

STRATEGI GURU DALAM MENDUKUNG ANAK DENGAN KECEMASAN SOSIAL

Salwa Airin Mayyadah¹, Miratul Hayati²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta

Koresponding Email : salwaairinm@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan sosial adalah perasaan yang muncul dalam individu yang bersifat tidak nyaman karena adanya orang lain dalam situasi tersebut, sehingga muncul perasaan malu yang ditandai dengan perilaku yang janggal atau kaku, dan adanya kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi guru dalam menangani anak dengan kecemasan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data model Miles & Huberman yang terdiri dari 4 tahapan diantaranya pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data. Hasil penelitiannya yaitu strategi yang digunakan guru dalam menangani anak dengan kecemasan sosial di RA Nurul Iman Arhanud, ditemukan bahwa pendidik memakai beberapa strategi dalam menangani anak dengan rasa cemas yaitu, guru membuat perencanaan pembelajaran untuk anak dengan kecemasan sosial, selanjutnya guru menggunakan metode pembelajaran tertentu terhadap anak dengan kecemasan sosial, yang ketiga guru menciptakan suasana kelas yang aman dan nyaman serta membangun hubungan positif dan suportif terhadap anak dengan kecemasan sosial, yang keempat guru menggunakan media belajar yang menarik dan bervariasi terhadap anak dengan kecemasan sosial, dan yang terakhir guru membuat penilaian perkembangan untuk anak dengan kecemasan sosial.

Kata Kunci: strategi guru, kecemasan sosial, anak usia dini.

ABSTRACT

Social anxiety is a feeling that arises in individuals who are uncomfortable because of the presence of other people in the situation, so that a feeling of shame appears which is characterized by rigid behavior, and a tendency to avoid social interaction. The purpose of this study is to find out teachers' strategies in dealing with children with social anxiety. This study uses a qualitative approach with a descriptive method. Data collection was carried out through observation, interview and documentation techniques. The data analysis used in this study is the data analysis of the Miles & Huberman model which consists of 4 stages including data collection, data reduction, data presentation, and data verification. The results of the research are strategies used by teachers in dealing with children with social anxiety at RA Nurul Iman Arhanud, it was found that educators use several strategies in dealing with children with anxiety, namely, teachers make learning plans for children with social anxiety, then teachers use certain learning methods for children with social anxiety, third, teachers create a safe and comfortable classroom atmosphere and build positive relationships and Supportive of children with social anxiety, the fourth teacher uses interesting and varied learning media for children with social anxiety, and the last teacher makes developmental assessments for children with social anxiety.

Keywords: teacher strategy, social anxiety, early childhood.

PENDAHULUAN

Masa anak usia dini berada pada tahap perkembangan yang sangat pesat. Montessori dalam Hainstock,

menyatakan bahwa pada rentang usia 0-6 tahun anak mengalami masa keemasan (*the golden years*) yang merupakan masa di mana anak mulai peka untuk

menerima berbagai rangsangan (Selvia and Nurachadjat 2023). Masa peka adalah masa terjadinya kematangan fungsi fisik dan psikis anak yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan. Memberikan rangsangan atau stimulasi sejak dini sangatlah penting agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terbantu dengan baik.

Dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa sebesar 40% perkembangan manusia terjadi satu kali pada usia dini. Maka pemberian stimulasi sangat mempengaruhi bagaimana seseorang akan bertumbuh dan berkembang (Talango 2020). Salah satu macam perkembangan anak yaitu perkembangan psikososial. Perkembangan psikososial pada masa anak mengungkap bagaimana anak-anak beradaptasi dengan orang lain, dan juga mempengaruhi cara anak dalam bersosialisasi terhadap lingkungan sekitar.

Menurut Hurlock perkembangan sosial merupakan suatu proses dimana anak belajar mengenal dirinya sendiri dan orang lain untuk membangun relasi dan pertemanan (Madyawati and Nurjannah 2020). Seperti yang kita ketahui bahwa pengalaman sosial anak, yang di mulai dalam keluarga akan mempengaruhi kehidupannya di masa mendatang (Aminah, I., Novianti and Tobing 2023). Apabila orangtua maupun lingkungan tidak dapat memberikan stimulasi yang tepat, maka anak dapat mengalami rasa cemas dan menjadi tidak

percaya diri ketika berada di lingkungan sosialnya.

Anak-anak dapat mengeksplorasi pengalaman dengan cara mengamati, meniru, dan bereksperimen berulang kali (Fatwa et al. 2022). Manusia adalah makhluk sosial yang selalu terlibat dalam interaksi dan hubungan dengan sesama. Oleh karena itu, perkembangan sosial merupakan elemen penting dalam perkembangan anak usia dini. Perkembangan sosial yang positif akan membantu anak diterima oleh lingkungan sosialnya dan menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain.

Tidak jarang, banyak anak masih takut menjalin hubungan sosial dengan orang lain dan teman sebaya. Anak-anak sangat rentan mengalami kecemasan ketika menghadapi lingkungan atau situasi baru atau bertemu dengan orang-orang yang dianggap asing. Namun, tidak semua anak takut menjalin hubungan sosial. Ada anak yang cepat dalam menjalin hubungan sosial, ada juga anak yang lambat menjalin hubungan sosial. Anak-anak yang lambat atau takut berhadapan dengan orang lain berisiko mengalami kecemasan sosial (Purwandari et al. 2022).

Kecemasan sosial pada anak disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu disebabkan oleh faktor lingkungan sosial yang kurang baik. Faktor lingkungan anak pernah mengalami hal yang memalukan, dan mendapatkan tindakan yang kurang menyenangkan saat bersosialisasi

dilingkungan membuat anak menjadi cemas, pemalu dan takut dengan pandangan orang lain terhadap dirinya (Edison et al. 2023). Sehingga hal tersebut membuat anak mengalami kecemasan sosial, menjadi tidak percaya diri, dan menarik diri dari lingkungan sosial.

Hal ini penting untuk menumbuhkan keberanian anak, dengan memberikan motivasi agar mereka terus mencari pengetahuan baru dengan pengawasan orang tua (Novena Rony, Daud, and Nur Hidayat 2024). Untuk mencapai tujuan ini, pendidik memberikan pilihan dan menjelaskan konsekuensi yang mungkin terjadi dari setiap pilihan yang diambil. Di sekolah atau taman kanak-kanak, kemauan anak perlu didengarkan dan dikondisikan. Guru harus lebih teliti dan sabar dengan memberikan berbagai pilihan dan membicarakannya dengan seksama setiap kali anak dihadapkan pada situasi penting (Ardiana 2022). Semua ini bertujuan agar anak dapat membuat keputusan secara mandiri dan belajar dari konsekuensi keputusan yang diambilnya.

Penting untuk mengurangi kecemasan yang dialami anak cenderung lebih senang bermain sendiri dan enggan bersosialisasi. Tanda-tanda anak yang mengalami kecemasan sosial dapat dikenali dari sifat dan karakteristik mereka yang menjadi pasif, kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, dan bahkan mungkin menunjukkan ketakutan ketika berada di lingkungan yang baru (Oktamarina et al.

2022). Oleh karena itu, guru memiliki peran yang sangat penting dalam membantu mereka mengatasi dan mengurangi tingkat kecemasan yang dialami oleh anak. Sebagai pendidik, mereka diharapkan menjadi contoh teladan dan memberikan pengaruh positif kepada anak-anak yang mereka ajarkan. Guru harus mampu merancang pembelajaran yang berdampak pada perubahan pola pikir, sikap, dan psikomotorik anak-anak. Keberhasilan semua ini sangat bergantung pada perencanaan yang dilakukan pendidik.

Strategi juga merupakan gabungan dari berbagai tindakan yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang berbeda, terutama dalam konteks pendidikan taman kanak-kanak. Strategi pembelajaran anak usia dini harus menarik, bersifat sosial, dan penuh dengan permainan dan keceriaan tanpa mengganggu kebebasan alami mereka sebagai anak-anak. Strategi guru juga merupakan salah satu faktor pendukung dalam membentuk karakter peserta didik, oleh karena itu dibutuhkan strategi terbaik untuk mengurangi tingkat kecemasan sosial yang dialami oleh anak (Diri, Di, and Madina 2023). Selain itu, pendekatan pembelajaran harus dikembangkan dan diperhatikan dengan hati-hati sehingga mereka dapat membuat anak-anak senang, antusias, kreatif, dan aktif dalam proses belajar, sehingga mereka tidak merasa terbebani, nyaman dan senang.

Strategi guru adalah suatu susunan cara atau konsep yang digunakan untuk membantu guru dalam proses

pembelajaran agar materi dapat tersampaikan kepada siswa secara optimal, baik dan maksimal sesuai dengan tujuan yang akan dicapai (Purwati, Hasanah, and Safitri 2023). Jika dalam suatu proses pembelajaran guru tidak memiliki strategi yang matang, maka capaian pembelajaran akan sulit terlaksana dengan baik sebagaimana yang diharapkan. Selain itu juga dapat menghambat perkembangan karena kurangnya stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Terdapat beberapa macam jenis strategi guru: yaitu dapat menarik perhatian siswa, humoris tidak kaku, memberikan stimulus, berikan dukungan peserta didik dalam belajar. Setiap guru penting memiliki strategi dalam proses pembelajarannya agar aspek perkembangan peserta didik dapat terstimulasi dengan baik dan benar sesuai dengan kebutuhan serta karakternya (Agustin et al. 2021). Jika dalam suatu proses pembelajaran guru tidak memiliki strategi yang matang, maka capaian pembelajaran akan sulit terlaksana dengan baik sebagaimana yang diharapkan. Selain itu juga dapat menghambat perkembangan karena kurangnya stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Smith mendefinisikan kecemasan sosial sebagai ketakutan yang dikarenakan berinteraksi dengan orang atau kelompok. Tingkat kecemasan yang tinggi akan terlihat dalam berbagai perilaku, termasuk menarik diri dan merasa tegang dalam situasi sosial. Penolakan, merasa tidak bahagia,

kepercayaan diri yang rendah, mengeluarkan bentuk ketegangan sosial meliputi reaksi fisik dan perasaan cemas apabila berada di dalam situasi sosial (Putri and Aprianty 2023).

Terdapat beberapa macam ciri-ciri anak yang mengalami kecemasan sosial yaitu: sulit berinteraksi dengan oranglain, kepercayaan diri rendah, tidak mampu bersantai, kurang konsentrasi, takut dihakimi atau dievaluasi secara negatif (Fauziyyah et al. 2023). Keterampilan sosial dan komunikasi yang efektif merupakan faktor penting bagi anak untuk memiliki kehidupan yang sukses di masa depan. Keterampilan sosial akan merefleksikan budaya, kelompok sosial, gaya hidup keluarga, dan kerabat dekat; keterampilan ini, memainkan peran penting dalam perilaku individu dan kesehatan sosialnya. (Fitria and Lestari, T 2023).

Aspek-aspek kecemasan sosial terdapat aspek kognitif, berupa penilaian dan ekspektasi bahwa individu akan dinilai negatif, aspek afektif berupa ketakutan dan rasa cemas saat berhadapan dalam situasi sosial, aspek perilaku yaitu adanya perilaku aman. Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial adalah: usia, karakteristik, jenis kelamin, pengalaman terhadap sakit, jumlah anggota keluarga.

Adapun langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menangani anak yang mengalami kecemasan yaitu: pendidik perlu mencari tahu penyebab kecemasan yang terjadi pada anak,

pendidik berbicara dengan baik kepada anak dan meminta anak untuk menceritakan kecemasan yang terjadi padanya, pendidik mengajak anak untuk mengatasi masalah yang membuat anak mengalami kecemasan, pendidik menggunakan berbagai macam kegiatan yang mampu mengatasi kecemasan (Habibi 2022).

Dengan anak yang mengalami kecemasan sosial pendidik perlu menciptakan dan menyediakan lingkungan yang aman nyaman dan menarik bagi anak, supaya rasa cemas yang dialami oleh anak perlahan menghilang dan anak akan lupa rasa cemas yang sedang anak alami

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Adib Asrori dan Nida UI Hasanat dalam *Journal Ilmiah Psikologi Terapan* Vol, 03 No.1 (2022) dengan judul “Terapi kognitif perilaku untuk mengatasi gangguan kecemasan sosial” menjelaskan bahwa dengan mengubah pemikiran negatif menjadi pemikiran positif, terapi kognitif berhasil mengurangi kecemasan. Pemikiran ini dapat membuat subjek lebih santai dan tidak cemas. Ketika subjek menghadapi berbagai situasi sosial yang selama ini mencemaskan mereka, mereka menjadi lebih berani dan lebih percaya diri (Asrori and Hasanat 2022). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Winda Mulvariani dkk dalam *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung* Vol. 3 No.2, Agustus 2021 dengan judul “Modifikasi Perilaku Teknik Shaping Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Pada Anak” menjelaskan bahwa satu

metode modifikasi perilaku yaitu teknik shaping dapat digunakan dalam mengurangi kecemasan sosial pada anak. Peran orang tua juga sangat penting untuk mengatasi kecemasan anak, sehingga anak jadi terbiasa dan tidak merasa cemas secara sosial ketika berada diluar, anak yang memiliki kecemasan akan membuat pertumbuhan anak menjadi terlambat dikarenakan kurangnya sosial anak. Menurut peneliti terdapat beberapa keterbatasan dikarenakan kondisi pandemi Covid-19, oleh karena itu peneliti menggunakan metode penelitian yang terbatas (Mulvariani, Salsabiila, and Jamaluddin 2021). Dalam penelitian ini saya akan menjelaskan bagaimana strategi guru dalam menangani anak dengan kecemasan sosial yang ada di RA Nurul Iman Arhanud, serta bagaimana dampaknya bagi perkembangan sosial emosional anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di kelompok B RA Nurul Iman Arhanud Kecamatan Tanjung Priok, Jakarta Utara. Sumber data berasal dari kepala sekolah dan guru perempuan. Pendekatan penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif, metode pengumpulan data didapat melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi mengenai strategi guru dalam mendukung anak dengan kecemasan sosial.

Fokus observasi pada penelitian ini, yaitu kepada satu guru perempuan untuk mendapatkan penjelasan tentang strategi guru dalam mendukung anak

dengan kecemasan sosial. Sedangkan wawancara menggunakan jenis semi-terstruktur, agar mendapatkan data mengenai informasi yang mendalam dari responden dengan jelas dan lengkap yang berkaitan dengan fokus masalah yang diteliti. Meskipun dilakukan melalui semi-terstruktur, peneliti mengembangkan pedoman untuk melakukan wawancara kepada subjek.

Peneliti melibatkan kepala sekolah, dan satu guru sebagai subjek untuk memperoleh data tentang strategi yang digunakan pendidik dalam mengatasi anak dengan kecemasan sosial. Studi dokumentasi digunakan untuk memperoleh data yang lebih jelas dan akurat mengenai informasi yang diperoleh dalam proses penelitian ini. Penelitian menggunakan data dokumentasi berupa foto, serta data lainnya yang berhubungan dengan strategi guru dalam mendukung anak dengan kecemasan sosial. Proses analisis data menggunakan model Miles dan Huberman melalui tiga langkah, yaitu: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dengan model interaktif. Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan uji credibility. (Rifa'i 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data-data yang diperoleh oleh peneliti melalui teknik observasi, wawancara dan dokumentasi maka menemukan hasil diantaranya sebagai berikut:

Perencanaan pembelajaran dalam mendukung anak dengan kecemasan sosial

Strategi pertama yang dilakukan oleh RA Nurul Iman Arhanud dalam mendukung anak dengan kecemasan sosial adalah salah satunya melalui perencanaan pembelajaran. Perencanaan pembelajaran merupakan proses sistematis dalam mempersiapkan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan. Eka dan Ahmad menjelaskan bahwa dengan adanya perencanaan pembelajaran berfungsi sebagai pedoman dasar dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran agar tercapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan sebelumnya secara efektif dan efisien (Eka Saptaning Pratiwi and Ahmad Farid Utsman 2022). Selanjutnya eka menjelaskan dengan adanya perencanaan pembelajaran, guru memiliki arah yang jelas untuk mencapai tujuan, memiliki dasar untuk menentukan tugas dan kegiatan yang diberikan kepada siswa, sebagai alat ukur untuk mengetahui perkembangan belajar siswa, untuk penyusunan data keseimbangan kerja, serta dapat lebih menghemat waktu, tenaga, alat-alat dan biaya. (Eka Saptaning Pratiwi and Ahmad Farid Utsman 2022)

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil observasi yang dikatakan bahwa perencanaan pembelajaran adalah salah satu cara yang digunakan guru untuk menentukan strategi saat pembelajaran. Perencanaan pembelajaran ini dapat membantu menentukan tujuan pembelajaran yang spesifik, sehingga guru dan siswa memiliki arah yang jelas, perencanaan pembelajaran ini akan disesuaikan sesuai dengan usia masa pertumbuhan anak (Elfariani and

Anastasya 2023). Dalam penelitian ini juga ditemukan pendidik di RA Nurul Iman Arhanud memakai beberapa perencanaan pembelajaran salah satunya meliputi menyediakan akomodasi kelas, tetapkan aturan kelas, beri pemahaman dan beri dukungan seperti melalui sentuhan kasih sayang kepada anak agar berhasil dan berkembang. Melalui berbagai perencanaan tersebut supaya dapat meminimalisir tingkat kecemasan yang dialami oleh anak.

Metode Pembelajaran dalam Mendukung Anak dengan kecemasan Sosial

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil observasi dikatakan bahwa menurunkan tingkat kecemasan yang anak alami melalui beberapa metode yaitu dengan (1) metode bermain, (2) metode bercerita, dan (3) metode berkelompok.

Bermain merupakan metode yang banyak dipergunakan oleh pendidik. Dengan metode bermain dapat membangun pengetahuannya, mengajarkan cara mengelola emosi, membantu anak mengatasi kecemasan dan ketakutan, anak dapat berinteraksi sosial dengan temannya, bebas tanpa beban, dan anak merasa senang. Hal ini mendorong anak untuk menjadi lebih aktif dalam belajar dan membangun rasa percaya diri mereka.

Hidayah dan Setiawan menyebutkan bahwa melalui metode bermain, anak dapat mengeksplorasi perasaan-perasaan, mengembangkan sikap dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah. Metode bermain juga meningkatkan pemahaman

anak tentang peran sosial dan melibatkan interaksi verbal dengan minimal satu orang. Metode bermain dapat membantu anak mempelajari lebih banyak tentang keluarga, masyarakat, dan diri mereka sendiri. Selain itu, tempat ini memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk meningkatkan keterampilan sosial emosional mereka, seperti mengatasi ketakutan dengan memerankan berbagai karakter yang sebenarnya bagi mereka menakutkan (Hidayah, A. N., Setiawan, D., Hidayah, A. N., & Setiawan 2022).

Selain metode bermain, bercerita merupakan metode yang banyak dipergunakan oleh pendidik. Metode bercerita ini adalah strategi pembelajaran yang dapat memberikan pengalaman belajar bagi anak. Selain itu dongeng juga memiliki banyak fungsi, termasuk menghibur, mendidik, merangsang emosi, imajinasi, dan kreativitas. Cerita yang dibawakan secara lisan oleh pendidik sebisa mungkin dapat menarik perhatian anak dan sesuai dengan tujuan pembelajaran berlangsung.

Sejalan dengan yang dijelaskan Khadijah dalam jurnalnya bahwa melalui metode bercerita dapat mendemonstrasikan teknik relaksasi atau self-talk positif terhadap anak, dapat memberikan contoh cara mengatasi situasi sosial, membangun koneksi dengan orang lain melalui pengalaman bersama. Selain itu kegiatan bercerita bersama dapat menjadi langkah awal interaksi sosial yang nyaman. Dengan cara tersebut dapat mengurangi rasa cemas (Khadijah et al. 2024).

Selain melalui metode bermain, dan bercerita, guru yang menangani anak

ketika sedang merasa cemas dapat menggunakan metode kelompok. Metode kelompok adalah di mana siswa dibagi menjadi kelompok kecil dan melakukan tugas atau aktivitas yang berbeda untuk mencapai tujuan bersama. Metode kelompok ini memberikan peluang bagi siswa untuk berinteraksi secara aktif dengan teman sekelompok mereka, bekerja sama untuk menyelesaikan tugas, berbagi apa yang mereka ketahui, dan saling mendukung selama proses pembelajaran berlangsung (Hidayah 2023).

Evi, dkk, menyebutkan bahwa dengan metode berkelompok dapat menjadikan anak membentuk sikap keberanian untuk berpendapat. Dengan berkelompok dapat membantu anak untuk berani berinteraksi dengan lingkungannya. Melalui interaksi kelompok, anak belajar mengenali dan memahami emosi diri sendiri dan memahami dan merasakan emosi teman-teman mereka serta mendorong sikap saling mendukung dan membantu. (Sari, Naely, and Masitoh 2023)

Berhasil atau tidaknya pembelajaran bergantung pada metode yang akan digunakan guru selama proses pembelajaran. Metode pembelajaran yang digunakan oleh guru sangat berpengaruh terhadap bagaimana siswa memahami materi pelajaran. Oleh karena itu, sangat penting bagi guru untuk memilih dan menerapkan metode pembelajaran yang tepat agar siswa dapat memahami materi pelajaran dengan baik.

Pengelolaan Kelas dalam Menangani Anak dengan Kecemasan Sosial

Pengelolaan kelas termasuk strategi penting untuk mengatasi anak dengan kecemasan sosial. Menurut sutirman pengelolaan kelas adalah segala usaha yang diarahkan untuk mewujudkan suasana belajar mengajar yang efektif dan menyenangkan serta dapat memotivasi siswa untuk belajar dengan baik sesuai dengan kemampuan (Septiana 2021). Jika lingkungan kelas saja tidak nyaman maka anak akan merasa lebih cemas. Oleh karena itu pentingnya mengelola kelas supaya terciptanya pembelajaran yang aktif, nyaman dan aman untuk anak terutama yang mengalami kecemasan. Selain tata letak ruangan, tata letak bangku sangat berpengaruh terhadap anak terutama anak yang mengalami kecemasan, jika anak yang memiliki rasa cemas diletakkan duduknya dengan orang yang cerewet dan jahil, maka anak merasa menjadi tidak nyaman dan semakin takut untuk bersosialisasi. (Damayanti and Qomariyah 2023) Oleh karena itu jauhkan dari teman yang jahil supaya anak tetap fokus, nyaman, dan tidak tegang ketika berada di lingkungan sekolahnya.

Media Belajar dalam menangani anak dengan kecemasan sosial

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil observasi dikatakan bahwa media belajarr yang guru gunakan dalam mendukung anak dengan kecemasan sosial yaitu seperti (1) buku cerita bergambar (2) media audio visual

Melalui buku cerita bergambar dapat meluapkan emosinya, selain itu buku cerita menjadi media yang efektif untuk membantu anak mengatasi

kecemasan sosial. Dengan menggunakan buku cerita bergambar lebih mudah dipahami oleh anak dan lebih menarik perhatian anak. Murhum menyebutkan bahwa dengan media buku cerita bergambar dapat memperkenalkan berbagai emosi melalui karakter dan situasi. (Ngura et al. 2020) Melalui buku cerita bergambar memberi kesempatan untuk membahas emosi tanpa tekanan, membantu anak menghadapi tantangan dengan sikap yang lebih optimis, serta membangun rasa aman dan nyaman yang mendukung perkembangan emosional yang sehat. (Jurnal et al. 2024)

Menurut Anderson salah satu jenis media audio visual menggabungkan elemen suara dan gambar. Selain itu, media audio visual juga dapat berfungsi sebagai alat bantu yang sering digunakan untuk menyebarkan informasi, pengetahuan, gagasan, dan ide. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, jenis media ini mencakup kedua jenis media pendengaran dan visual atau penglihatan, yang membuatnya lebih unggul.

Anak-anak mengalami peningkatan kemampuan sosial dan emosional karena mereka dapat mengekspresikan perasaan melalui visual yang mereka lihat. Mereka juga dapat mengkomunikasikan kembali cerita yang telah mereka lihat dan dengar kepada teman sebaya atau orang dewasa. Media audio visual memberi anak kesempatan untuk melihat langsung dan memperhatikan suara yang diperlihatkan, media audio visual sangat membantu dan mempermudah uraian

anak dan menguatkan ingatan (Wahyuni, Sartika, and Kurnia 2023).

Media pembelajaran adalah alat atau sarana yang digunakan dalam proses belajar mengajar untuk membantu menyampaikan materi pelajaran dan meningkatkan pemahaman siswa (Chadijah 2023). Media pembelajaran berfungsi sebagai perantara antara guru dan siswa dalam mentransfer pengetahuan dan keterampilan,. Adapun media yang digunakan pendidik adalah media buku cerita bergambar dan media audio visual. Dengan melalui media ini dapat membantu anak yang memiliki rasa cemas untuk bersosialisasi dengan nyaman.

Penilaian Perkembangan anak

Hasil observasi dan hasil penelitian berpendapat bahwa penilaian perkembangan yang guru gunakan yaitu melalui catatan anekdot dan penilaian chkelist. Arumsari berpendapat bahwa penilaian perkembangan anak merupakan suatu proses pengumpulan dan penggunaan informasi tentang proses dan hasil pembelajaran anak dengan menggunakan prinsip-prinsip penilaian, akurat, dan mengidentifikasi pencapaian kompetensi hasil belajar anak. Dengan melakukan evaluasi, guru dapat mengetahui perkembangan proses dan hasil belajar anak dalam hal kemampuan kognitif, sikap, dan kepribadiannya. (Arumsari and Putri 2020)

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa dengan melalui penilaian ini memudahkan guru untuk melihat perkembangan rasa cemas yang

dialami anak mulai berkurang atau tidak. Salah satu penilaian perkembangan yang pendidik pakai adalah catatan anekdot dan cheklis. Sebenarnya penilaian perkembangan anak sama saja, sama-sama memakai cheklis dan anekdot, akan tetapi yang membedakannya hanya anak yang memiliki kecemasan ini lebih sering dipantau untuk perkembangannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Strategi Guru dalam Mendukung Anak dengan Kecemasan Sosial di RA Nurul Iman Arhanud” dapat disimpulkan bahwa strategi yang digunakan pendidik dalam mengatasi anak dengan kecemasan sosial diantaranya menggunakan beberapa strategi yaitu dengan menyusun perencanaan pembelajaran, menggunakan metode pembelajaran tertentu sesuai kondisi anak, pengelolaan kelas, menggunakan media pembelajaran yang menarik dan bervariasi, membuat penilaian perkembangan anak, serta guru menunjukkan pada siswa untuk saling menyayangi sesama tanpa membedakan teman. Namun pembelajaran tetap disesuaikan dengan kebutuhan perkembangan anak untuk mengatasi tingkat kecemasan anak. Secara keseluruhan strategi yang digunakan adalah dengan melibatkan anak-anak secara aktif dalam proses pembelajaran, serta menghargai setiap proses belajar yang dilakukan oleh anak. Strategi yang guru lakukan dalam mengatasi anak dengan kecemasan sosial diantaranya

menyiapkan perencanaan pembelajaran seperti, pendekatan guru kepada anak dengan memberikan sentuhan melalui kasih sayang, dan pengertian, lalu terdapat ruangan aman untuk anak. Selanjutnya pendidik menggunakan metode pembelajaran yang menarik, seperti bermain, bercerita, berdiskusi melalui buku bergambar dan berkelompok.

Dalam menangani anak dengan kecemasan sosial pendidik menggunakan 2 media pembelajaran diantaranya buku cerita bergambar, dan media audio visual, yang dimana dengan media ini membantu guru untuk meluapkan emosinya. Adapun metode yang digunakan guru yaitu metode bermain, bercerita, dan berkelompok, dengan metode tersebut membantu anak supaya dapat berinteraksi kembali dengan temannya tanpa rasa cemas. Selain itu pentingnya mengelola kelas dengan baik, ciptakan lingkungan kelas yang menarik, aman dan nyaman supaya anak dapat mengeksplor ruangan dengan senang dan nyaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Mubiar, Dinar Nur Inten, Andalusia Neneng Permatasari, and Dewi Mulyani. 2021. “Strategi Guru PAUD Dalam Mengembangkan Kecerdasan Interpersonal Anak Usia Dini Di Saat Belajar Dari Rumah.” *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5(2): 1997–2007.
- Aminah, I., Novianti, E., and D.L Tobing. 2023. “Kecemasan Sosial Pada Remaja Yang Mengalami Perundungan Di

- Desa Ragajaya.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan* ... 15: 13–17. <https://jikm.upnvj.ac.id/index.php/home/article/view/238>.
- Ardiana, Reni. 2022. “Strategi Guru Dalam Mengembangkan Kemampuan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun Di Taman Kanak Kanak.” *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 3(2): 1–10.
- Arumsari, Andini Dwi, and Vina Mayangsari Putri. 2020. “Asesmen Perkembangan Anak Usia Dini.” *Motoric* 4(1): 154–60.
- Asrori, Adib, and Nida ui Hasanat. 2022. “Terapi Kognitif Perilaku Intuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial.” *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 3(1): 89–107.
- Chadajah, Siti. 2023. “PEMANFAATAN MEDIA PEMBELAJARAN DALAM.” 4(1): 7–12.
- Damayanti, Ayu Maya, and Siti Qomariyah. 2023. “Strategi Guru Dalam Mengelola Kelas.” 02(03): 111–15.
- Diri, Kontrol, Siswa Di, and M A N Madina. 2023. “Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan.” 3(2): 81–97.
- Edison, E, A B Anuar, A A Nesta, and W Pradini. 2023. “Analisis Faktor Penyebab Stres Akademik Dengan Teknik Rekstrukturisasi Kognitif.” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3(2): 5070–84. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/933%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/933/714>.
- Eka Saptaning Pratiwi, and Ahmad Farid Utsman. 2022. “Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Anak Usia Dini.” *Abata : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 2(2): 232–40.
- Elfariani, Indah, and Yara Andita Anastasya. 2023. “Regulasi Diri Dan Kecemasan Sosial Pada Remaja.” *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)* 5(2): 57.
- Fatwa, Habib Hilal et al. 2022. “Model Penurunan Tingkat Kecemasan Melalui Media.” 1(2): 89–101.
- Fauziyyah, Rifaa Hikmah, Alya Falliska, Alan Suryadi, and Zikri Fachrul Nurhadi. 2023. “Komunikasi Orang Tua Dalam Menangani Kecemasan Anak Dalam Menggunakan Smartphone.” *Citizen : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 3(2): 136–44.
- Fitria, Syiva, and D Lestari, T. 2023. “Bullying Dan Pengaruhnya Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Aceh.” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* Vol. 4 No.(1): 1–9. <http://dx.doi.org/10.32505/syifaalqulub.v4i1.5934>.
- Habibi, MA Muazar. 2022. “Penanganan Kecemasan Pada Anak Usia Dini Melalui Terapi Bermain.” *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan* 7(1): 156–62.

- Hidayah, A. N., Setiawan, D., Hidayah, A. N., & Setiawan, D. 2022. "Kegiatan Bermain Peran Untuk Mengembangkan Sosial Emosional Anak Pada Kelompok Bermain Birrul Walidain Sragen Role Playing Activities to Develop Children's Social Emotional In The Birrul Walidain Playgroup Sragen." *Jurnal Pendidikan Usia Dini* 31(1): 1–8.
- Hidayah, Fitri. 2023. "Optimalisasi Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Dalam Belajar Kelompok." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 3(5): 7942–56. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0AOptimalisasi>.
- Jurnal, Murhum et al. 2024. "Pengembangan Media Buku Cerita Bergambar Dalam Mengenalkan Edukasi Anti Kekerasan (Bullying) Anak Usia Dini." 5(2): 60–70.
- Khadijah, Khadijah et al. 2024. "Mengembangkan Sosial Emosional Anak Melalui Metode Bercerita." *Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora* 3(3): 137–46. <https://doi.org/10.30640/dewan tara.v3i3.2860>.
- Madyawati, Lilis, and Nurjannah Nurjannah. 2020. "Kecemasan Anak Usia Dini Dan Intervensinya (Studi Kasus Di TK Majaksingi)." *Aulad: Journal on Early Childhood* 4(1): 7–16.
- Mulvariani, Winda, Humaira Salma Salsabiila, and Muhammad Jamaluddin. 2021. "Modifikasi Perilaku Teknik Shaping Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Pada Anak." *PSYCHE: Jurnal Psikologi* 3(2): 174–81.
- Ngura, Elisabeth Tantiana et al. 2020. "Pendidikan Citra Bakti PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN BUKU CERITA BERGAMBAR." *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti* 7(2): 1–8.
- Novena Rony, Zheyila, Muh Daud, and Muh Nur Hidayat. 2024. "Pengaruh Pola Asuh Otoriter Orangtua Terhadap Kecemasan Sosial Remaja Di Kota Makassar." *Sosial dan Humaniora* 3(2): 451–56.
- Oktamarina, Lidia et al. 2022. "Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder)." *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1: 116–31.
- Purwandari, Elce et al. 2022. "Peningkatan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini (AUD) Melalui Metode Bercerita." *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini* 9(1): 47–55.
- Purwati, A R, N P Hasanah, and L Safitri. 2023. "Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini Di Tk An-Nuur Jamanis Tasikmalaya." ... : *Jurnal Pendidikan Islam Anak ...* 5(1): 1–7. <http://jurnal.iailm.ac.id/index.php/waladuna/article/download/697/375>.
- Putri, Maydela, and Rizqi Amalia Aprianty. 2023. "Body

- Dissatisfaction, Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan.” *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)* 4(2): 57–65.
- Rifa’i, Yasri. 2023. “Analisis Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Pengumpulan Data Di Penelitian Ilmiah Pada Penyusunan Mini Riset.” *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya* 1(1): 31–37.
- Sari, Evi Puspita, A Kamilatul Naely, and Imas Masitoh. 2023. “Pengaruh Model Pembelajaran Kelompok Terhadap Kemampuan.” *Jurnal Ilmiah Perkembangan Anak Usia Dini* 2(1): 1–6.
- Selvia, Meri, and Kun Nurachadijat. 2023. “Peran Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Implementasi Kurikulum Dan Metode Belajar Pada Anak Usia Dini.” 3: 57–66.
- Septiana, Endang. 2021. “Implementasi Pengelolaan Kelas Oleh Guru Terhadap Motivasi Belajar Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun Di TK Taruna Jaya Prumnas Way Halim Bandar Lampung.” *UIN Raden Intan Lampung*. [http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/15108%0Ahttp://repository.radenintan.ac.id/15108/2/SKRIPSI BAB 1%2C2%2C DAFTAR PUSTAKA.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/15108%0Ahttp://repository.radenintan.ac.id/15108/2/SKRIPSI%20BAB%201%2C2%2C%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf).
- Talango, Sitti Rahmawati. 2020. “Konsep Perkembangan Anak Usia Dini.” *Early Childhood Islamic Education Journal* 1(1): 92–105.
- Wahyuni, D, I D Sartika, and A T Kurnia. 2023. “Meningkatkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Literasi Media Audio Visual.” *Jurnal Pendidikan Tambusa* 7: 30054–59.