

**PENINGKATAN PERKEMBANGAN SOSIAL DAN EMOSIONAL
MELALUI PEMBERIAN TERAPI BERMAIN PADA USIA
PRASEKOLAH**

MiftaWahyuRafa Sakina¹, DwiSarwindah Sukiati²
Program Studi Psikologi Profesi Psikologi (S2), Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

e-mail:

rafa.sakina@gmail.com¹,
wendy_psi@yahoo.com²

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of increased social and emotional development through the provision of play therapy at preschool age. The approach used in this study is an experimental approach to the type of single case experimental design research. In this single case experimental design study, comparisons were not made between individuals or groups but were compared on the same subject under different conditions. Different conditions in this case are baseline conditions and intervention conditions. The techniques used to collect data are observation, interview and psychological tests including NST, Frostiq and Bender Gestalt. Subjects in this study were 6-year-old children who experience barriers to social emotional development. The intervention was carried out by providing play therapy for 10 days, which was carried out for 1 hour each day. The results of interventions that have been carried out indicate a change from baseline to intervention conditions. In baseline conditions the subject is often aloof, lacking confidence, tends to be less able to make adjustments and requires a long time to complete the assignment given by the teacher. In the condition of intervention the subject can establish a good relationship with his peers, the subject can also participate in learning activities smoothly.

Keywords: *Emotional Social Development, Play Therapy, Preschool*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas peningkatan perkembangan sosial dan emosional melalui pemberian terapi bermain pada usia prasekolah. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan eksperimen dengan jenis penelitian *single case experimental design*. Dalam penelitian *single case experimental design* ini perbandingan tidak dilakukan antara individu maupun kelompok namun dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi yang berbeda. Kondisi berbeda dalam hal ini yaitu kondisi *baseline* dan kondisi intervensi. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu teknik observasi, wawancara dan tes psikologi meliputi NST, Frostiq dan Bender Gestalt. Subjek dalam penelitian ini adalah anak berusia 6 tahun yang mengalami hambatan perkembangan sosial emosional. Intervensi dilakukan dengan memberikan terapi bermain selama 10 hari yang setiap harinya terapi dilakukan selama 1 jam. Hasil intervensi yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan dari kondisi *baseline* ke kondisi intervensi. Dalam kondisi *baseline* subjek sering menyendiri, kurang percaya diri, cenderung kurang dapat melakukan penyesuaian diri dan membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Dalam kondisi intervensi subjek dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman sebayanya, subjek juga dapat mengikuti kegiatan belajar dengan lancar.

Kata Kunci : Perkembangan Sosial Emosional, Terapi Bermain, Prasekolah

PENDAHULUAN

Perkembangan sosial emosional saat ini semakin dipahami sebagai sebuah krisis dalam perkembangan anak. Hal ini dikarenakan anak terbentuk melalui sebuah perkembangan dalam proses belajar. Pada masa perkembangan awal, bayi akan merasa aman dalam keluarganya apabila kebutuhannya telah terpenuhi oleh lingkungan. Seorang bayi akan mengeksplorasi melalui rasa, sentuhan, dll. Melalui kegiatan mengeksplorasi itulah bayi akan belajar. Sebaliknya jika bayi merasa tidak aman di dalam lingkungan keluarga, maka bayi akan menghabiskan energinya untuk mengatur dirinya yang pada akhirnya bayi tidak memiliki kesempatan untuk bereksplorasi yaitu bayi tidak memiliki kesempatan untuk belajar. Proses belajar pada masa itulah yang mempengaruhi perkembangan pada tahapan selanjutnya. Masa perkembangan dari bayi hingga memasuki sekolah dasar akan menjadi “pondasi” belajar yang kuat bagi anak untuk mengembangkan kemampuan sosial emosinya agar menjadi lebih sehat dan siap untuk menghadapi tahapan perkembangan selanjutnya yang lebih rumit lagi. Pada tahap krisis ini adalah waktu yang tepat untuk meletakkan dasar-dasar pengembangan kemampuan sosial emosi.

Anak usia dini adalah anak yang berada di rentang usia 4-6 tahun dimana anak tersebut telah memasuki jenjang prasekolah. Anak pada fase tersebut mengalami banyak perubahan pada fase kehidupan sebelumnya. Masa anak usia dini ini sering disebut dengan “*golden age*” atau masa emas. Pada masa tersebut hampir seluruh potensi anak mengalami masa peka yang tepat dan hebat dalam tumbuh kembangnya. Setiap anak memiliki tahapan perkembangan yang berbeda, karena setiap individu memiliki perkembangan yang berbeda pula. Salah satu bentuk pendidikan prasekolah yang ada di jalur pendidikan yaitu Taman Kanak-Kanak. Taman Kanak-Kanak memberikan layanan bagi anak usia dini sampai memasuki tahapan pendidikan dasar. Patmonodewo (2003) menjelaskan “anak prasekolah adalah mereka yang berusia antara 3-6 tahun. Mereka biasanya mengikuti program prasekolah.

Di Indonesia, umumnya mereka mengikuti program tempat penitipan anak (3 bulan sampai 5 bulan), kelompok bermain (usia 3 tahun) dan pada usia 4-6 tahun biasanya akan mengikuti program taman kanak-kanak”. Pendidikan pada taman kanak-kanak biasanya akan diarahkan untuk mengembangkan potensi anak semaksimal mungkin yang sesuai dengan tahapan

perkembangan anak. Biasanya dilakukan dengan melalui kegiatan bermain sambil belajar. Selain itu, taman kanak-kanak juga diharapkan untuk berusaha mengembangkan segi kepribadian anak dalam hal keterampilan sosial yang berhubungan dengan emosional. Hal ini dikarenakan anak tidak lagi berkumpul dan bergaul bersama dengan keluarga di rumah akan tetapi sudah berkumpul bersama figure baru yaitu guru dan teman sebayanya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Suryani, N. A. (2019), bahwa kemampuan sosial emosional anak dapat ditingkatkan melalui permainan raba-raba pada PAUD kelompok A. Hasil penelitian menunjukkan keterampilan sosial emosional anak semakin meningkat persentasenya, mulai dari awal tindakan keterampilan sosial emosional anak mencapai ketuntasan 41,75% meningkat akhir siklus II menjadi 88,53% dengan begitu hasil yang diharapkan pada keterampilan sosial emosional anak pada penelitian tersebut telah tercapai.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Utami, R. W. T., Hanafi, M., & Kriswoyo, P. G. (2017) tentang pengaruh metode bermain peran terhadap peningkatan percaya diri pada anak usia pra sekolah (4-5 tahun) di pendidikan anak usia dini Insan Harapan Klaten juga menyatakan adanya

perbedaan yang signifikan hasil keterampilan proses sains antara anak yang mengikuti pembelajaran melalui metode pembelajaran eksperimen dengan anak yang tidak mengikuti pembelajaran metode pembelajaran eksperimen pada anak kelompok B tahun pelajaran 2015/2016 di TK Kartika VII-3 Singaraja.

Terapi Bermain

Dari sisi sosial emosional, kegiatan bermain dapat melatih anak untuk memahami perasaan teman lainnya. Konflik yang terjadi dalam interaksi keduanya akan membantu anak untuk memahami bahwa ada orang lain yang memiliki cara pandang yang berbeda dengan dirinya yaitu teman bermainnya. Begitu pentingnya perkembangan sosial bagi anak hingga Nurmalitasari (2015) mengatakan bahwa anak kurang populer adalah anak yang kurang memiliki keterampilan sosial dengan baik. Perkembangan sosial dapat dipetakan dalam beberapa aspek yang meliputi kompetensi sosial dan tanggung jawab sosial. Dimana kompetensi sosial menggambarkan keefektifan kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Bermain merupakan kegiatan menyenangkan yang dilakukan dengan

tujuan untuk bersenang-senang yang memungkinkan anak dapat melepaskan rasa frustrasi (Santrock, 2007). Menurut Wong (2007) bermain merupakan kegiatan anak-anak yang dilakukan berdasarkan keinginan anak sendiri untuk mengatasi stress, tantangan dan kesulitan yang ditemui serta agar anak dapat berkomunikasi untuk mencapai kepuasan dalam berhubungan dengan orang lain. Bermain merupakan kegiatan yang sangat tepat untuk anak. Bermain dapat meningkatkan daya pikir anak untuk memanfaatkan aspek sosial, emosional serta fisiknya untuk meningkatkan kemampuan fisik, pengetahuan dan pengalaman serta keseimbangan mental anak.

Terapi bermain termasuk kegiatan yang digunakan untuk mengatasi masalah emosi dan perilaku anak-anak. Hal ini dikarenakan terapi bermain dinilai responsive terhadap kebutuhan beragam dan unik dalam perkembangan mereka. Anak-anak pada dasarnya berbeda dengan orang dewasa yang dapat berkomunikasi secara alami melalui kata-kata, anak-anak lebih alami mengekspresikan diri melalui bermain dan beraktivitas. Terapi bermain merupakan suatu bentuk permainan anak-anak yang dimana anak-anak dapat berhubungan dengan orang lain, saling kenal sehingga

dapat mengungkapkan perasannya sesuai kebutuhannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen *Single Case Experimental Design* yaitu sebuah desain penelitian yang digunakan untuk mengevaluasi efek suatu intervensi dengan kasus tunggal dari beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek tunggal (Barlow & Hersen, 1984 ; Latipun 2011). Dalam penelitian *Single Case Experimental Design* ini perbandingan tidak dilakukan antara individu maupun kelompok namun dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi yang berbeda. Kondisi berbeda dalam hal ini yaitu kondisi *baseline* dan kondisi intervensi. Kondisi *baseline* adalah kondisi dimana pengukuran target perilaku dilakukan pada keadaan natural sebelum diberikan intervensi apapun, sedangkan kondisi intervensi adalah kondisi dimana suatu perlakuan telah diberikan dan target perilaku diukur dibawah kondisi tertentu (Sunanto, 2005). Pada penelitian ini akan dilakukan perbandingan antara *baseline* dengan sekurang-kurangnya satu fase intervensi. Berdasarkan kasus yang sudah ada maka lokasi penelitian dilakukan disalah satu TK Swasta di Surabaya dengan subjek

yang berjumlah 1 orang yang berjenis kelamin perempuan dan berusia 6 tahun.

Teknik pengambilan data dilakukan selama 10 hari asesmen dan 10 hari intervensi. Asesmen dilakukan dengan observasi, wawancara dan psikotes. Observasi dilakukan secara umum baik di sekolah maupun di rumah. Wawancara dilakukan kepada ibu subjek, guru kelas dan subjek sendiri. Penggalan data lainnya dengan menggunakan psikotes. Alat tes psikologi yang digunakan adalah Tes NST & Frostig dan Tes Bender Gestalt. Tujuan dari psikotes adalah untuk memperkuat hasil observasi dan wawancara. Selain itu, juga untuk mengungkap gambaran diri subjek yang meliputi aspek kognitif, emosi, sosial dan perilaku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Baseline	Kondisi Intervensi
<p>Setelah dilakukan observasi pada subjek dan wawancara dengan orang tua dan guru kelas, didapatkan hasil sebagai berikut :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subjek termasuk anak yang pendiam, jarang berbicara jika tidak ditanya meskipun itu dengan teman-temannya. • Subjek jarang bermain dengan teman-temannya. • Subjek lamban dalam mengerjakan semua tugas baik menggambar, 	<p>Setelah dilakukannya intervensi didapatkan hasil sebagai berikut :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subjek dapat menjalin hubungan yang baik dengan beberapa teman perempuan dan guru kelasnya meski belum intens. • Subjek nampak lebih berani bertanya jika subjek mengalami kesulitan dalam pengerjaan

<p>menulis dan menempel serta mewarnai.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subjek jarang sekali meminta bantuan kepada guru, ia cenderung diam saja meskipun ada kendala. • Subjek terkadang mudah menyerah dalam mengerjakan sesuatu dan cenderung berjalan-jalan didalam kelas. 	<p>tugasnya di kelas. Selain itu, subjek juga nampak sudah berani meminjam alat tulis kepada teman perempuan ketika subjek tidak membawa alat tulis yang harus digunakan. Sebelumnya subjek akan diam saja ketika subjek tidak membawa alat tulis, ketika guru kelas menghampiri subjek, ia baru mau mengatakan masalahnya kepada gurunya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subjek menjadi mampu berkonsentrasi dan mendengarkan apa yang disampaikan oleh guru kelas. • Subjek menjadi mudah diberitahu sehingga subjek cenderung taat akan aturan yang berlaku.
---	---

Tahapan perkembangan sosial emosional anak merupakan tahap perkembangan sosial perkembangan tingkah laku pada anak dimana anak diminta untuk menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku dalam lingkungan masyarakat. Dengan kata lain, perkembangan sosial merupakan proses belajar anak dalam menyesuaikan diri dengan norma, moral dan tradisi dalam sebuah kelompok

Yahro, (Nurmalitasari, 2015). Piaget menunjukkan adanya sifat egosentris yang tinggi pada anak karena anak belum dapat memahami perbedaan perspektif pikiran orang lain (Suyanto, 2005). Pada tahapan ini anak hanya mementingkan dirinya sendiri dan belum mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain. Anak belum mengerti bahwa lingkungan memiliki cara pandang yang berbeda dengan dirinya (Suyanto, 2005). Anak masih melakukan segala sesuatu demi dirinya sendiri bukan untuk orang lain.

Anak sudah mulai bermain bersama teman sebaya (*cooperative play*). Vygotsky dan Bandura menyebutnya dengan teori belajar sosial melalui perkembangan kognitifnya. Anak usia TK (4-6 tahun) perkembangan sosial sudah mulai berjalan. Hal ini tampak dari kemampuan mereka dalam melakukan kegiatan secara berkelompok. Kegiatan bersama berbentuk seperti sebuah permainan. Tanda-tanda perkembangan pada tahap ini adalah:

1. Anak mulai mengetahui aturan-aturan, baik di lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan bermain,
2. Sedikit demi sedikit anak sudah mulai tunduk pada peraturan,
3. Anak mulai menyadari hak atau kepentingan orang lain,

4. Anak mulai dapat bermain bersama anak-anak lain, atau teman sebaya (*peer group*).

Berdasarkan hasil pemberian intervensi dengan pemberian terapi bermain diperoleh hasil bahwa subjek dapat melakukan kegiatan sekolah dengan cukup baik. Selain itu subjek juga sudah mulai menjalin hubungan baik dengan teman sebaya maupun guru kelasnya. Kondisi ini jauh berbeda jika dibandingkan dengan kondisi *baseline* atau kondisi dimana belum diberikannya intervensi. Subjek sesekali mengeluh karena kesulitan memahami pelajaran yang diberikan oleh guru, namun ia nampak sudah mulai bertanya jika subjek mengalami kesulitan. Selain itu, perbedaan yang nampak juga sebelum dan sesudah intervensiyaitu pada sikap ketidakpatuhannya. Awalnya subjek selalu berjalan-jalan di kelas dan menghiraukan guru, namun kondisi intervensi menunjukkan subjek cenderung lebih patuh pada guru dan aturan.

PENUTUP

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil dari terapi bermain yang telah diberikan menunjukkan kemajuan yang

terlihat, subjek sudah mulai mau patuh dengan guru, subjek juga sudah mulai mau berinteraksi dengan orang yang ada disekitar sedikit demi sedikit. Selain itu subjek juga sudah mulai mau berkomunikasi secara verbal sedikit lebih lama dari sebelum diberikan intervensi meskipun belum secara intens.

Berdasarkan program intervensi yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan saran kepada pihak-pihak yang terkait yaitu:

1. Disarankan bagi orangtua subjek untuk semaksimal mungkin memberikan pendampingan dan stimulus yang dibutuhkan oleh subjek, mendampingi ketika belajar, sering ajak anak bersosialisasi dengan lingkungan baru, berikan motivasi dan pengertian kepada anak agar anak dapat memahami akan kondisi lingkungan.
2. Disarankan bagi guru kelas subjek untuk mengontrol perkembangan siswa dengan cara rutin berkomunikasi dengan wali murid untuk mengetahui sejauhmana perkembangan siswa saat di rumah, memberikan pendampingan, dukungan dan motivasi ketika subjek berada didalam kelas serta sering melibatkan anak dalam kegiatan

kelompok dan buat kegiatan yang menarik perhatian anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Barlow, David H dan Michel Hersen, 1984, *Single Case Experimental Designs Strategies for Studying Behavior Change*, Edisi Kedua, New York: Pergamon Press, Inc.
- Latipun. 2006. Psikologi Eksperimen. Malang: UMM Press-Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nurmalitasari, F. (2015). *Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah*: Buletin psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Vol. 23, No. 2: 103-111
- Patmonodewo, S. (2003). *Pendidikan anak prasekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunanto, Juang. 2005. *Pengantar Penelitian Subjek Tungga*
- Santrock, W. J. (2007). *Perkembangan anak*. Jakarta: Erlangga.
- Saputro, H. dan Fazrin, I. (2017). *Penerapan terapi bermain anak sakit proses, manfaat dan pelaksanaannya*. Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES)
- Suryani, N. A. (2019). *Kemampuan Sosial Emosional Anak Melalui Permainan Raba-Raba Pada PAUD Kelompok A*. Jurnal Ilmiah Potensia, 4(2), 141-150.

Suyanto, S. (2005). *Dasar-dasar pendidikan anak usia dini*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.

Utami, R. W. T., Hanafi, M., & Kriswoyo, P. G. (2017). *Pengaruh Metode Bermain Peran terhadap Peningkatan Percaya Diri pada Anak Usia Pra Sekolah (4-5 Tahun) di Pendidikan Anak Usia Dini Insan Harapan Klaten*. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(2), 84-92.

Wong, D. L. (2009). *Buku ajar keperawatan pediatrik* (Vol. Volume 1). Jakarta: EGC.