiam. Namun, setelah sekolah berlangsung 1,5 bulan, AR mengalami peristiwa di sekolah yang mana pada saat itu AR merasa dimarahi oleh teman padahal ia meyakini bahwa dirinya tidak bersalah. Sejak kejadian itu, AR sempat tidak mau masuk sekolah selama 2 pekan (selama tatap muka terbatas, AR masuk 2 kali dalam 1 pekan). Kemudian, meskipun selanjutnya AR kembali mau untuk dibujuk masuk sekolah, AR sering menangis di rumah pada pagi hari ketika ia harus berangkat sekolah dan nampak cemberut selama kegiatan di sekolah selama kurang lebih 2 jam. AR juga tidak mau bermain di *playground* dan menghindari kerumunan. Ketika di sekolah, AR nyaris tidak pernah menjalin interaksi dua arah dengan teman sebayanya secara verbal maupun non-verbal. AR mengisi waktunya dengan memperhatikan sekitarnya sambil menunjukkan ekspresi cemberut atau tidak tertarik. Kalaupun AR nampak tersenyum melihat apa yang dilakukan oleh teman (hal ini sangat jarang terjadi), akhirnya AR tidak melakukan atau mengatakan apapun karena merasa ragu-ragu.

AR yang sebelum masuk sekolah, hanya berinteraksi dengan ayah, ibu, kakak-kakak yang selisih usianya dengan AR minimal 8 tahun, serta rekan kerja orang tuanya; serta kondisi pandemi dengan aturan pembatasan sosial yang cukup ketat dalam rentang 2020-2021 membuat AR belum mendapatkan pengalaman yang memadai untuk mengasah keterampilan sosial dalam berinteraksi dengan anak-anak seusianya. Oleh karena itu, AR membutuhkan program stimulasi untuk mengakselerasi perkembangan keterampilan sosialnya dalam menghadapi situasi sosial yang lebih menantang, yaitu pada saat berhadapan dengan anak-anak seusianya yang notabene aktif secara fisik dan cara berpikirnya masih sangat egosentris.

Program intervensi inti untuk AR adalah melibatkan AR dalam *Social Skills Facilitated Play*, sebuah program intervensi awal yang oleh Coplan *et al.* (2010) yang didesain khusus untuk mendampingi anak usia prasekolah yang menunjukkan hambatan sosial. Dikarenakan tren pandemi Covid-19 yang menunjukkan indikasi bahwa angka kasus Covid-19 akan melonjak kembali, serta untuk mempermudah mencari partisipan yang akan bermain bersama AR dalam program intervensi ini, penulis melakukan pemampatan jumlah pertemuan dari yang awalnya 8 pertemuan menjadi 4 pertemuan. Berikut ini merupakan target dan rincian aktivitas dalam 4 pertemuan *Social Skills Facilitated Play* yang diikuti oleh AR.

Tabel 1.

Penjabaran Aktivitas Setiap Sesi

Pertemuan Ke-...	Target	Durasi	Aktivitas Inti
1	<ul style="list-style-type: none"> - Mengetahui dan mempraktekkan cara untuk meminta izin bergabung kepada sepasang teman yang sedang asyik bermain. - Mengetahui dan mempraktekkan kontak mata saat berbicara dengan teman. 	60 menit	<ul style="list-style-type: none"> - Penulis menyambut orang tua dan anak-anak yang datang. Penulis mengajak anak-anak yang sudah datang masuk ke ruang bermain dan mempersilahkan mereka untuk menggunakan mainan yang tersedia di ruangan tersebut. - Penulis mengajak anak-anak untuk bernyanyi “Siapa namamu, siapa namamu. Hai kawanku. Namaku ... Namaku ... Salam kenal, salam kenal.” - Penulis menyajikan cerita menggunakan wayang kertas tentang anak-anak yang baru bertemu di sekolah dan saling berkenalan. Penulis menyajikan tentang apa yang sebaiknya diucapkan jika ingin berkenalan, apa yang sebaiknya diucapkan jika ingin bergabung dengan teman yang sedang asyik bermain, dan tentang membangun kontak mata. - Penulis mempersilakan anak-anak untuk bermain bersama. - Penulis memberikan <i>prompting</i> kepada anak-anak untuk berani menerapkan apa yang sudah didengarkan dari cerita. - Penulis mengajak anak-anak membereskan mainan. - Penulis mengajak anak-anak bermain tebak hewan. - Penulis memberikan hadiah kepada semua anak dengan sebelumnya menyebutkan alasan mengapa mereka mendapatkan hadiah.

Tabel 1. (Lanjutan)

Penjabaran Aktivitas Setiap Sesi

Pertemuan Ke-...	Target	Durasi	Aktivitas Inti
2	<ul style="list-style-type: none"> - AR mengetahui dan mempraktekkan cara untuk menanyakan nama teman, mengajak teman bermain, dan berbagi rasa suka. - AR mengetahui dan mempraktekkan menanyakan nama teman, mengajak teman bermain, dan berbagi rasa suka. 	60 menit	<ul style="list-style-type: none"> - Penulis menyambut anak-anak dan orang tua yang datang. - Penulis mengajak anak-anak untuk masuk ke ruang bermain. Penulis memberikan kesempatan kepada orang tua untuk membujuk anak yang tidak mau ditinggal. - Penulis mengajak anak-anak bernyanyi untuk mengingat kembali nama-nama teman yang hadir. "Siapa namamu, siapa namamu. Hai kawanku. Namaku ... Namaku ... Salam kenal, salam kenal." - Penulis menyajikan cerita menggunakan wayang kertas tentang anak-anak yang menanyakan nama teman dan mengajak teman bermain. - Penulis mempersilakan anak-anak untuk bermain bebas. - Penulis memberikan prompting kepada anak-anak untuk berani menerapkan apa yang sudah didengarkan dari cerita. - Penulis mengajak anak-anak membereskan mainan. - Penulis memberikan hadiah kepada semua anak dengan sebelumnya menyebutkan alasan mengapa mereka mendapatkan hadiah.
3	<ul style="list-style-type: none"> - AR mengetahui bahwa ketika AR merasa takut untuk pergi ke sekolah, AR dapat mengurangi rasa takut dengan mengatur nafas dan bercerita kepada ibu. 	60 menit	<ul style="list-style-type: none"> - Penulis menyambut anak-anak dan orang tua yang datang. - Penulis mengajak anak-anak untuk masuk ke ruang bermain. Penulis memberikan kesempatan kepada orang tua untuk membujuk anak yang tidak mau ditinggal. - Penulis mengajak anak-anak untuk mengikuti aktivitas gerak dan lagu untuk pemanasan dan tes konsentrasi, "Buka...tutup...buka...tutup...pegang hidung...(dst).

Tabel 1. (Lanjutan)

Penjabaran Aktivitas Setiap Sesi

Pertemuan Ke-...	Target	Durasi	Aktivitas Inti
3	<ul style="list-style-type: none"> - AR dapat mempraktekkan teknik mengatur nafas. 	60 menit	<ul style="list-style-type: none"> - Penulis dan asisten menampilkan teater boneka tentang bebek kecil yang takut pergi ke sekolah, dan kemudian si bebek kecil mendapatkan nasehat dari ibunya tentang menerima perasaan takut serta cara untuk mengatasinya. - Di tengah-tengah proses bercerita, penulis mengajak anak-anak untuk mempraktekkan teknis mengatur nafas. - Penulis mempersilakan anak-anak untuk bermain bebas. - Penulis memberikan prompting kepada anak-anak untuk berani menerapkan apa yang sudah didengarkan dari cerita. - Penulis memberikan pujian kepada setiap anak (satu per satu) atas keberanian anak bergabung dalam kegiatan (penutup).
4	<ul style="list-style-type: none"> - AR mengetahui cara mengatasi perasaan takut ketika akan mengajak teman bermain. - AR mengetahui cara mengatasi perasaan kecewa jika ternyata teman tidak mau diajak bermain. 	60 menit	<ul style="list-style-type: none"> - Penulis menyambut anak-anak dan orang tua yang datang. - Penulis mengajak anak-anak untuk masuk ke ruang bermain. - Penulis memberikan kesempatan kepada orang tua untuk membujuk anak yang tidak mau ditinggal. - Penulis mengajak anak-anak untuk menyanyikan lagu dengan tema emosi. - Penulis mengajak anak-anak bermain menggunakan topeng emosi. - Penulis bercerita menggunakan boneka tangan tentang seorang anak yang ingin mengajak temannya bermain. - Penulis bertanya kepada anak-anak tentang apa yang dirasakan ketika akan mengajak teman bermain. - Penulis bertanya kepada anak-anak tentang apa yang bisa dilakukan jika anak-anak merasa takut saat akan mengajak teman bermain.

Tabel 1. (Lanjutan)

Penjabaran Aktivitas Setiap Sesi

Pertemuan Ke...	Target	Durasi	Aktivitas Inti
			<ul style="list-style-type: none"> - Penulis memeragakan cara mengajak teman bermain (mendekati, menepuk pundak, berbicara dengan suara yang jelas). - Penulis memeragakan teknik tarik nafas dan afirmasi positif melalui peran boneka tangan. - Penulis memeragakan menggunakan boneka tangan peristiwa teman yang menolak diajak main. - Penulis bertanya kepada anak-anak tentang apa yang mereka rasakan jika teman tidak mau diajak main. - Penulis mengajak anak-anak berdialog tentang apa yang bisa dilakukan ketika merasa sedih karena teman tidak mau diajak main. - Penulis mengajak anak-anak untuk <i>roleplay</i> mengajak teman bermain, namun teman yang bersangkutan tidak mau diajak main. - Kegiatan mewarnai gambar wajah macam-macam emosi.

Setelah sesi *Social Skills Facilitated Play* berakhir, penulis memberikan psikoedukasi kepada orang tua dalam bentuk penjelasan tertulis yang berisi tentang aktivitas yang diikuti oleh anak, naskah cerita yang dibacakan, dan rekomendasi untuk orang tua guna melanjutkan prinsip-prinsip yang sudah dibahas di sesi intervensi sampai pada konteks luar intervensi. Selain itu, penulis menyampaikan progres selama sesi intervensi. Stimulasi tambahan juga dilakukan di kelas, misalnya dengan meminta AR agar kalau bermain tidak membelakangi teman, meminta AR bergabung bersama teman, dan mendorong AR untuk lebih memilih bertanya kepada teman daripada selalu bertanya kepada guru. Kemudian, untuk mengevaluasi hasil intervensi, penulis melakukan observasi di sekolah serta wawancara guru kelas dan orang tua AR.

Hasil

Setelah sesi *Social Skills Facilitated Play* berakhir, penulis memberikan psikoedukasi kepada orang tua dalam bentuk penjelasan tertulis yang berisi tentang aktivitas yang diikuti oleh anak, naskah cerita yang dibacakan, dan rekomendasi untuk orang tua guna melanjutkan prinsip-prinsip yang sudah dibahas disesi intervensi sampai pada konteks luar intervensi.

Selain itu, penulis menyampaikan progres selama sesi intervensi. Stimulasi tambahan juga dilakukan di kelas, misalnya dengan meminta AR agar kalau bermain tidak membelakangi teman, meminta AR bergabung bersama teman, dan mendorong AR untuk lebih memilih bertanya kepada teman daripada selalu bertanya kepada guru. Kemudian, untuk mengevaluasi hasil intervensi, penulis melakukan observasi di sekolah serta wawancara guru kelas dan orang tua AR. Berikut evaluasi dari intervensi tersebut.

Tabel 2.
Hasil Evaluasi Intervensi

Sebelum	Sesudah
Ketika ada kesempatan untuk bermain di <i>playground</i> , AR menolak ikut bermain. AR memilih duduk diam di luar wilayah <i>playground</i> .	AR mau bermain di <i>playground</i> .
Ketika menunggu penjemput sepulang sekolah, AR hanya diam di teras sekolah.	Ketika menunggu penjemput sepulang sekolah, AR bermain bersama teman di dalam sekolah atau di area <i>playground</i> .
AR berpikir bahwa AR tidak dapat bergabung dengan teman yang sedang asyik bermain bersama.	AR mengetahui kata-kata yang harus diucapkan jika ingin bergabung bermain dengan teman. AR menghafal kata-kata ini dan mengulangi mengucapkannya pada sesi-sesi lanjutan setelah ucapan ini diajarkan.
AR berpikir bahwa bermain sendirian itu seru.	AR mengetahui bahwa bermain akan menjadi lebih seru jika ada teman yang membersamai.
AR merasa takut mengajak teman bermain bersama karena takut ditolak.	AR mengetahui cara mengatasi rasa takut yang muncul saat akan mengajak teman bermain dan mengatasi rasa kecewa jika ternyata teman yang bersangkutan tidak mau diajak main. AR dapat mempraktekkan cara ini pada setting SST-FP.
AR menangis setiap pagi sebelum berangkat sekolah karena khawatir akan dimarahi teman.	AR mau menerapkan teknik mengatur nafas ketika merasa takut saat akan berangkat sekolah. AR masih tetap cemberut saat akan berangkat sekolah, namun sudah tidak menangis (intensitas ketakutan berkurang).

Diskusi

Penulis telah melakukan serangkaian asesmen dan intervensi untuk mendalami sekaligus menangani AR yang menunjukkan *reticent behavior* selama di sekolah. Berikut merupakan analisis dan diskusi berdasarkan hasil asesmen dan intervensi yang telah penulis lakukan terhadap AR. Faktor utama yang menyebabkan AR menunjukkan *reticent behavior* adalah AR kurang mendapatkan stimulasi untuk melakukan interaksi sosial dengan teman yang sebaya dengannya. Selama 1,5 tahun pandemi Covid-19, AR hanya berinteraksi dengan keluarga dan orang-orang yang usianya jauh lebih tua dibandingkan dirinya. Ketika di rumah, kakak-kakak AR yang sudah memasuki masa remaja dan dewasa awal serta orang tua AR selalu siap sedia memberikan pertolongan kapanpun AR membutuhkan bantuan. Lingkungan luar rumah yang AR akses pun hanya lembaga tempat ibunya bekerja, yang mana di sana orang-orang juga sangat memperhatikan kesejahteraan psikologis AR.

Dampak *lockdown* selama pandemi terhadap perkembangan psikososial anak usia dini telah diteliti melalui beberapa studi. Berdasarkan studi Egan *et al.* (2021) terhadap 506 orang tua dari anak berusia 1-10 tahun yang harus menjalani kegiatan bermain dan belajar secara daring pada masa awal pandemi Covid-19 pada Mei dan Juni 2020, diketahui bahwa *lockdown* membuat anak kehilangan lingkungan pengasuhan yang disediakan oleh lembaga pendidikan anak, yang mana di sana dapat menstimulasi perkembangan sosio-emosional anak, serta struktur dan rutinitas. Akhirnya, anak menunjukkan masalah-masalah seperti tantrum, kecemasan, terlalu melekat pada anggota keluarga di rumah, kebosanan, dan kurang stimulasi. Kemudian, berdasarkan studi Amiliya dan Giantara (2021) yang melakukan telaah literatur sistematis terhadap berbagai jurnal tentang dampak pandemi Covid-19 terhadap pendidikan anak usia dini, diketahui bahwa dampak psikologis yang dialami oleh anak usia dini yang mengalami masa *lockdown* akibat Covid-19 antara lain: menimbulkan rasa cemas, stres, depresi, gangguan perhatian, perilaku dan emosi yang kurang terkontrol, komunikasi yang rendah, kurangnya interaksi sosial, dan kehilangan hubungan dengan teman-teman.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang penulis lakukan pada saat AR berada di sekolah dan di kantor Ibu AR, nampak bahwa AR sebenarnya memiliki keterbukaan untuk menjalin relasi interpersonal, namun AR mengalami *approach-avoid conflict*, yang mana ketakutan untuk mendekat (*avoid*) lebih besar, sehingga AR akhirnya tidak memberikan respons apapun (Coplan *et al.*, 2004 dalam Coplan *et al.*, 2014). Maka dari itu, AR yang sebenarnya memiliki keterbukaan untuk menjalin relasi interpersonal membutuhkan stimulasi untuk optimalisasi perkembangan sosial-emosionalnya.

Setelah mengikuti program *Social Skills Facilitated Play* sebanyak 4 kali pertemuan bersama anak usia dini lain yang dilaporkan oleh orang tua dan guru sebagai anak yang pendiam atau pemalu di sekolah, AR menunjukkan perkembangan dalam hal keterampilan sosial dan menjadi jarang menunjukkan *reticent behavior* khususnya ketika di sekolah. *Social Skills Facilitated Play* dapat menjadi program yang efektif untuk mengatasi

masalah *reticent behavior* pada anak usia dini yang kurang memiliki pengalaman berinteraksi dengan teman sebaya karena beberapa hal. Pertama, karena aktivitas dalam *Social Skills Facilitated Play* berbasis pada kegiatan bercerita dan bermain. Hal ini sesuai dengan kecenderungan anak usia dini yang menyukai bermain dan cerita. Berbagai studi sebelumnya pun telah mengungkap bahwa metode intervensi yang berbasis pada bermain dan bercerita dapat menjadi cara yang efektif untuk membantu meningkatkan kompetensi sosial anak usia dini (Aksoy & Baran, 2020; Nicolopoulou *et al.*, 2015; Pekdogan, 2016). Kemudian, Loukatari *et al.*, (2019) menguji dampak program kegiatan bermain terstruktur terhadap perkembangan keterampilan sosial siswa TK selama jam istirahat di taman bermain sekolah. Program tersebut berisi aneka permainan kelompok yang melalui permainan tersebut anak belajar tentang menerima perasaan sedih dan mengontrol rasa marah, berusaha menerima teman yang beragam. Dibandingkan dengan kelompok kontrol, anak yang mengikuti program tersebut selama 4 minggu terdapat peningkatan keterampilan sosial yang signifikan secara statistik.

Kedua, melalui program *Social Skills Facilitated Play*, AR mendapatkan pengalaman interaksi yang lebih menantang daripada lingkungan keluarga, sekaligus nampak lebih aman daripada lingkungan sekolah yang siswanya beragam guna belajar mempraktekkan komunikasi sosial dengan teman sebaya. Pada level tantangan yang demikian, AR dihadapkan pada konflik-konflik yang masih bisa ia atasi sekaligus menjadi sarana untuk mengasah keterampilan emosinya, yang mana kurang efektifnya proses regulasi emosi juga merupakan salah satu faktor yang berperan di balik *reticent behavior* yang dinampakkan oleh anak, sebab berbagai studi telah membuktikan bahwa regulasi emosi memainkan peran kunci dalam kemampuan anak untuk mengelola tuntutan dan konflik yang mereka hadapi dalam berinteraksi dengan orang lain (Santrock, 2019). Level menantang yang menengah ini dibutuhkan akan membuat anak lebih mudah mempersepsikan adanya penerimaan teman sebaya untuknya. Adanya sesi ketika AR mendapatkan pengetahuan tentang cara-cara yang tepat untuk membangun interaksi dengan teman sebaya sekaligus adanya pengalaman yang membangun keyakinan AR tentang kemampuan dirinya menandakan bahwa *Social Skills Facilitated Play* dapat mendukung efektifnya proses belajar karena faktor kognitif dan sosial yang terpenuhi. Salah satu faktor dalam model belajar Bandura, yang mana itu ditekankan beberapa tahun belakangan ini ialah *self-efficacy*, yaitu suatu keyakinan bahwa diri dapat menguasai sebuah situasi dan menciptakan hasil yang positif (Santrock, 2019).

Lingkungan bermain dengan teman sebaya dalam lingkaran *Social Skills Facilitated Play* yang AR dapatkan membangun adanya persepsi penerimaan oleh teman sebaya. Berdasarkan studi Coplan *et al.* (2014) diketahui bahwa preferensi *solitary play* memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan persepsi penerimaan teman. Coplan *et al.* (2014) juga menemukan bahwa pada anak yang mengalami level eksklusi yang lebih tinggi dari teman memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap preferensi untuk

melakukan *solitary play*. Sementara itu, pada anak dengan level eksklusi dari teman sebaya yang lebih rendah efek ini lebih lemah.

Selain adanya pengalaman emosional diterima oleh teman sebaya, intervensi yang diberikan cukup efektif untuk mengatasi masalah *reticent behavior* yang ditunjukkan oleh AR ialah karena dalam proses intervensi, AR belajar tentang beberapa keterampilan komunikasi yang biasanya AR sulit lakukan (misalnya: membangun kontak mata, meminta izin bergabung ketika teman sedang asyik bermain, menanyakan nama teman, mengajak teman bermain, dan berbagi rasa suka) melalui observasi, praktek menirukan, serta mendapatkan umpan balik dari fasilitator. Karakteristik-karakteristik yang mana modeling keterampilan sosial tersebut terjadi memenuhi beberapa faktor yang mempengaruhi efektivitas modeling yang meliputi (Bandura, 1977): 1) kompleksitas perilaku yang dicontohkan harus sesuai dengan level perkembangan atau kemampuan subjek, 2) subjek harus memperhatikan model perilaku yang dicontohkan dengan seksama agar dapat mempelajarinya secara tepat. Selain itu, 4 proses kunci dalam *observational learning* menurut Bandura yakni atensi, retensi, produksi, dan motivasi (Santrock, 2018) juga terpenuhi. Prinsip-prinsip tersebut dapat terpenuhi melalui 4 tahapan *Social Skills Facilitated Play* yang telah dikembangkan oleh Coplan *et al.* (2010), yaitu adanya proses pengajaran dengan cara yang menyenangkan dan adanya praktek dengan disertai bantuan dan umpan balik dari fasilitator.

Unsur yang sama dari kegiatan bersama dalam *setting* nyata tersebut mendukung anak untuk melakukan proses belajar melalui pengamatan, yang mana hal tersebut telah dibuktikan pada beberapa studi dapat menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan perilaku prososial pada anak usia dini (Ma *et al.*, 2018). Setelah melakukan pengamatan, yakni contoh yang diberikan melalui metode bercerita, anak melakukan praktek langsung pada *setting* yang nyata dengan bantuan berupa *prompting* dari fasilitator. *Prompting* merupakan salah satu metode untuk mengajarkan keterampilan baru, yakni untuk meningkatkan kemungkinan seseorang akan menunjukkan perilaku yang benar pada waktu yang tepat (Miltenberger, 2016). Fungsi pemberian *prompt* adalah memberikan contoh perilaku yang benar, sehingga kemudian bisa diberikan *reinforcement* untuk menguatkan perilaku yang benar tersebut. Pemberian *prompting* dapat membuat proses belajar menjadi lebih efisien, karena AR dapat lebih cepat mengetahui contoh performa yang diharapkan.

Faktor di balik *reticent behavior* yang sering ditunjukkan oleh anak dapat pula karena anak memiliki tempramen yang memang membuatnya harus mengerahkan usaha lebih untuk dapat membangun interaksi sosial yang adaptif dengan lingkungan sosialnya. Faktor tempramen ini membuat anak mungkin membutuhkan bantuan atau waktu yang lebih banyak untuk bisa membangun interaksi yang lebih aktif dengan lingkungan sosialnya. Sebuah studi mengungkap bahwa anak usia dini yang memiliki tempramen *shy* dan sekaligus menunjukkan ketergantungan yang sangat tinggi terhadap guru memiliki kompetensi sosial yang lebih lemah dibandingkan anak dengan tempramen *shy* yang

ketergantungannya kepada guru lebih rendah (Sette *et al.*, 2014). Kemudian, berdasarkan studi Sette *et al.* (2019), *shyness* memprediksi *peer difficulties* (mendapatkan penolakan, menjadi korban perlakuan tidak menyenangkan), yang mana akhirnya dapat menyebabkan munculnya *self-conscious emotions* seperti perasaan bersalah dan malu. Namun, tempramen tidak serta merta menjadi satu-satunya faktor yang mempengaruhi kompetensi sosial anak. Studi Chen *et al.* (2014) mengungkap bahwa tempramen *behavioral inhibition* dapat memprediksi *shyness* dan kompetensi sosial pada anak dengan dukungan maternal yang lemah. Hubungan ini menjadi tidak signifikan pada anak dengan dukungan maternal yang tinggi. Hasil ini mengindikasikan tentang peranan pengasuhan dan tempramen terhadap keterampilan sosial anak usia dini. Selain itu, penerimaan oleh teman sebaya dapat menjadi faktor protektif untuk menurunkan kemungkinan anak yang cenderung malu, ragu, dan cemas untuk bermain sendiri dan menurunkan kemungkinan anak yang cenderung bermain sendiri untuk menunjukkan masalah eksternalisasi (Sette *et al.*, 2017).

Oleh karena itu, faktor-faktor di luar kurangnya stimulasi menjadi catatan penting bagi peneliti maupun praktisi lainnya, yakni jenis intervensi awal yang berisi pemberian stimulasi ini belum tentu memberikan dampak yang persisten pada semua anak, meskipun sama-sama menunjukkan *reticent behavior*, karena bisa jadi faktor penyebab di baliknya berbeda. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi faktor-faktor yang melatarbelakangi munculnya *reticent behavior* pada anak usia dini beserta intervensi yang sesuai.

Kesimpulan

Social Skills Facilitated Play yang telah diadaptasi ini dapat menjadi program yang efektif untuk intervensi anak usia dini yang mengalami hambatan sosial, khususnya yang disebabkan oleh kurangnya stimulasi. Keterlibatan anak dalam *Social Skills Facilitated Play* merupakan pengalaman positif yang membuat anak berani mencoba berinteraksi dengan anak seusianya meskipun pada konteks sosial yang berbeda. Namun, pada anak usia dini yang penyebab hambatan sosialnya disertai dengan faktor lain seperti tempramen atau keterbatasan fisik dan/atau biologis yang dapat membatasi mobilitas anak tersebut atau faktor tempramen yang cenderung menetap, sehingga anak cenderung membutuhkan waktu lebih lama dibandingkan anak lainnya dalam membangun interaksi interpersonal yang dekat, maka dibutuhkan pendekatan lain sebagai tambahan sesuai dengan kebutuhan dan kondisi anak tersebut. Pendekatan lain tersebut diperlukan bukan untuk membuat anak berubah menjadi individu yang sepenuhnya berbeda, namun agar anak dengan kecenderungannya dapat beradaptasi sehingga kebutuhannya untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial dapat dioptimalkan.

Saran

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian tentang pengaruh *Social Skills Facilitated Play* terhadap keterampilan sosial anak dengan melibatkan anak usia dini yang faktor penyebab hambatan sosialnya bukan karena stimulasi yang kurang. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mempertimbangkan faktor tempramen anak untuk mengoptimalkan hasil dari pemberian intervensi.

Pernyataan

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Klinik Psikologi Beloved Kanti yang telah menjadi penanggung jawab lapangan serta menyediakan sarana dan prasarana dalam proses pelaksanaan kegiatan penelitian (*Social Skills Facilitated Play*).

Pendanaan

Sumber dana untuk pelaksanaan dan publikasi penelitian berasal dari penulis sendiri tanpa bantuan pihak luar.

Kontribusi Penulis

FPH dan IWW bekerja sama untuk merancang dan melaksanakan kegiatan asesmen, intervensi, dan penyusunan laporan penelitian.

Konflik Kepentingan

Proses penelitian ini mulai dari penentuan topik, pengumpulan data awal, pengumpulan data inti, analisis data, dan proses pengambilan kesimpulan bebas dari konflik kepentingan apapun.

Orcid ID

Fatin Philia Hikmah <https://orcid.org/0009-0002-5757-3726>

Iwan Wahyu Widayat <https://orcid.org/0009-0004-1595-5018>

Daftar Pustaka

- Aksoy, P., & Baran, G. (2020). The effect of story telling-based and play-based social skills training on social skills of kindergarten children: An experimental study. *Egitim ve Bilim-Education and Science*, 45(204), 157-183. <https://doi.org/10.15390/EB.2020.8670>.
- Amiliya, R., & Giantara, F. (2021). Dampak pandemi Covid pada anak usia dini. *Al-Abyadh*, 4(2), 116-125. <https://doi.org/10.46781/al-abyadh.v4i2.385>.
- Asendorpf, J. B. (1990). Development of Inhibition during childhood: evidence for situational specificity and a two-factor model. *Developmental Psychology*, 26(5), 721-730. <https://doi.org/10.1037/%2F0012-1649.26.5.721>.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>.

- Barstead, M. G., Danko, C. M., Chronis-Tuscano, A. O'Brien, K. A., Coplan, R. J., & Rubin, K. H. (2018). Generalization of an early intervention for inhibited preschoolers to the classroom setting. *Journal of Child and Family Studies*, 27(9), 2943-2953. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1142-0>
- Chen, X., Zhang, G., Liang, Z., Zhao, S., Way, N., Yoshikawa, H., & Deng, H. (2014). Relations of behavioural inhibition with shyness and social competence in chinese children: Moderating effects of maternal parenting. *Infant and Child Development*, 23, 343-352. <https://doi.org/10.1002/icd.1852>
- Coplan, R. J., Schneider, B. H., Matheson, A., & Graham, A. (2010). "Play skills" for shy children: Development of a social skills facilitated play early intervention program for extremely inhibited preschoolers. *Infant and Child Development*, 19(3), 223-237. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1002/icd.668>.
- Coplan, R. J., Rubin, K. H., Fox, N. A., Calkins, S. D., & Stewart, S. L. (1994). Being Alone, playing alone, and acting alone: Distinguishing among reticence and passive and active solitude in young children. *Child Development*, 65(1), 129-137. <https://doi.org/10.2307/1131370>.
- Coplan, R. J., Prakash, K., O'Neil, K., & Armer, M. (2004). Do you "want" to play? Distinguishing between conflicted shyness and social disinterest in early childhood. *Developmental Psychology*, 40(2), 244-258. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.2.244>
- Coplan, Robert J., Ooi, L. L., Rose-Krasnor, L., & Nocita, G. (2014). 'I want to play alone': Assessment and correlates of self-reported preference for solitary play in young children. *Infant and Child Development*, 23, 229-238. <https://doi.org/10.1002/icd.1854>
- Egan, S. M., Pope, J., Moloney, M., Hoyne, C., & Beatty, C. (2021). Missing early education and care during the pandemic: The socio-emotional impact of the COVID-19 crisis on young children. *Early Childhood Education Journal*, 49(5), 925-934. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01193-2>.
- Calkins, S. D., & Perry, N. B. (2016). The development of emotion regulation: Implications for child adjustment. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental Psychopathology: Maladaptation and Psychopathology* (pp. 187-242). John Wiley & Sons, Inc.. <https://doi.org/10.1002/9781119125556.devpsy306>
- Lau, E. X., Rapee, R. M., & Coplan, R. J. (2017). Combining child social skills training with a parent early intervention program for inhibited preschool children. *Journal of Anxiety Disorders*, 51(August), 32-38. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.08.007>
- Li, Y., Coplan, R. J., Wang, Y., Yin, J., Zhu, J., Gao, Z., & Li, L. (2016). Preliminary evaluation of a social skills training and facilitated play early intervention programme for extremely shy young children in China. *Infant and Child Development*, 25(6), 565-574. <https://doi.org/10.1002/icd.1959>
- Loukatari, P., Matsouka, O., Papadimitriou, K., Nani, S., & Grammatikopoulos, V. (2019). The effect of a structured playfulness program on social skills in kindergarten children. *International Journal of Instruction*, 12(3), 237-252. <https://doi.org/10.29333/iji.2019.12315a>
- Ma, F., Heyman, G. D., Jing, C., Fu, Y., Compton, B. J., Xu, F., & Lee, K. (2018). Promoting honesty in young children through observational learning. *Journal of Experimental Child Psychology*, 167, 234-245. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2017.11.003>
- Miltenberger, R. G. (2016). *Behavior modification: Principles and procedures (6th ed.)*. Cengage

Learning.

- Nicolopoulou, A., Cortina, K. S., Ilgaz, H., Cates, C. B., & de Sá, A. B. (2015). Using a narrative- and play-based activity to promote low-income preschoolers' oral language, emergent literacy, and social competence. *Early Childhood Research Quarterly, 31*, 147-162. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2015.01.006>
- Oktariana, R., & Nurfajani. (2021). Analisis permasalahan anak pemalu pada anak usia 5-6 tahun di TK FKIP UNSYIAH Banda Aceh. *Jurnal Hurriah: Jurnal Evaluasi Pendidikan dan Penelitian, 2*(3), 67-82. <https://doi.org/10.24114/jbrue.v6i2.23214>
- Pekdogan, S. (2016). Investigation of the effect of story-based social skills training program on the social skill development of 5-6 year-old children. *Egitim ve Bilim, 41*(183), 305-318. <https://doi.org/10.15390/EB.2016.4618>
- Santrock, J. W. (2018). *Educational psychology (6th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development: Seventeenth edition*. Mc-Graw Hill Education.
- Sette, S., Baldwin, D., Zava, F., Baumgartner, E., & Coplan, R. J. (2019). Shame on me? Shyness, social experiences at preschool, and young children's self-conscious emotions. *Early Childhood Research Quarterly, 47*, 229-238. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.12.012>
- Sette, S., Baumgartner, E., & Schneider, B. H. (2014). Shyness, child-teacher relationships, and socio-emotional adjustment in a sample of italian preschool-aged children. *Infant and Child Development, 23*, 323-332. <https://doi.org/10.1002/icd.1859>
- Sette, S., Zava, F., Baumgartner, E., Baiocco, R., & Coplan, R. J. (2017). Shyness, unsociability, and socio-emotional functioning at preschool: The protective role of peer acceptance. *Journal of Child and Family Studies, 26*(4), 1196-1205. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0638-8>