



Dampak *Gamefication* Berbasis Permainan Tradisional terhadap Kesejahteraan Psikologis Anak di LPKA Bengkulu

The Impact of Gamefication Based on Traditional Games on the Psychological Well-Being of Children at LPKA Bengkulu

Muhammad Dimas Pratama¹, Dian Pujiyanto², Yarmani³, Yahya Eko Nopiyanto⁴

¹²³⁴*Program studi Pendidikan Jasmani, Universitas Bengkulu, Jala WR.Supratman Kandang Limun, Kec. Muara Bangka Hulu, Bengkulu, 38371A, Indonesia*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak gamifikasi berbasis permainan tradisional terhadap kesejahteraan psikologis anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Subjek penelitian adalah anak-anak di LPKA Kota Bengkulu, dengan sampel sebanyak 30 anak binaan lapas (Anbinpas). Analisis data dilakukan melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *t-test*. Hasil analisis menunjukkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal serta memiliki varians yang homogen, sehingga dapat dibandingkan secara valid. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa gamifikasi berbasis permainan tradisional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis Anbinpas di LPKA Kota Bengkulu. Berdasarkan perhitungan statistik, diperoleh nilai *t* hitung sebesar -14.728, yang berada di luar daerah penerimaan H_0 , yaitu $-2.004 \leq t_{hitung} \leq 2.004$. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang menunjukkan bahwa gamifikasi berbasis permainan tradisional secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak binaan di LPKA Bengkulu.

Kata kunci: *Gamefication*, Kesejahteraan Psikologis, LPKA, Permainan Tradisional.

Abstract

This study aimed to analyze the impact of gamification based on traditional games on the psychological well-being of children at the Special Child Development Institution (LPKA) in Bengkulu City. The study employed a pre-experimental method with a One Group Pretest-Posttest design. The research subjects were children at LPKA Bengkulu, with a sample consisting of 30 juvenile inmates (Anbinpas). Data analysis was conducted using normality tests, homogeneity tests, and t-tests. The analysis results showed that the pretest and posttest data were normally distributed and had homogeneous variance, making them valid for comparison. The findings revealed that gamification based on traditional games had a significant effect on the psychological well-being of Anbinpas at LPKA Bengkulu. Based on statistical calculations, the t value obtained was -14.728, which was outside the acceptance region of H_0 , namely $-2.004 \leq t_{value} \leq 2.004$. Therefore, H_0 was rejected, and H_a was accepted, indicating that gamification based on traditional games significantly improved the psychological well-being of juvenile inmates at LPKA Bengkulu.

Keywords: *Gamification, Psychological Well-Being, LPKA, Traditional Games*

PENDAHULUAN

Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) merupakan tempat pembinaan bagi anak-anak yang berkonflik dengan hukum. LPKA memiliki peran penting dalam membina, merehabilitasi, dan mempersiapkan anak-anak binaan agar dapat kembali ke masyarakat dengan kondisi psikologis yang lebih baik. Anak-anak yang berada di LPKA umumnya menghadapi berbagai tantangan, termasuk tekanan psikologis, keterbatasan lingkungan, dan kehilangan kebebasan. Tekanan psikologis yang dialami oleh anak binaan di LPKA dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perasaan bersalah, stigma sosial, serta keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang mendukung perkembangan psikologis mereka.

Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu aspek penting dalam proses rehabilitasi anak binaan. Kesejahteraan psikologis mencakup perasaan positif, keterlibatan sosial, serta kemampuan untuk mengatasi stres dan tantangan hidup. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis anak binaan adalah melalui permainan tradisional yang dikemas dalam konsep *gamefication*. *Gamefication* merupakan penerapan elemen-elemen permainan dalam aktivitas non-game dengan tujuan meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan pengalaman positif dalam kehidupan sehari-hari.

Permainan tradisional memiliki berbagai manfaat bagi perkembangan psikologis anak. Selain sebagai sarana rekreasi, permainan tradisional juga dapat mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan interaksi antar individu, serta memberikan kesempatan untuk melatih ketahanan emosional. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu mengurangi stres dan meningkatkan kebahagiaan anak-anak. Dalam konteks LPKA, penerapan *gamefication* berbasis permainan tradisional diharapkan dapat membantu anak binaan mengatasi tekanan psikologis dan membangun kembali rasa percaya diri mereka.

Dalam penelitian ini, permainan bakiak dan terompah batok kelapa digunakan sebagai perlakuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis anak binaan. Bakiak merupakan permainan tradisional yang dimainkan secara berkelompok, sehingga dapat meningkatkan kerja sama tim dan membangun rasa kebersamaan. Sementara itu, terompah batok kelapa melatih keseimbangan,

konsentrasi, serta keterampilan motorik anak. Dengan memberikan pengalaman bermain yang menyenangkan dan edukatif, diharapkan anak binaan dapat mengalami peningkatan kesejahteraan psikologis secara signifikan

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana pengaruh *gamefication* berbasis permainan tradisional terhadap kesejahteraan psikologis anak binaan di LPKA Bengkulu. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai pentingnya pendekatan berbasis permainan dalam mendukung rehabilitasi psikologis anak-anak yang menjalani pembinaan di LPKA. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan yang lebih inovatif dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak binaan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Tempat penelitian dilakukan di LPKA Bengkulu dalam kurun waktu empat minggu. Populasi penelitian terdiri dari anak binaan di LPKA Bengkulu, dengan sampel sebanyak 30 anak yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengukuran data dilakukan dengan kuesioner kesejahteraan psikologis berbasis skala *Likert*. Adapun skor skala *likert* yang digunakan pada penelitian ini, yaitu:

Tabel 1. Skor Skala *Likert*

Alternatif Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Kurang Sesuai (KS)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *t-test*. Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis apakah terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah perlakuan permainan tradisional.

RUMUS

Dalam penelitian ini, beberapa metode analisis statistik digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Penyajian data hasil angket dari hasil penelitian

diawali dengan menentukan jumlah skor keseluruhan yang kemudian digunakan dalam mengklasifikasikan data hasil angket menjadi tiga klasifikasi yaitu tinggi, sedang dan rendah. Cara untuk mengklasifikasikan data hasil angket yaitu dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 2. Kriteria Hasil Skor Kesejahteraan Psikologis

Kelompok Skor	Kriteria Nilai
Tinggi	142 – 200
Sedang	91 – 141
Rendah	40 – 90

Sumber : (Ramadhani *et al.*, 2016)

Uji Normalitas

Rumus yang digunakan adalah uji normalitas (*Lilliefors Test*). Analisis uji normalitas dilakukan untuk memastikan apakah data yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak, dengan membuat Keputusan jika nilai signifikan atau probabilitas ($<0,05$), maka distribusi data tidak normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah uji untuk menentukan sama atau tidaknya variansi antara dua distribusi atau lebih.

$$F = \frac{\text{varian terbesar}}{\text{varian terkecil}}$$

Kriteria Pengujian :

Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ berarti Homogen

Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ berarti Tidak Homogen

Uji Hipotesis

Pengujian *t-test* dilakukan dengan menggunakan tingkat signifikansi 0,05 ($\alpha = 5\%$). Untuk rumus yang ketiga yaitu rumus untuk uji hipotesis, dimana pada penelitian ini menggunakan uji *t-test*:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Sumber: (Sugiyono, 2019)

HASIL

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kesejahteraan psikologis anak binaan setelah diberikan perlakuan berupa *gamefication* berbasis permainan tradisional.

a. Hasil *Pretest*

Hasil *pretest* ini menjadi penting untuk memberikan gambaran tentang tingkat kesejahteraan psikologis Anbinpas sebelum diberikan perlakuan. Berikut adalah hasil *pretest*:

Table 3. Distribusi Frekuensi *Pretest* Kesejahteraan Psikologis Siswa

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
142 – 200	Tinggi	6	20 %
91 – 141	Sedang	20	66,67 %
40 – 90	Rendah	4	13,33 %
		30	100 %

Berdasarkan Tabel 3, sebanyak 6 Anbinpas (20%) memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, 20 Anbinpas (66,67%) sedang, dan 4 Anbinpas (13,33%) rendah. Mayoritas berada pada kategori sedang, menunjukkan kesejahteraan psikologis yang cukup memadai, meskipun beberapa masih tergolong rendah

b. Hasil *Posttest*

Hasil *posttest* ini menjadi indikator utama dalam menilai efektivitas perlakuan yang diberikan. Berikut adalah hasil *posttest*:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Post Test*

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
142 – 200	Tinggi	13	43,33 %
91 – 141	Sedang	17	56,67 %
40 – 90	Rendah	0	0 %
		30	100 %

Berdasarkan Tabel 4, sebanyak 13 Anbinpas (43,33%) memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, 17 Anbinpas (56,67%) sedang, dan tidak ada yang tergolong rendah. Mayoritas berada pada kategori sedang, sementara sisanya pada kategori tinggi.

c. Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Berikut adalah perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* untuk mengukur perubahan tingkat kesejahteraan psikologis setelah perlakuan. Data ini menunjukkan distribusi frekuensi dan persentase peserta dalam setiap kategori sebelum dan sesudah perlakuan.

Table 5. Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Kategori Kesejahteraan	<i>Pretest</i> (Frekuensi)	<i>Pretest</i> (%)	<i>Posttest</i> (Frekuensi)	<i>Posttest</i> (%)
Tinggi	5	16,7%	15	50%
Sedang	20	66,7%	15	50%
Rendah	5	16,7%	0	0%

Berdasarkan hasil perbandingan di atas, sebelum diberikan perlakuan mayoritas anak binaan (66.7%) berada dalam kategori kesejahteraan psikologis sedang, dan 16.7% berada dalam kategori rendah. Setelah perlakuan, tidak ada lagi anak yang berada dalam kategori rendah, sementara jumlah anak dalam kategori tinggi meningkat dari 16.7% menjadi 50%.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai Lhitung untuk *pretest* adalah 0,154 dan untuk *posttest* adalah 0,149. Kedua nilai tersebut lebih kecil dibandingkan dengan Ltabel sebesar 0,161, sehingga dapat disimpulkan bahwa data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal. Selanjutnya, uji homogenitas dilakukan untuk menentukan apakah varians data *pretest* dan *posttest* bersifat homogen. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai Fhitung sebesar 1,123 lebih kecil dibandingkan Ftabel sebesar 1,860, sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data antara *pretest* dan *posttest* adalah homogen.

Uji hipotesis menggunakan uji *t* dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai Thitung sebesar -12,768 lebih kecil dibandingkan Ttabel sebesar 2,045. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis anak binaan.

Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional berbasis *gamefication* memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak binaan. Anak yang sebelumnya mengalami kecemasan dan tekanan emosional mengalami peningkatan perasaan positif, lebih aktif dalam interaksi sosial, serta menunjukkan perubahan dalam sikap

dan perilaku sehari-hari. Permainan bakiak dan terompah batok kelapa yang diterapkan dalam perlakuan terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri, kerja sama, dan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *gamefication* berbasis permainan tradisional dapat menjadi strategi yang efektif dalam program *rehabilitasi* psikologis anak binaan di LPKA. Perlakuan berbasis permainan ini tidak hanya memberikan manfaat rekreatif, tetapi juga membantu anak binaan mengembangkan keterampilan sosial, mengatasi tekanan psikologis, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gamification berbasis permainan tradisional mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis anak binaan di LPKA Bengkulu secara signifikan. Peningkatan ini terlihat dari perbandingan hasil pretest dan posttest, di mana jumlah anak yang berada dalam kategori kesejahteraan psikologis tinggi meningkat dari 16,7% menjadi 50,0%. Selain itu, tidak ada lagi anak yang berada dalam kategori kesejahteraan rendah setelah perlakuan, yang menunjukkan dampak positif dari intervensi yang dilakukan. Peningkatan kesejahteraan psikologis ini dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme yang berkontribusi terhadap perubahan positif pada anak binaan. Pertama, permainan tradisional yang diterapkan dalam penelitian ini, seperti bakiak dan terompah batok kelapa, melibatkan aktivitas fisik yang lebih banyak dibandingkan dengan aktivitas rutin di dalam LPKA.

Aktivitas fisik dalam permainan telah terbukti secara ilmiah dapat meningkatkan hormon endorfin yang berperan dalam meningkatkan perasaan bahagia serta mengurangi tingkat stress dan kecemasan. Selain itu, keterlibatan dalam permainan ini juga meningkatkan kadar serotonin dan dopamin yang berkontribusi terhadap keseimbangan emosional dan motivasi anak binaan.

Kedua, interaksi sosial yang terjadi selama permainan juga berperan penting dalam peningkatan kesejahteraan psikologis. Permainan tradisional bersifat interaktif dan kolaboratif, memungkinkan anak binaan untuk membangun relasi yang lebih erat dengan teman sebaya mereka. Hal ini membantu mengurangi perasaan isolasi sosial yang sering dialami oleh anak-anak di lingkungan LPKA.

Melalui kerja sama dan komunikasi yang intens dalam permainan, mereka juga belajar untuk lebih percaya diri dalam bersosialisasi, mengasah keterampilan interpersonal, serta meningkatkan rasa kebersamaan.

Ketiga, permainan tradisional mengandung unsur kerja sama dan kompetisi yang sehat. Dalam penelitian ini, anak-anak binaan didorong untuk bekerja sama dalam tim saat bermain bakiak dan bersaing secara sportif saat bermain terompah batok kelapa. Pengalaman ini memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan rasa tanggung jawab, serta membangun hubungan interpersonal yang lebih baik dengan teman sebaya mereka. Kemampuan untuk bekerja dalam tim dan menghadapi tantangan dengan sikap sportif dapat menjadi keterampilan berharga dalam kehidupan sosial mereka di masa depan.

Keempat, keterlibatan anak binaan dalam permainan tradisional memungkinkan mereka untuk melupakan tekanan psikologis akibat masa lalu mereka dan menciptakan pengalaman positif yang dapat membantu dalam proses rehabilitasi. Permainan tradisional memberikan ruang bagi mereka untuk merasa bebas, berekspresi, dan mendapatkan pengalaman menyenangkan yang jarang mereka alami selama berada di dalam LPKA. Hal ini juga membantu meningkatkan rasa optimisme dan harapan mereka terhadap masa depan yang lebih baik. Berdasarkan hasil dan analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa *gamification* berbasis permainan tradisional tidak hanya memberikan manfaat rekreatif, tetapi juga berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis anak binaan. Oleh karena itu, penerapan permainan tradisional dalam program rehabilitasi di LPKA dapat menjadi salah satu metode yang efektif dalam membantu anak-anak binaan mengembangkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Dengan pendekatan ini, mereka dapat lebih siap untuk beradaptasi dan berintegrasi kembali ke dalam masyarakat secara lebih optimal, serta memiliki peluang yang lebih besar untuk membangun kehidupan yang lebih baik di masa depan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *gamefication* berbasis permainan tradisional memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis anak binaan di LPKA Bengkulu. Peningkatan kesejahteraan ini terlihat

dari perubahan kategori kesejahteraan psikologis setelah perlakuan, di mana jumlah anak dalam kategori tinggi meningkat secara signifikan, sementara tidak ada lagi anak yang berada dalam kategori rendah. Faktor-faktor seperti aktivitas fisik yang merangsang pelepasan hormon endorfin, interaksi sosial yang lebih baik, serta pengalaman bermain yang menyenangkan berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis anak binaan.

Dengan demikian, *gamefication* berbasis permainan tradisional dapat menjadi strategi efektif dalam program pembinaan di LPKA, baik sebagai sarana rekreasi maupun metode rehabilitasi psikologis. Penerapan metode ini tidak hanya membantu anak binaan mengembangkan kesejahteraan emosional dan sosial yang lebih baik, tetapi juga mendukung proses reintegrasi mereka ke dalam masyarakat secara lebih optimal.

REFERENSI

- Al Amhari, A. (2018). Psychological well-being and traditional games: Anempirical study. *Journal of Psychology and Education*, 35(2), 112-126.
- Ariani, F. (2020). Gamification strategies for enhancing student motivation. *Journal of Learning and Innovation*, 8(3), 120-137.
- Fadhila, S. (2021). Integrating traditional games in therapy programs for juvenile inmates. *Journal of Correctional Studies*, 29(1), 54-71.
- Firmansyah, D. (2022). Game-based learning in correctional institutions: A case study. *Journal of Correctional Education*, 40(1), 77-91.
- Hakim, R. (2023). Effects of social interaction through traditional games on adolescent well-being. *International Journal of Child Studies*, 12(2), 67- 83.
- Hidayat, M. (2018). Play and psychological development in detained juveniles. *Journal of Youth Studies*, 20(4), 195-210.
- Iskandar, J. (2023). Psychosocial benefits of play-based learning in juvenile facilities. *Journal of Child Welfare*, 28(2), 112-128.
- Mahardika, A. (2021). Implementasi permainan tradisional dalam program rehabilitasi anak binaan. *Jurnal Rehabilitasi Sosial*, 9(2), 76-90.
- Malik, H., & Rahma, T. (2020). Gamification in educational contexts: A systematic review. *International Journal of Learning and Teaching*, 8(3), 145-159.
- Nugroho, B. (2023). Impact of physical activities on mental health in correctional facilities. *Journal of Correctional Research*, 14(2), 89-104.
- Prabowo, S. (2023). The role of sports and games in juvenile psychological rehabilitation. *Journal of Sports Science and Therapy*, 17(1), 39-56.
- Prasetyo, H. (2021). Psychosocial effects of gamification in educational settings.

Journal of Applied Psychology, 25(3), 201-215.

Putri, R., & Sujana, B. (2020). Effects of traditional games on children's emotional development. *Journal of Child Psychology*, 10(2), 85-99.

Rahayu, L. (2022). Implementasi permainan tradisional dalam pendidikan karakter anak. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 17(1), 45-61.

Rahma, T. (2024). Impact of traditional games on juvenile rehabilitation programs. *International Journal of Social Sciences*, 15(4), 132-147.

Ramadhani, T., Djunaedi, D., & Sismiati S., A. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108. <https://doi.org/10.21009/insight.051.16>

Setiawan, Y. (2019). Role of play in child development and well-being. *Child Development Research*, 33(2), 99-114.