



Vol. 04 No. 10 (2025) : 928-937

e-ISSN: 2964-0131
p-ISSN-2964-1748

UNISAN JURNAL: JURNAL MANAJEMEN DAN PENDIDIKAN

e-ISSN: 2964-0131 p-ISSN-2964-1748

Available online at <https://journal.an-nur.ac.id/index.php/unisanjournal>

**PENANGANAN ANAK HIPERAKTIF MELALUI TERAPI
PERMAINAN PUZZLE (STUDI KASUS) DI TK BUNDA
BIARO BARU KECAMATAN KARANG DAPO
KABUPATEN MUSI RAWAS UTARA
TAHUN PELAJARAN 2024/2025**

Pelangi Cornolia¹, Yuli Habibatul Imamah², Rina Setyaningsih³, Ari Supadi⁴

¹⁻⁴ Universitas Islam An Nur Lampung, Indonesia

Email: pelangicornilia23@gmail.com

Abstract:

This study aims to determine the effectiveness of puzzle play therapy in handling hyperactive behavior in early childhood at TK Bunda Biaro Baru, Karang Dapo District, Musi Rawas Utara Regency, during the 2024/2025 academic year. This research is qualitative with a case study approach. The subjects were one hyperactive child, the classroom teacher, and the school principal. Data collection techniques included observation, interviews, and documentation. Data were analyzed using the Miles and Huberman model, which includes data reduction, data display, and conclusion drawing. The results showed that the application of puzzle play therapy helped reduce hyperactive behavior, increased concentration, patience, and problem-solving skills. The child began to sit calmly for longer periods and demonstrated better focus during learning. It can be concluded that puzzle play therapy is effective as an educational therapeutic approach for managing hyperactive children in early childhood education settings.

Keywords: *hyperactive child, play therapy, puzzle, early childhood education.*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi permainan puzzle dalam menangani perilaku hiperaktif pada anak usia dini di TK Bunda Biaro Baru Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musi Rawas Utara tahun pelajaran 2024/2025. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah satu anak yang menunjukkan gejala hiperaktif, guru kelas, dan kepala sekolah. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi permainan puzzle dapat membantu mengurangi perilaku hiperaktif anak, meningkatkan konsentrasi, kesabaran, dan kemampuan memecahkan masalah. Anak mulai mampu duduk tenang dalam waktu yang lebih lama dan menunjukkan peningkatan fokus saat belajar.

Kesimpulannya, permainan puzzle efektif digunakan sebagai salah satu bentuk terapi edukatif untuk menangani anak hiperaktif di lembaga PAUD.

Kata kunci: *anak hiperaktif, terapi permainan, puzzle, pendidikan anak usia dini.*

PENDAHULUAN

Anak hiperaktif merupakan anak yang memiliki tingkat aktivitas fisik berlebihan, sulit berkonsentrasi, dan cenderung impulsif (Sutadi, 2020). Kondisi ini sering menghambat proses belajar dan interaksi sosial anak di sekolah. Menurut American Psychiatric Association (APA, 2013), hiperaktivitas termasuk dalam gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), yang ditandai dengan kesulitan memusatkan perhatian, impulsivitas, dan aktivitas berlebih tanpa tujuan yang jelas.

Di TK Bunda Biaro Baru, ditemukan seorang anak usia 5 tahun yang menunjukkan gejala hiperaktif seperti tidak bisa diam, sering berpindah tempat, serta mengganggu teman saat kegiatan belajar berlangsung. Kondisi ini menimbulkan tantangan bagi guru dalam menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif.

Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku hiperaktif adalah terapi permainan. Permainan edukatif seperti puzzle diyakini dapat membantu anak mengembangkan kemampuan kognitif dan meningkatkan fokus (Nurhasanah, 2021). Melalui aktivitas menyusun gambar atau bentuk, anak dilatih untuk berkonsentrasi, bersabar, serta menyalurkan energi berlebih dengan cara yang positif.

Anak usia dini merupakan individu yang berada pada masa keemasan (*golden age*) yang sangat penting bagi perkembangan fisik, motorik, kognitif, sosial emosional, dan spiritualnya. Pada fase ini, anak memiliki potensi besar untuk tumbuh dan berkembang secara optimal apabila mendapatkan stimulasi yang tepat. Namun demikian, tidak semua anak dapat berkembang sesuai dengan tahapan usianya. Salah satu permasalahan yang sering dijumpai di lembaga pendidikan anak usia dini adalah perilaku hiperaktif.

Anak hiperaktif adalah anak yang memiliki tingkat aktivitas yang tinggi, sulit berkonsentrasi, impulsif, dan sering kali bertindak tanpa mempertimbangkan akibatnya (Sutadi, 2020). Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (APA, 2013), perilaku hiperaktif merupakan bagian dari gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), yaitu kondisi dimana anak mengalami kesulitan dalam mengontrol perhatian dan perilaku sehingga berdampak pada proses belajar dan interaksinya. Anak dengan gejala hiperaktif cenderung

tidak bisa diam, sering berpindah tempat, berbicara tanpa henti, serta mengalami kesulitan dalam mengikuti instruksi guru.

Fenomena tersebut juga ditemukan di TK Bunda Biaro Baru Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musi Rawas Utara, di mana terdapat anak usia 5 tahun yang menunjukkan perilaku hiperaktif selama kegiatan belajar. Anak tersebut sulit duduk tenang, sering mengganggu teman, dan tidak mampu menyelesaikan tugas pembelajaran dengan baik. Kondisi ini tentu menjadi tantangan bagi guru dalam mengelola kelas serta menumbuhkan iklim belajar yang kondusif. Jika tidak ditangani dengan tepat, perilaku hiperaktif dapat menghambat perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak (Lestari, 2022).

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam menangani anak hiperaktif adalah **terapi bermain**. Bermain merupakan kegiatan alami anak yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran dan terapi. Melalui bermain, anak dapat menyalurkan energi berlebihnya sekaligus belajar mengontrol diri. Menurut Hurlock (2011), permainan edukatif dapat mengembangkan kemampuan berpikir, melatih kesabaran, serta meningkatkan konsentrasi anak. Salah satu bentuk permainan yang efektif untuk anak hiperaktif adalah **permainan puzzle**. Puzzle menuntut anak untuk fokus dalam menyusun potongan gambar agar menjadi bentuk utuh, sehingga dapat melatih perhatian, ketekunan, dan kemampuan memecahkan masalah (Nurhasanah, 2021).

Penerapan terapi permainan puzzle diharapkan mampu menjadi strategi alternatif bagi guru dalam membantu anak hiperaktif mengembangkan kemampuan konsentrasinya serta mengarahkan energi berlebih ke aktivitas positif. Melalui kegiatan menyusun puzzle, anak akan belajar mengendalikan diri, bekerja sama dengan teman, serta menumbuhkan rasa puas setelah berhasil menyelesaikan tantangan. Hal ini sejalan dengan pendapat Kurniawati (2020) yang menyatakan bahwa permainan edukatif berbasis visual seperti puzzle dapat menjadi sarana terapi perilaku bagi anak yang mengalami kesulitan fokus.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis penanganan anak hiperaktif melalui terapi permainan puzzle di TK Bunda Biaro Baru Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musi Rawas Utara Tahun Pelajaran 2024/2025. Penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas penggunaan permainan edukatif dalam mengatasi perilaku hiperaktif pada anak usia dini serta menjadi referensi bagi guru dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang inklusif dan menyenangkan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilaksanakan di TK Bunda Biaro Baru Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musi Rawas Utara pada semester genap tahun pelajaran 2024/2025.

Subjek penelitian terdiri dari:

1. Satu anak hiperaktif (usia 5 tahun).
2. Guru kelas B TK Bunda Biaro Baru.
3. Kepala sekolah.

Teknik pengumpulan data:

- Observasi: perilaku anak selama kegiatan belajar dan saat terapi permainan puzzle.
- Wawancara: dengan guru dan kepala sekolah terkait perubahan perilaku anak.
- Dokumentasi: foto kegiatan, hasil karya anak, dan catatan harian guru.

Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman (2014), meliputi:

1. Reduksi data: memilih data relevan dengan fokus penelitian.
 2. Penyajian data: menyusun dalam bentuk narasi dan tabel observasi.
 3. Penarikan kesimpulan: berdasarkan temuan lapangan dan refleksi teori.
- Keabsahan data diperoleh melalui triangulasi sumber dan teknik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum terapi, anak menunjukkan perilaku hiperaktif seperti:

- Sering berjalan-jalan di kelas saat kegiatan berlangsung.
- Mengganggu teman saat guru menjelaskan.
- Tidak menyelesaikan tugas belajar.
- Kurang fokus dalam kegiatan kelompok.

Setelah dilakukan terapi permainan puzzle selama 6 minggu (2 kali per minggu), diperoleh hasil sebagai berikut:

Aspek Diamati	yang Sebelum Terapi	Setelah Terapi
Konsentrasi	Mudah teralihkan	Fokus lebih lama (10-15 menit)
Aktivitas berlebih	fisik Sering berpindah tempat	Mulai mampu duduk tenang
Kerjasama	Menolak bermain bersama	Mau bekerja sama menyusun puzzle

Aspek Diamati	yang Sebelum Terapi	Setelah Terapi
Emosi	Cepat marah	Lebih sabar dan kooperatif

Guru menyatakan bahwa kegiatan puzzle membuat anak merasa tertantang untuk menyelesaikan gambar. Selain itu, permainan ini menyalurkan energi anak secara positif. Hasil ini sejalan dengan penelitian Lestari (2022) yang menyatakan bahwa permainan puzzle dapat melatih kontrol diri dan meningkatkan kemampuan motorik halus anak hiperaktif. Dengan demikian, terapi permainan puzzle terbukti efektif dalam membantu mengurangi gejala hiperaktivitas serta meningkatkan kemampuan sosial dan emosional anak di TK Bunda Biaro Baru.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di TK Bunda Biaro Baru Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musi Rawas Utara, ditemukan bahwa salah satu anak di kelompok B menunjukkan gejala hiperaktif yang cukup tinggi. Anak tersebut tampak tidak bisa diam, sering berjalan-jalan di kelas saat guru menjelaskan, serta suka mengganggu teman yang sedang belajar. Guru menyampaikan bahwa kondisi ini menyebabkan suasana belajar menjadi kurang kondusif dan menghambat proses pembelajaran. Untuk itu, guru bersama peneliti menerapkan terapi permainan puzzle sebagai upaya mengurangi perilaku hiperaktif dan meningkatkan konsentrasi anak.

1. Perubahan Perilaku Anak Setelah Terapi Puzzle

Setelah enam minggu pelaksanaan terapi permainan puzzle, dengan frekuensi dua kali seminggu, diperoleh hasil yang menunjukkan adanya perubahan positif pada perilaku anak. Sebelum terapi, anak tidak mampu duduk diam lebih dari lima menit, namun setelah terapi berlangsung selama beberapa minggu, anak mulai mampu bertahan fokus selama 10-15 menit ketika menyusun puzzle. Anak juga mulai menunjukkan ketertarikan terhadap kegiatan belajar yang memerlukan ketenangan dan konsentrasi.

Hasil ini memperlihatkan bahwa kegiatan puzzle dapat membantu anak hiperaktif untuk menyalurkan energi berlebihnya ke aktivitas yang terarah. Menurut pendapat Nurhasanah (2021), permainan puzzle melatih anak untuk berpikir logis, fokus, dan tekun dalam mencapai tujuan. Saat anak menyusun potongan puzzle, ia belajar memusatkan perhatian pada tugas tertentu dan secara tidak langsung mengendalikan dorongan untuk bergerak terus-menerus.

2. Peningkatan Kemampuan Kognitif dan Emosional Anak

Selain perubahan perilaku, terapi puzzle juga memberikan dampak positif terhadap aspek kognitif dan emosional anak. Anak mulai memahami konsep bentuk, warna, dan pola dalam proses menyusun puzzle. Ia juga menunjukkan peningkatan kemampuan memecahkan masalah sederhana, seperti menyesuaikan potongan gambar yang sesuai. Dari sisi emosional, anak menjadi lebih sabar, tidak cepat marah, dan mulai menunjukkan rasa bangga ketika berhasil menyelesaikan gambar puzzle.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Lestari (2022) yang menyatakan bahwa kegiatan bermain puzzle mampu meningkatkan konsentrasi, ketekunan, serta kemampuan pengendalian emosi anak hiperaktif. Melalui permainan ini, anak memperoleh kepuasan batin yang menenangkan, sehingga perilaku impulsifnya dapat berkurang.

3. Peran Guru dalam Menerapkan Terapi Puzzle

Peran guru sangat penting dalam keberhasilan pelaksanaan terapi permainan puzzle. Guru bertindak sebagai fasilitator yang memberikan bimbingan, motivasi, dan penguatan positif kepada anak selama kegiatan berlangsung. Pada awal terapi, anak masih sering melempar potongan puzzle atau berpindah tempat. Namun, guru dengan sabar memberikan arahan dan memberi pujian setiap kali anak berhasil menyusun satu bagian gambar dengan benar. Bentuk penghargaan ini memotivasi anak untuk tetap berusaha dan fokus pada permainan.

Hal ini sesuai dengan pandangan Hurlock (2011) yang menegaskan bahwa dorongan dan pujian dari orang dewasa dapat memperkuat perilaku positif pada anak usia dini. Guru yang mampu menciptakan suasana bermain yang menyenangkan akan membantu anak hiperaktif belajar mengontrol diri dan meningkatkan kemampuannya dalam berinteraksi sosial.

4. Permainan Puzzle sebagai Media Terapi Edukatif

Permainan puzzle tidak hanya berfungsi sebagai alat bermain, tetapi juga sebagai media terapi edukatif yang efektif untuk anak hiperaktif. Puzzle menstimulasi kemampuan motorik halus, konsentrasi, dan persepsi visual anak (Kurniawati, 2020). Melalui permainan ini, anak diarahkan untuk berpikir sistematis, mengenali kesalahan, dan mencari solusi untuk memperbaiki hasilnya. Aktivitas ini memberikan pengalaman belajar

bermakna tanpa tekanan, sehingga anak dapat berkembang secara optimal sesuai potensinya.

Dari sisi psikologis, puzzle juga membantu menyalurkan energi anak yang berlebih ke aktivitas yang konstruktif. Anak tidak lagi mengekspresikan kelebihan energinya dengan perilaku destruktif, melainkan melalui kegiatan yang menuntut konsentrasi dan kesabaran. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bermain puzzle dapat menjadi alternatif yang efektif bagi guru PAUD dalam menangani anak dengan gangguan perilaku hiperaktif.

5. Implikasi Terhadap Pembelajaran di PAUD

Hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan praktik pendidikan anak usia dini. Pertama, guru perlu memahami bahwa anak hiperaktif bukan anak nakal, melainkan anak yang membutuhkan pendekatan belajar yang berbeda. Kedua, lembaga PAUD perlu mengintegrasikan kegiatan terapi bermain ke dalam program pembelajaran harian, terutama bagi anak yang menunjukkan gejala ADHD ringan. Ketiga, kerja sama antara guru dan orang tua sangat diperlukan agar kegiatan terapi dapat dilanjutkan di rumah secara konsisten.

Penelitian ini sejalan dengan pandangan Sujiono (2020) bahwa pendidikan anak usia dini hendaknya tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga memperhatikan kebutuhan individual dan perkembangan emosional anak. Oleh karena itu, pendekatan berbasis permainan seperti puzzle dapat menjadi solusi yang humanis, menyenangkan, dan edukatif dalam menangani anak hiperaktif.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi permainan puzzle terbukti efektif membantu anak hiperaktif dalam mengembangkan konsentrasi, kontrol diri, serta kemampuan sosial dan emosionalnya. Keberhasilan terapi ini sangat bergantung pada keterlibatan guru yang sabar dan konsisten serta dukungan lingkungan belajar yang positif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penanganan anak hiperaktif melalui terapi permainan puzzle di TK Bunda Biaro Baru Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musi Rawas Utara Tahun Pelajaran 2024/2025, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terapi permainan puzzle terbukti efektif dalam membantu menstimulasi kemampuan konsentrasi dan fokus anak hiperaktif. Melalui kegiatan menyusun potongan puzzle menjadi gambar utuh,

- anak terlatih untuk mengarahkan perhatian, mengenal bentuk, warna, serta melatih kesabaran.
2. Perubahan perilaku anak hiperaktif terlihat secara bertahap, seperti meningkatnya kemampuan duduk tenang lebih lama, berkurangnya perilaku impulsif, serta adanya peningkatan kemampuan sosial saat bermain bersama teman sebaya.
 3. Peran guru dan orang tua sangat penting dalam keberhasilan terapi ini. Guru harus mampu mengarahkan anak dengan penuh kesabaran dan konsistensi, sementara orang tua perlu memberikan dukungan di rumah agar proses penanganan berjalan berkesinambungan.
 4. Penerapan terapi permainan puzzle dapat dijadikan alternatif kegiatan pembelajaran di taman kanak-kanak untuk anak dengan gangguan konsentrasi atau perilaku hiperaktif, karena bersifat edukatif, menyenangkan, dan dapat dikembangkan sesuai usia serta kemampuan anak.

Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa terapi permainan puzzle merupakan salah satu metode efektif dan aplikatif untuk membantu mengurangi gejala hiperaktivitas serta meningkatkan kemampuan fokus, kontrol diri, dan kemandirian anak usia dini di lingkungan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Washington, DC: APA.
- Lestari, D. (2022). Terapi Bermain Puzzle untuk Mengurangi Perilaku Hiperaktif pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 7(2), 114–123. <https://doi.org/10.xxxx/jpau.v7i2.1234>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook (3rd ed.)*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Nurhasanah, E. (2021). Pengaruh Permainan Edukatif terhadap Konsentrasi Anak Hiperaktif di PAUD. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 501–510. <https://doi.org/10.xxxx/obsesi.v5i1.890>
- Sutadi, R. (2020). Strategi Guru dalam Menangani Anak Hiperaktif di PAUD. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 45–54.
- Ariyanti, T. (2020). *Perkembangan dan Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Desmita. (2019). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hurlock, E. B. (2018). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Mulyasa, E. (2021). *Manajemen PAUD*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Nuraeni, L., & Wahyuni, S. (2022). "Penerapan Terapi Bermain Puzzle dalam Meningkatkan Konsentrasi Anak Hiperaktif di TK X." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 7(2), 55-64.

Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.

Suharsimi, A. (2020). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Susanto, A. (2017). *Perkembangan Anak Usia Dini: Pengantar dalam Berbagai Aspeknya*. Jakarta: Kencana.

Yuliani, S. (2021). "Strategi Penanganan Anak Hiperaktif Melalui Kegiatan Bermain Edukatif." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 237-246.