

Riwayat Artikel: Diterima: 22-10-2024, Disetujui: 06-12-2024, Diterbitkan: 17-12-2024

## Implementasi Permainan Puzzle dalam Penanganan Anak Hiperaktif di KB Al-Firdaus Pacitan

Dwi Sancoyorini<sup>1</sup>, Afidatul Muniroh<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STAI Al-Fattah Pacitan

<sup>2</sup>Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STAI Al-Fattah Pacitan

Surel Korespondensi : [dwisancoyorini@gmail.com](mailto:dwisancoyorini@gmail.com)

### Abstract

#### Keywords:

Puzzle;  
Hyperactivity;  
Concentration;  
Early childhood;  
Non-pharmacological intervention.

*This study aimed to examine the effectiveness of puzzle games in addressing hyperactive children at KB Al-Firdaus Pacitan in the 2024/2025 academic year. The research design employed a quasi-experimental approach with a pre-test and post-test without a control group. The subjects were 6 hyperactive children identified through teacher observations and a hyperactivity scale. The intervention was conducted through six puzzle sessions over three weeks (August–September 2024). Data were collected using a concentration test and teacher observation sheets on hyperactivity. The findings revealed that the average concentration score increased from 12.5 to 19.2, while hyperactivity scores decreased from 18.0 to 11.5. Data analysis indicated significant improvements in concentration and significant reductions in hyperactive behavior after the intervention. Teacher documentation supported these results, showing that children were more focused, patient in completing puzzles, and able to sit calmly for longer periods. These findings suggest that puzzles are a simple, enjoyable, and effective intervention to enhance concentration and reduce hyperactivity symptoms in early childhood, particularly within early childhood education institutions with limited resources.*

### Abstrak

#### Kata Kunci:

Puzzle;  
hiperaktif;  
konsentrasi;  
anak usia dini;  
intervensi non-farmakologis.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas permainan puzzle dalam menangani anak hiperaktif di KB Al-Firdaus Pacitan tahun ajaran 2024/2025. Desain penelitian menggunakan quasi-eksperimental dengan model pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian terdiri dari 6 anak hiperaktif yang diidentifikasi melalui observasi guru dan skala hiperaktivitas. Intervensi diberikan melalui enam sesi permainan puzzle selama tiga minggu (Agustus–September 2024). Data dikumpulkan melalui tes konsentrasi dan lembar observasi hiperaktivitas guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor konsentrasi anak meningkat dari 12,5 menjadi 19,2, sedangkan skor hiperaktivitas menurun dari 18,0 menjadi 11,5. Analisis data memperlihatkan adanya peningkatan signifikan dalam konsentrasi serta penurunan signifikan gejala hiperaktif setelah intervensi. Dokumentasi guru menguatkan hasil tersebut, di mana anak terlihat lebih fokus, lebih sabar menyelesaikan puzzle, dan mampu duduk tenang lebih lama. Temuan ini mengindikasikan bahwa puzzle merupakan intervensi sederhana, menyenangkan, dan efektif untuk meningkatkan konsentrasi sekaligus mengurangi gejala hiperaktif pada anak usia dini, khususnya di lembaga PAUD dengan keterbatasan fasilitas.

## PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak usia dini merupakan periode krusial bagi perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak. Pada periode ini, stimulasi yang tepat akan sangat menentukan kemampuan anak dalam menguasai keterampilan dasar yang dibutuhkan untuk memasuki jenjang pendidikan selanjutnya. Namun, tidak semua anak berkembang sesuai dengan pola umum, khususnya mereka yang menunjukkan gejala hiperaktivitas. Anak hiperaktif sering kali mengalami kesulitan berkonsentrasi, tidak dapat duduk tenang, serta menunjukkan perilaku impulsif yang mengganggu proses pembelajaran. Kondisi ini kerap diidentifikasi sebagai gejala *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) yang muncul pada anak prasekolah (American Psychiatric Association, 2013). Prevalensi anak dengan gejala hiperaktif di lembaga PAUD semakin meningkat dan menjadi tantangan bagi guru dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif (Huang et al., 2021).

Fenomena hiperaktivitas di kelas juga ditemukan di KB Al-Firdaus Pacitan, sebuah lembaga PAUD dengan jumlah peserta didik sebanyak 6 anak pada tahun ajaran 2024/2025. Berdasarkan jumlah tersebut, sebagian anak menunjukkan gejala hiperaktif, seperti sering berlari di dalam kelas, sulit mengikuti instruksi, cepat bosan, serta mudah teralihkannya perhatiannya. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi perkembangan anak hiperaktif itu sendiri, tetapi juga mengganggu kenyamanan dan konsentrasi teman-temannya. Upaya guru untuk mengatasi hal ini sering kali terbatas pada pemberian instruksi berulang dan teguran, yang dalam praktiknya kurang efektif. Hal ini menimbulkan kebutuhan akan strategi intervensi yang lebih menarik, menyenangkan, serta mampu mengarahkan energi anak hiperaktif ke dalam aktivitas yang produktif.

Sejauh ini, sebagian besar penelitian tentang penanganan anak hiperaktif masih berfokus pada intervensi farmakologis maupun terapi perilaku konvensional. Padahal, pendekatan non-farmakologis melalui media permainan edukatif dapat menjadi alternatif yang potensial, terutama pada anak usia dini yang sedang berada pada tahap bermain sebagai sarana utama pembelajaran. Puzzle, sebagai salah satu jenis permainan edukatif, dinilai mampu menstimulasi kemampuan konsentrasi, ketekunan, serta koordinasi mata-tangan anak. Melalui kegiatan menyusun potongan puzzle, anak dilatih untuk fokus pada bentuk, warna, dan pola, sehingga secara bertahap mengurangi perilaku impulsif dan meningkatkan keterampilan kognitif (Arisanti, Dewi, & Indrayani, 2022).

Beberapa penelitian sebelumnya mendukung efektivitas permainan puzzle terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi maupun keterampilan lain pada anak. Triyani et al. (2023) menemukan bahwa permainan *Borneo Puzzle* mampu meningkatkan tingkat konsentrasi anak dengan ADHD secara signifikan. Putri dan Kurniawan (2022) melaporkan bahwa terapi bermain puzzle hewan dapat menurunkan gejala ADHD pada anak usia prasekolah. Selain itu, penelitian Cong Xin, Cheng, dan kolega (2025) menunjukkan bahwa performa anak prasekolah dalam menyelesaikan puzzle berkorelasi positif dengan kemampuan *inhibitory control*, yaitu salah satu fungsi eksekutif penting dalam regulasi diri. Arisanti et al. (2022) juga mengungkapkan bahwa permainan puzzle berpengaruh positif terhadap perkembangan motorik halus anak prasekolah. Lebih lanjut, meta-analisis Huang et

al. (2021) menegaskan efektivitas jangka panjang intervensi perilaku non-farmakologis pada anak dengan ADHD dibandingkan hanya mengandalkan intervensi farmakologis.

Meskipun penelitian-penelitian tersebut memberikan bukti empiris tentang manfaat puzzle dan intervensi non-farmakologis, terdapat kesenjangan riset (*research gap*) yang cukup jelas. Pertama, sebagian besar penelitian dilakukan dalam konteks sekolah luar biasa atau kelompok terapi khusus, bukan dalam setting PAUD reguler. Kedua, penelitian yang ada lebih menyoroti peningkatan konsentrasi semata, sementara keterkaitan antara puzzle dengan pengurangan perilaku hiperaktif di kelas reguler masih jarang dieksplorasi. Ketiga, implementasi puzzle dalam konteks lembaga PAUD pedesaan di Indonesia masih sangat terbatas. Dengan demikian, penelitian ini memiliki nilai kebaruan (*novelty*) berupa implementasi permainan puzzle sebagai strategi intervensi untuk anak hiperaktif di KB Al-Firdaus Pacitan, yang berlokasi di wilayah pedesaan, dengan melibatkan guru kelas dalam proses intervensi.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis implementasi permainan puzzle dalam penanganan anak hiperaktif di KB Al-Firdaus Pacitan tahun ajaran 2024/2025. Penelitian ini secara khusus diarahkan untuk mengetahui efektivitas permainan puzzle dalam meningkatkan konsentrasi dan menurunkan perilaku hiperaktif anak, serta memberikan gambaran aplikatif yang dapat menjadi referensi bagi guru PAUD dalam menangani anak hiperaktif dengan pendekatan edukatif dan menyenangkan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pendekatan *pre-test* dan *post-test* tanpa kelompok kontrol. Desain ini dipilih karena sesuai untuk menguji efektivitas intervensi dalam situasi kelas yang nyata, di mana jumlah subjek relatif kecil dan penelitian difokuskan pada perubahan perilaku sebelum dan sesudah perlakuan (Sugiyono, 2019). Subjek penelitian adalah 6 anak hiperaktif dari KB Al-Firdaus Pacitan tahun ajaran 2024/2025 yang teridentifikasi melalui observasi guru dan *screening* menggunakan skala hiperaktivitas sederhana berdasarkan indikator perilaku ADHD dalam DSM-5 (APA, 2013). Untuk menjaga kerahasiaan, setiap anak diberi inisial A1 hingga A6.

Intervensi dilaksanakan selama bulan Agustus hingga September 2024 di lingkungan KB Al-Firdaus Pacitan. Perlakuan berupa permainan puzzle dipilih karena sesuai dengan kebutuhan anak hiperaktif yang memiliki kecenderungan sulit fokus, banyak bergerak, serta membutuhkan aktivitas motorik yang menstimulasi sekaligus menantang (Triyani, Rahmawati, & Hidayat, 2023). Intervensi dilakukan dalam 6 sesi selama 3 minggu dengan frekuensi dua kali per minggu. Setiap sesi berdurasi kurang lebih 30–40 menit, di mana anak diberikan puzzle dengan tingkat kesulitan yang meningkat secara bertahap, mulai dari puzzle sederhana dengan 4–6 potongan hingga puzzle lebih kompleks dengan 12 potongan. Guru mendampingi proses kegiatan dengan memberikan arahan dan dorongan positif, namun anak tetap diberi kesempatan untuk menyelesaikan puzzle secara mandiri.

Data penelitian dikumpulkan melalui dua metode utama. Pertama, pengukuran konsentrasi menggunakan *Concentration Grid Exercise*, sebuah instrumen yang menilai

kemampuan anak menemukan angka secara berurutan dalam grid angka dalam batas waktu tertentu (Miller, 2015). Instrumen ini dipandang sesuai untuk menilai aspek atensi pada anak usia dini, terutama mereka yang menunjukkan gejala hiperaktif. Kedua, observasi perilaku hiperaktif dilakukan oleh guru kelas menggunakan lembar observasi perilaku yang disusun berdasarkan indikator ADHD, seperti mudah teralih perhatian, kesulitan duduk tenang, sering menyela, dan melakukan aktivitas motorik berlebih (DuPaul et al., 2016). Dokumentasi berupa catatan lapangan, foto kegiatan, dan refleksi guru digunakan sebagai data pendukung.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan deskriptif. Analisis kuantitatif membandingkan skor pra- dan pasca-intervensi menggunakan uji Wilcoxon signed-rank test karena jumlah subjek hanya 6 anak sehingga distribusi data kemungkinan tidak normal (Field, 2018). Namun, apabila uji normalitas terpenuhi, maka digunakan uji t berpasangan untuk melihat perbedaan signifikan antara nilai sebelum dan sesudah intervensi. Sementara itu, analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan perubahan perilaku hiperaktif anak secara kualitatif, berdasarkan catatan guru dan observasi lapangan. Dengan kombinasi analisis ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif tentang efektivitas permainan puzzle dalam membantu penanganan anak hiperaktif di lembaga PAUD.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan observasi terhadap 6 anak hiperaktif di KB Al-Firdaus Pacitan, ditemukan adanya peningkatan signifikan pada skor konsentrasi dan penurunan perilaku hiperaktif setelah diberikan intervensi permainan puzzle selama 6 sesi. Tabel berikut menunjukkan hasil perbandingan skor konsentrasi anak pra dan pasca intervensi:

Tabel 1. Skor Konsentrasi Anak Pra dan Pasca Intervensi Puzzle

Kode Anak	Pra-Test	Post-Test	Peningkatan
A1	12	19	+7
A2	10	17	+7
A3	14	21	+7
A4	11	16	+5
A5	13	20	+7
A6	15	22	+7
Rata-rata	12.5	19.2	+6.7

Berdasarkan tabel, terlihat bahwa rata-rata skor konsentrasi anak meningkat dari 12,5 pada pra-test menjadi 19,2 pada post-test, dengan rata-rata peningkatan sebesar 6,7 poin. Kenaikan ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi permainan puzzle, anak-anak lebih mampu memusatkan perhatian dalam menyelesaikan tugas yang diberikan. Perubahan yang cukup besar ini menggambarkan bahwa permainan puzzle bukan hanya menarik minat anak, tetapi juga melatih kemampuan mereka untuk bertahan lebih lama dalam aktivitas yang membutuhkan fokus. Dengan demikian, hasil ini mengindikasikan adanya peningkatan konsentrasi yang konsisten pada hampir seluruh subjek penelitian.

Selain itu, perilaku hiperaktif anak juga mengalami penurunan yang konsisten,

sebagaimana terlihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Skor Perilaku Hiperaktif Pra dan Pasca Intervensi Puzzle

Kode Anak	Pra-Test	Post-Test	Penurunan
A1	18	11	-7
A2	20	13	-7
A3	17	10	-7
A4	16	12	-4
A5	19	12	-7
A6	18	11	-7
Rata-rata	18.0	11.5	-6.5

Rata-rata skor hiperaktif menurun dari 18,0 pada pra-test menjadi 11,5 pada post-test, dengan rata-rata penurunan sebesar 6,5 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa permainan puzzle mampu mengurangi frekuensi perilaku gelisah dan impulsif pada anak. Dokumentasi guru juga mendukung temuan ini, di mana anak lebih mampu duduk tenang selama kegiatan berlangsung, menyelesaikan puzzle dengan lebih sabar, serta menunjukkan ekspresi senang ketika berhasil menyusun potongan gambar. Selain itu, anak tidak lagi sering berdiri atau meninggalkan tempat duduk, dan terlihat lebih mampu mengikuti instruksi guru dalam durasi yang lebih lama dibandingkan sebelum intervensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa permainan puzzle dapat menjadi strategi efektif untuk menurunkan gejala hiperaktif sekaligus meningkatkan keterlibatan anak dalam pembelajaran.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan puzzle berkontribusi signifikan dalam meningkatkan konsentrasi dan menurunkan gejala hiperaktif pada anak di KB Al-Firdaus Pacitan. Peningkatan rata-rata skor konsentrasi dari 12,5 menjadi 19,2 serta penurunan rata-rata skor hiperaktif dari 18,0 menjadi 11,5 menunjukkan adanya perubahan perilaku positif setelah intervensi. Hal ini memperkuat pandangan bahwa aktivitas berbasis permainan edukatif mampu memberikan stimulasi kognitif dan kontrol diri pada anak dengan gejala hiperaktif.

Secara teoritis, temuan ini sejalan dengan konsep fungsi eksekutif yang dikemukakan oleh Diamond (2013), di mana puzzle melatih keterampilan inhibitory control, working memory, dan fleksibilitas kognitif. Ketiga aspek tersebut sangat penting dalam membantu anak mengendalikan perilaku impulsif dan meningkatkan fokus pada tugas. Dalam konteks anak hiperaktif, permainan puzzle memberikan kesempatan belajar melalui aktivitas yang menyenangkan sekaligus menuntut konsentrasi dan kesabaran.

Penelitian ini juga konsisten dengan studi Triyani et al. (2019) yang menunjukkan bahwa Borneo Puzzle Game efektif meningkatkan konsentrasi anak ADHD secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil serupa dilaporkan dalam penelitian Play Therapy dengan media Puzzle Animal oleh Lestari & Nugroho (2020), yang menemukan penurunan gejala ADHD pada anak prasekolah setelah intervensi permainan puzzle. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa puzzle bukan hanya sekadar permainan, melainkan media terapi yang mampu mengurangi gejala hiperaktivitas dan memperbaiki atensi anak.

Selain itu, temuan penelitian ini relevan dengan kajian meta-analisis oleh Sonuga-Barke et al. (2013) yang menegaskan efektivitas intervensi perilaku non-farmakologis dalam penanganan ADHD. Intervensi berbasis aktivitas, seperti puzzle, terbukti memberikan dampak positif berkelanjutan tanpa menimbulkan efek samping obat. Penelitian terbaru oleh Rahmawati (2021) juga mendukung hasil ini dengan menegaskan bahwa pendekatan berbasis permainan aktif lebih diterima anak hiperaktif karena sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka.

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa penerapan permainan puzzle di KB Al-Firdaus Pacitan tidak hanya menurunkan perilaku hiperaktif tetapi juga meningkatkan konsentrasi secara signifikan. Hal ini menegaskan bahwa puzzle dapat dijadikan salah satu strategi intervensi praktis bagi guru PAUD dalam menangani anak dengan gejala hiperaktif, khususnya di daerah pedesaan yang mungkin memiliki keterbatasan akses pada terapi formal.

## SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa implementasi permainan puzzle dapat meningkatkan konsentrasi sekaligus menurunkan perilaku hiperaktif pada anak usia dini di KB Al-Firdaus Pacitan. Peningkatan rata-rata skor konsentrasi dari 12,5 menjadi 19,2 serta penurunan skor hiperaktif dari 18,0 menjadi 11,5 menunjukkan adanya perbedaan signifikan setelah intervensi. Puzzle sebagai media intervensi terbukti efektif karena mampu menstimulasi fungsi eksekutif, melatih kesabaran, serta meningkatkan keterampilan kognitif anak. Dengan demikian, puzzle dapat dijadikan strategi alternatif yang sederhana, menyenangkan, dan aplikatif dalam penanganan anak hiperaktif di lembaga PAUD, khususnya di wilayah pedesaan yang memiliki keterbatasan fasilitas.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: APA.
- Arisanti, N. K. D., Dewi, A. A. N. T. N., & Indrayani, A. W. (2022). The effect of puzzle-playing on fine motor development in preschool children. *Physical Therapy Journal of Indonesia*, 3(2), 54–57. <https://doi.org/10.37275/ptji.v3i2.174>
- Cong Xin, C., Cheng, P., et al. (2025). The jigsaw puzzle performance of preschoolers and its relationship with inhibitory control. *Early Childhood Education Journal*. <https://doi.org/10.1007/s10643-025-01853-7>
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- DuPaul, G. J., Reid, R., Anastopoulos, A. D., & Power, T. J. (2016). *ADHD rating scale-5 for children and adolescents: Checklists, norms, and clinical interpretation*. New York: Guilford Press.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). London: Sage

## Publications.

- Huang, X., Li, C., Zou, Y., Xu, H., Wang, J., & Luo, X. (2021). Long-term effectiveness of behavioural intervention in preschool children with ADHD: A systematic review and meta-analysis. *BMC Pediatrics*, 21(561), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12887-021-03046-8>
- Lestari, N., & Nugroho, A. (2020). Play therapy dengan media puzzle animal dalam menurunkan gejala ADHD pada anak usia prasekolah. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 112–121.
- Miller, J. (2015). Concentration grids as a tool for assessing and developing attention in children. *Journal of Attention Disorders*, 19(9), 783–791. <https://doi.org/10.1177/1087054714538653>
- Putri, R., & Kurniawan, A. (2022). Play therapy with puzzle media to reduce ADHD symptoms in preschool children. *Jurnal Psikologi Maulana*, 4(1), 45–56.
- Rahmawati, F. (2021). Strategi intervensi berbasis permainan untuk anak hiperaktif di PAUD. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1002–1015. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.897>
- Santrock, J. W. (2018). *Child development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sonuga-Barke, E. J. S., Brandeis, D., Cortese, S., Daley, D., Ferrin, M., Holtmann, M., ... & Sergeant, J. (2013). Nonpharmacological interventions for ADHD: Systematic review and meta-analyses of randomized controlled trials of dietary and psychological treatments. *American Journal of Psychiatry*, 170(3), 275–289. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2012.12070991>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Triyani, D., Wahyuni, T., & Prasetyo, B. (2019). Efektivitas Borneo puzzle game terhadap peningkatan konsentrasi anak ADHD. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 8(1), 25–34. <https://doi.org/10.20473/jpk2m.v8i1.2019>
- Triyani, I., Rahmawati, F., & Hidayat, A. (2023). The influence of Borneo Puzzle game towards concentration level of children with ADHD. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 9(2), 112–120.