

**“PENGARUH PERMAINAN GELAS TERHADAP GANGGUAN
KECEMASAN PADA SISWA KELAS 2 DI MI AR-ROHMAH
BOJONEGORO”**

SKRIPSI

ALIFFIYAA JIHAN QIYAMULLAILY

06040721085



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

**PRODI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aliffiyaa Jihan Qiyamullailiy

NIM : 06040721085

Jurusan : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil menjiplak maka saya akan menerima segala konsekuensi atas perbuatan tersebut

Surabaya, 11 juni 2025

Yang membuat pernyataan,


Aliffiyaa Jihan Qiyamullailiy
06040721085

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi Oleh :

Nama : Aliffiyaa Jihan Qiyamullailiy

NIM : 06040721085

Judul : Pengaruh Permainan Gelas Terhadap Gangguan Kecemasan Siswa Kelas 2 MI Ar-Rohmah Bojonegoro

Ini telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan

Surabaya,

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Mukhoiyaroh, M.Ag
197304092005012002



Uswatun Chasanah, M.Pd.I
198211132015032003

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Aliffiyau Jihan Qiyamullailiy ini
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi.

Surabaya, 11 Juni 2025

Mengesahkan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya



Prof. Dr. H. Muhammad Thohir, S.Ag, M.Pd

197307251998031001

Penguji I

Dr. Mukhoiyarom, M.Ag

197304092005012002

Penguji II

Uswatun Chasanah, M.Pd.I

198211132015032003

Penguji III

Dr. Munawir, M.Ag.

196508011992031005

Penguji IV

Sulthon Mas'ud, S.Ag, M.Pd.

197309102007011017

LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinshy.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Aliffiyas Jihan Qiyamullailiy
NIM : 06040721085
Fakultas/Jurusan : Tarbiyah dan Keguruan/Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
E-mail address : jihanaliffiyaa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain
(.....) yang berjudul :

**PENGARUH PERMAINAN GELAS TERHADAP GANGGUAN KECEMASAN SISWA KELAS
2 DI MI AR-ROHMAH BOJONEGORO**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 11 Juni 2025

Penulis

(Aliffiyas Jihan Qiyamullailiy)

ABSTRAK

Aliffiyaa Jihan Qiyamullaily, 2025. Pengaruh Permainan Gelas Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Siswa Kelas 2 Di MI Ar – Rohmah Bojonegoro. Skripsi Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
Pembimbing I Dr. Mukhoiyaroh, M.Ag dan Pembimbing II Uswatun Chasanah, M.Pd.I

Kata Kunci: Permainan Gelas, Gangguan Kecemasan

Studi yang dilakukan oleh Kaukus Masyarakat Peduli Kesehatan Jiwa menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental di Indonesia meningkat pada tahun 2024. Angka gangguan kecemasan naik menjadi 16%, sementara gangguan depresi meningkat menjadi 17,1%. Sebelumnya, menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, gangguan kecemasan tercatat hanya 9,8% dan depresi sebesar 6%. Pada saat wawancara dengan guru kelas 2 MI Ar-Rohmah di Bojonegoro, guru mengungkapkan bahwa terdapat sekitar lima siswa yang menunjukkan perilaku dengan ciri-ciri kecemasan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan gelas terhadap gangguan kecemasan pada siswa kelas 2 di MI Ar – Rohmah Bojonegoro. Jenis pendekatan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *one group pretest posttest*. Teknik pengumpulan data penelitian ini adalah menggunakan pretest dan posttest. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon signed rank test* menggunakan SPSS. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas 2 di MI Ar – Rohmah Bojonegoro dengan jumlah populasi 10 siswa.

Hasil penelitian ini memiliki Nilai Z yang diperoleh dari lima kali pengukuran berada dalam rentang -2,850 hingga -2,970, dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,003 hingga 0,004. Karena nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($p < 0,05$). Hasil analisis menunjukkan tingkat kecemasan awal sebelum dilakukan intervensi sebesar 50,42%, lalu setelah dilakukan intervensi permainan permainan gelas selama 5 hari terjadi penurunan tingkat kecemasan sebesar 11,99%. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest tingkat kecemasan siswa. Dengan demikian, permainan gelas secara statistik terbukti efektif dalam menurunkan gangguan kecemasan pada siswa

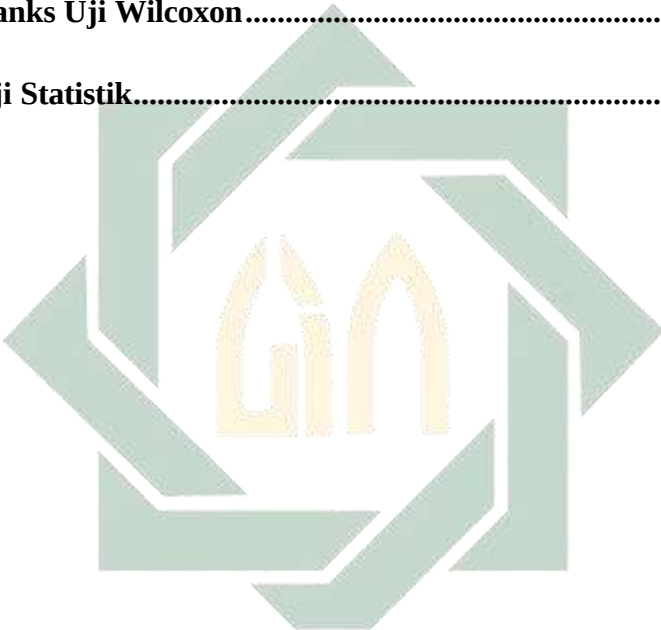
DAFTAR ISI

MOTTO.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN TIM PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	1
DAFTAR GAMBAR	2
DAFTAR LAMPIRAN	3
BAB I PENDAHULUAN	4
A. Latar Belakang	4
B. Rumusan Masalah.....	13
C. Identifikasi Masalah.....	13
D. Pembatasan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian	14
F. Manfaat Penelitian	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	16
A. Kajian Teori.....	16
1. Gangguan Kecemasan	16
2. Permainan Gelas.....	31

B. Kajian Penelitian Yang Relevan	38
C. Kerangka Pikir	48
D. Hipotesis Penelitian	49
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Jenis atau Desain Penelitian	51
B. Tempat dan Waktu Penelitian	52
C. Populasi Penelitian	53
D. Variabel Penelitian	54
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	56
F. Rancangan Penelitian	59
G. Teknik Analisis Data	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Hasil Penelitian	66
B. Pembahasan	70
BAB V PENUTUP	74
A. Simpulan	74
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	76
RIWAYAT HIDUP	80
LAMPIRAN – LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indikator Kecemasan	24
Tabel 2.2 Penelitian Yang Relevan	40
Tabel 3.1 Observasi Gangguan Kecemasan	57
Tabel 2.2 Rubrik Observasi Gangguan Kecemasan.....	58
Tabel 4.1 Skor Pretest Posttest.....	66
Tabel 4.2 Ranks Uji Wilcoxon.....	67
Tabel 4.3 Uji Statistik.....	69



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

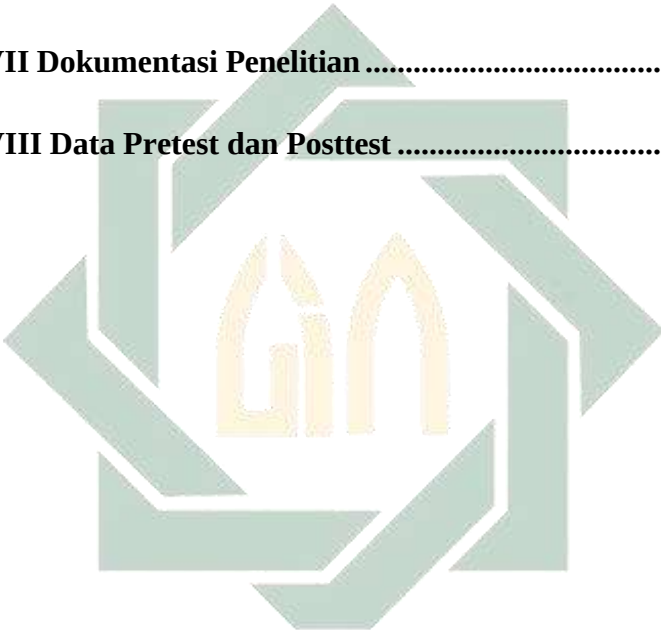
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Permainan Gelas	32
Gambar 2.2 Kerangka Pikir	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Surat Izin Penelitian	81
Lampiran II Lembar Observasi Pretest dan Posttest	83
Lampiran III Rubrik Observasi Gangguan Kecemasan	84
Lampiran IV Lembar Validasi Observasi Pretest dan Posttest.....	85
Lampiran V Lembar Contoh Hasil Observasi Pretest.....	91
Lampiran VI Lembar Contoh Hasil Observasi Posttest.....	92
Lampiran VII Dokumentasi Penelitian	93
Lampiran VIII Data Pretest dan Posttest	94



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Hariadi. "Jurnal Pengabdian." 1, no. 2 (2020): 111–17.
- Anissa, S. "Pengaruh Metode Permainan Terhadap Kecemasan Belajar Matematika Siswa Kelas IV SDN Pondok Ranji 01." *Skripsi*, 2016. [http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/33389%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33389/1/Anissa Safitri - 1111018300039](http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/33389%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33389/1/Anissa%20Safitri%201111018300039).
- Annisa, Dona Fitri, and Ifdil Ifdil. "Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)." *Konselor* 5, no. 2 (2016): 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>.
- Ardini, Puspa Pupung, and Anik Lestarinigrum. "Definisi Bermain, Bermain & Permainan Anak Usia Dini." *Adjie Media Nusantara*, 2018.
- Ayat, Quran Surah Ar-rad. "Mental Dalam Perspektif Pai Analisis Kritis Al-" 7 (2024): 11071–75.
- Choiriyah, Umatul, Desta Ariani Nurfaizah, Syarifah Anjani, Lutfiana Nurohmah, Rendi Restiana Sukardi, and Yeni Yuniarti. "Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Siswa SD Terkait Pembelajaran Matematika" 1, no. 2 (2023): 103–12.
- Christine, Abigail, and Ananta Yudianto. "Terapi Musik Sangat Efektif Untuk Menurunkan Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder) : Studi Meta-Analisis" 8, no. 1 (2021): 58–66. <https://doi.org/10.24843/JPU.2021.v08.i01.p06>.
- Dina, Rr, Kusuma Wardhani, Universitas Sultan, Ageng Tirtayasa, and Serang - Banten. "Dasar Pendidikan Anak Usia Dini Menuju Pendidikan Sekolah Dasar." *Jece* 4, no. 2 (2022): 89–99. <http://dx.doi.org/10.15408/jece.v4i2.31039>.
- Habibi, MA Muazar. "Penanganan Kecemasan Pada Anak Usia Dini Melalui Terapi Bermain." *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan* 7, no. 1 (2022): 156–62. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i1.297>.
- Hasanah, Annida, Muji Palhadad, Rian Tasalim, Fakultas Kesehatan, A Pendahuluan, and Menurut Kementrian. "Pengaruh Terapi Meditasi Dan Yoga Terhadap" 3, no. November (2021): 33–44.
- Hermanto, Didik. "Efikasi Diri Siswa Kelas V Dalam Pemecahan Masalah Pecahan Ditinjau Dari Tingkat Kecemasan Matematika." *STKIP PGRI Bangkalan*, 2016.
- Hikmah, Jurnal. "Paradigm." *Computer Graphics Forum* 39, no. 1 (2020): 672–73. <https://doi.org/10.1111/cgf.13898>.

- Illona G. Fachtyan, Izika Genio W. Sholihah, Isma W. Khoir, and Nadia Khairina. "Terapi Kognitif Dalam Pengelolaan Gangguan Kecemasan." *Flourishing Journal* 3, no. 12 (2023): 504–11. <https://doi.org/10.17977/um070v3i122023p504-511>.
- Islamiyah, Islamiyah, Asri Dwi Novianti, and Laode Anhusadar. "Pengaruh Terapi Bermain Puzzel Untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah." *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2024): 87–98. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.409>.
- Lasharani & Al-Wazir. "Uji Wilcoxon.", 2014, 1–6.
- Lastina, Fiona Fisabillia, and Zaenal Abidin. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA Negeri 2 Kota Magelang (The Correlations Between Social Support With Test Anxiety to Students SMA Negeri 2 Magelang)." *Jurnal Empati* 000, no. 00 (2013): 1–10.
- Mahanum, Mahanum. "Tinjauan Kepustakaan." *ALACRITY : Journal of Education* 1, no. 2 (2021): 1–12. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v1i2.20>.
- Mangundap, Selvi Alfrida. "Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Kecemasan Anak Usia Sekolah Saat Hospitalisasi Di Ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu The Influence of Therapeutic Play on The Anxiety of Hospitalized School – Age Children in the Catelia Room of Public Hos." *Lentora Nursing Journal* 1, no. 1 (2020): 1–5. <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/LNJ/article/view/284>.
- Maulana, Mardi, Bambang Ismaya, and Abdul Salam Hidayat. "Minat Siswi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Senam Lantai Sman 1 Cikampek." *Jurnal Literasi Olahraga* 1, no. 1 (2020): 66–76. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3766>.
- Mukholil. "Kecemasan Dalam Proses Belajar." *Kecemasan Dalam Proses Belajar* 8 (2018): 1–8.
- Muryanto, Hagus, Asroful Kadafi, Risha Pramudia Trisnani, and Vivi Yuniar Fitriani. "Aplikasi Game Simulation Untuk Mereduksi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Un Kelas Ix Smp Negeri I Dagangan." *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 3, no. 2 (2016). <https://doi.org/10.25273/counsellia.v3i2.249>.
- Nugraha, Aditya Dedy. "Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam." *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 1 (2020): 1–22. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>.
- Nurjayadi, Amin. *Tingkat Kecemasan Siswa Kelas Vi Sd Negeri 3 Pengasih Terhadap Pembelajaran Kayang Dalam Senam Lantai Tahun Pembelajaran 2015/2016 Skripsi. Journal of Chemical Information and Modeling*. Vol. 53,

2016.

- Oktamarin, Lidia, Fika Kurniati, Maratus Sholekhah, Silpa Nurjanah, Sri Wahyuni Oktaria, Sukmawati Sukmawati, and Tantri Apriyani. "Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini." *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 02 (2022): 119–34. <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>.
- Padila, Padila, Juli Andri, Muhammad Bagus Andrianto, Andry Sartika, and Yesi Oktaviyani. "Bermain Edukatif Ular Tangga Mampu Mengatasi Kecemasan Pada Anak Hospitalisasi." *Jurnal Kesmas Asclepius* 4, no. 1 (2022): 1–7. <https://doi.org/10.31539/jka.v4i1.3748>.
- Pemba, Yasintha, Darmawang Darmawang, and Nur Risnawati Kusuma. "Peran Lingkungan Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik Di Smk Katolik Muktyaca." *Jurnal Pendidikan Dan Profesi Keguruan* 2, no. 1 (2022): 12. <https://doi.org/10.59562/progresif.v2i1.29859>.
- Ph.D. Ummul Aiman, S.Pd. Dr. Karimuddin Abdullah S.HI. M.A. CIQnR Misbahul Jannah M.Pd., M.Pd. Zahara Fadilla Suryadin Hasda, M.Pd.I. Ns. Taqwin S.Kep. M.Kes. Masita, and M.Pd.Mat Ketut Ngurah Ardiawan M.Pd. Meilida Eka Sari. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022.
- Purwati, Devi. "Pengaruh Pemberian Terapi Bermain Mewarnai Gambaran Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Selama Hospitalisasi Di RSUD Kota Madiun." *Occupational Medicine* 53, no. 4 (2023): 130.
- Putri, Mentari Rama. "Kecemasan Belajar Siswa (Analisis Gejala , Penyebabdan Upaya Pemecahan Masalah Di Sd Inpres 12 / 79 Bulu Tempe Kecamatan Tanete Riattang Barat Kabupaten Bone) Student ' S Learning Anxietas (Analysis of Symptoms , Causes , and Problem Solving Efforts At." *Jurnal UNM* 1, no. 2 (2019): 1–16.
- Rudiansyah, Amirullah, and Muhammad Yunus. "Upaya Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Tes (Pencapaian Hasil Belajar) Siswa Di SMP Negeri 3 Banda Aceh." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah* 1, no. 1 (2016): 96–109.
- Setiawati, Erna, and Sundari Sundari. "Pengaruh Terapi Bermain Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak Sebagai Dampak Hospitalisasi Di RSUD Ambarawa." *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)* 2, no. 1 (2019): 17–22. <https://doi.org/10.35473/ijm.v2i1.146>.
- Sholekha, Maratus. "Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSI Sultan Agung Semarang." *Unissula Repository* 1, no. 2 (2023): 3–6.
- Siti Nur Hayati, and Khamim Zarkasih Putro. *Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini*. Generasi Emas. Vol. 4, 2021.

[https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4\(1\).6985](https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4(1).6985).

- Sitompul, Lidia Kristina, Lisa Dinda Stevani, Rida Fauziah, and Valenia Tabhita Putri. "Implementasi Teknik Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial Anak Usia Dini." *Jurnal Golden Age, Universitas Hamzanwadi* 5, no. 2 (2021): 501–12. <http://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jga/article/view/4146>.
- Sulistiyowati, Wiwik. "Buku Ajar Statistika Dasar." *Buku Ajar Statistika Dasar* 14, no. 1 (2017): 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>.
- Suprapti, Erni, and Diana Tri Lestari. "Efektifitas Terapi Bermain Boneka Tangan Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Pandemi Covid 19 Di Wilayah Kelurahan Meteseh Semarang." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 14, no. 1 (2023): 179–86. <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1637>.
- Syahputri, Addini Zahra, Fay Della Fallenia, and Ramadani Syafitri. "Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif." *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran* 2, no. 1 (2023): 160–66.
- Tadkiroatun, Musfiroh. "Teori Dan Konsep Bermain." *Modul PAUD: Bermain Dan Permainan Anak UT*, 2018, 1–44. <http://repository.ut.ac.id/4699/1/PAUD4201-M1.pdf>.
- Yam, Jim Hoy, and Ruhiyat Taufik. "Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi" 3, no. 2 (2021): 96–102.
- Zaini, Ahmad. "Shalat Sebagai Terapi Pengidap Gangguan Kecemasan Dalam Prespektif Psikoterapi Islam." *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 2 (2015): 319–34.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A