

MENGURANGI TINGKAT AGRESIVITAS ANAK USIA TK MELALUI TERAPI BERMAIN (*PLAY THERAPY*)

Muh. Chotim, Dian Ratnaningtyas Affifah, dan Noviyanti Kartika Dewi

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat agresivitas anak usia TK. Penelitian ini juga untuk mengetahui bagaimana keefektifan *Play Therapy* dalam mengurangi tingkat agresivitas anak usia TK.

Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif eksperimen. Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan di TK ABA Dagangan Kabupaten Madiun diperoleh gambaran bahwa anak usia TK di TK ABA tersebut cenderung menunjukkan perilaku agresif. Hal ini terlihat dari lembar observasi *Child Behavior Check List (CBCL)* yang dilakukan oleh peneliti terhadap orang tua dan guru siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku agresi yang sering muncul pada anak TK ABA Dagangan adalah memukul, mengejek dan merebut mainan teman. Ketiga perilaku tersebut mendominasi tingkah laku mereka sehari-hari baik dalam kegiatan di sekolah maupun di rumah. Untuk dapat mengurangi tingkat agresi tersebut peneliti melakukan kegiatan intervensi dengan menggunakan *Play Therapy* sebanyak 6 kali. Rancangan *Play Therapy* yang digunakan dalam penelitian untuk mengurangi tingkat agresivitas ini adalah dengan permainan ular tangga dan sandiwara boneka. Berdasarkan kegiatan intervensi yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa tingkat agresi anak TK Dagangan mengalami penurunan. Walaupun tidak semua anak mengalami penurunan yang drastis namun dari 6 kali kegiatan intervensi yang dilakukan (3 kali untuk kegiatan intervensi permainan ular tangga dan 3 kali untuk kegiatan intervensi bermain drama boneka) tersebut anak yang bernama Nina, Albert, Cika dan Deni sudah dapat mengontrol tingkah laku agresinya. Sedangkan untuk siswa yang bernama Andi dan Firman perlu rancangan intervensi lebih lanjut. Dengan demikian

penggunaan Play Therapy yang dirumuskan oleh peneliti efektif untuk menurunkan perilaku agresi anak TK ABA Dagangan.

Kata Kunci: anak TK, agresivitas, play therapy

Pendahuluan

Masa anak merupakan salah satu fase dalam kehidupan seseorang yang mengembangkan aspek fisik, kognitif dan emosional. Fase ini membutuhkan aktifitas anak untuk menjelajah, bermain, bertanya mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk perkembangan selanjutnya. Fase ini juga membentuk kemampuan anak untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan dan masalah yang baru. Oleh karena itu, masa anak disebut juga masa usia menjelajah, bermain, bertanya dan masa penyesuaian diri (Hurlock,1980 : 109).

Anak usia TK adalah anak yang sedang berada dalam rentang usia 4-6 tahun, yang merupakan sosok individu yang sedang berada dalam proses perkembangan. Anak usia TK ini memiliki karakteristik tersendiri dan anak memiliki dunianya sendiri. Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan sangat pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Adapun karakteristik yang menonjol pada anak usia TK adalah sangat aktif, dinamis, antusias dan hampir selalu ingin tahu terhadap apa yang dilihat dan didengarnya, seolah-olah tak pernah berhenti untuk belajar.

Hal ini diperkuat dengan pendapatnya Morrison (2012: 253) bahwa murid TK sama seperti anak-anak lain dalam banyak hal. Mereka memiliki karakteristik perkembangan fisik dan perilaku yang menjadikan mereka individu-individu yang unik. Perkembangan fisik murid TK ini penuh semangat. Mereka mempunyai banyak energi dan ingin menggunakannya dalam aktivitas fisik seperti berlari, mendaki dan melompat. Murid TK usia lima sampai enam tahun berada dalam tahap kerja keras lawan rendah diri dalam perkembangan sosial dan emosi menurut Erikson. Pada tahap ini murid TK terus belajar untuk mengatur emosi dan interaksi sosial mereka (Morrison, 2012: 254).

Agresif secara *psikologis* berarti cenderung (ingin) menyerang kepada sesuatu yang dipandang sebagai hal yang mengecewakan, menghalangi atau menghambat (KBBI: 1995: 12). Perilaku agresif biasanya ditunjukkan untuk menyerang, menyakiti atau melawan orang lain, baik secara fisik maupun verbal. Hal itu bisa berbentuk pukulan, tendangan, dan perilaku fisik lainnya, atau berbentuk cercaan, makian ejekan, bantahan dan semacamnya. Perilaku ini tentu saja dapat membahayakan anak atau orang lain. Perilaku agresif juga didefinisikan sebagai setiap tindakan yang disengaja "menyakiti orang lain, secara fisik atau psikologis" (Moeller, 2001 dalam Shechtman, 2009).

Berapa banyak anak-anak yang memiliki permasalahan perilaku agresif belum dapat dikuantifikasi secara pasti karena kondisi setiap anak serta lingkungan yang berpotensi menciptakan perilaku bermasalah di diri anak berbeda-beda. Namun Achenbach & Edelbrock (Arismantoro, 2008 dalam Elisa, 2008) telah menemukan bahwa prevalensi anak-anak yang memiliki tingkah laku bermasalah di Taman Kanak-Kanak diestimasi berkisar antara 3% - 6% dari populasi. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan Ruth (1996 dalam Elisa, 2008) mengungkapkan bahwa gangguan perilaku agresif pada anak-anak usia sekolah awal sebesar 6 % dari populasi, dengan kecenderungan lebih besar pada anak laki-laki yaitu sebesar 5 %, sedangkan pada anak perempuan 1 % sampai 3 % dari populasi.

Perilaku agresif jika menetap sebagai suatu kebiasaan pada anak dapat berkembang menjadi perilaku merusak pada anak pada tahap perkembangan selanjutnya. Seperti yang dijelaskan oleh Viemero (1996 dalam Ratnasari, 2003) bahwa perilaku agresif pada remaja disebabkan oleh perilaku agresif pada masa kanak-kanak. Izzaty (2006) juga menyatakan bahwa dengan bersikap agresif akan merugikan diri anak sendiri maupun lingkungan. Terkait dengan masalah diatas maka perlu kiranya perilaku agresif tersebut mendapatkan penanganan yang khusus hal ini karena pada masa kanak-kanak merupakan fondasi dan dasar kepribadian yang menentukan pengalaman anak selanjutnya (Rahman, 2005: 31). Pengalaman yang dialami anak pada usia dini akan berpengaruh kuat terhadap

kehidupan selanjutnya dan hal tersebut akan bertahan lama, bahkan tidak dapat terhapuskan.

Terkait dengan perilaku agresif tersebut peneliti akan melakukan penelitian di TK ABA Dagangan Kecamatan Dagangan untuk melihat tentang gambaran perilaku agresif di TK tersebut. Hal ini dikarenakan adanya keluhan dari guru dan orang tua disekolah tersebut tentang perilaku siswa TK ini. Berdasarkan informasi awal ini peneliti melihat bahwa siswa di TK ABA Dagangan ini cenderung memiliki perilaku agresif.

Play Therapy dipilih sebagai alternatif untuk membantu mengurangi tingkat agresivitas pada anak TK, karena bagi seorang anak bermain adalah kegiatan yang mereka lakukan sepanjang hari. Menurut Romlah (1988: 33) mengatakan bahwa bermain merupakan media alami anak untuk mengekspresikan diri, mengungkapkan perasaan-perasaannya dan mengungkapkan daya imajinasinya. Permainan bagi anak merupakan alat untuk berkomunikasi dengan orang lain, seperti halnya bahasa bagi orang dewasa. Melalui permainan kesulitan-kesulitan anak lebih mudah untuk diungkapkan.

Merujuk pada uraian diatas, dengan demikian bermain merupakan kegiatan atau hal yang paling wajar bagi anak-anak. Mereka seringkali berkomunikasi menyatakan isi hatinya, serta mencoba mengetes dunia luar melalui bermain. Anak merasa aman ketika bermain, karena bermain adalah cara anak untuk menyatakan dirinya. Dunia anak adalah dunia bermain, bermain akan bermanfaat bagi semua bidang perkembangan baik perkembangan fisik-motorik, bahasa, intelektual, moral, sosial maupun emosional anak (Partini, 2010: 50).

Adapun jenis-jenis teknik terapi bermain antara lain melalui aktivitas menggambar, aktivitas membentuk dengan tanah liat, aktivitas bermain, aktivitas bercerita, aktivitas menulis. Selanjutnya berdasarkan uraian diatas, peneliti merasa perlu adanya suatu kajian tentang play therapy untuk mengurangi tingkat agresivitas pada anak usia TK.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) bagaimana tingkat agresivitas anak usia TK, (2) bagaimanakah mengurangi tingkat

agresivitas anak usia TK melalui *Play Therapy*, (3) bagaimana efektivitas *Play Therapy* dalam mengurangi tingkat agresivitas anak usia TK.

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: (1) mengetahui gambaran tingkat agresivitas anak usia TK, (2) mengetahui bagaimana mengurangi tingkat agresivitas anak *TK melalui Play Therapy*, (3) mengetahui efektivitas *Play Therapy* dalam mengurangi tingkat agresivitas anak usia TK.

Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif eksperimen. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan peristiwa yang sedang terjadi pada masa sekarang (Ibnu, dkk, 2003: 46). Sedangkan penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. (Sugiyono, 2008: 107).

Dalam penelitian ini pendekatan deskriptif digunakan untuk menjelaskan bagaimana tingkat agresivitas pada anak usia TK. Sedangkan pendekatan eksperimen digunakan untuk menjelaskan bagaimana tingkat efektivitas *play therapy* dalam mengurangi tingkat agresivitas anak usia TK. Pada pendekatan eksperimen ini peneliti akan menggunakan teknik *one shot case study*, dimana terdapat suatu kelompok yang diberi treatment/perlakuan dan selanjutnya diobservasi hasilnya.

Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua, yaitu variabel bebas dan variabel terikat Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Play therapy* sedangkan variabel terikatnya adalah perilaku agresif anak usia TK. Penelitian mengenai efektivitas *play therapy* untuk mengurangi tingkat agresivitas anak usia TK, dilakukan di TK ABA Dagangan Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa TK ABA Dagangan Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun yang berjumlah 35 orang. Dalam penelitian ini peneliti tidak menggunakan penelitian populasi namun akan

menggunakan penelitian sampel. Adapun pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Teknik ini dipilih karena dalam penelitian ini sampel yang akan digunakan berdasarkan pertimbangan tertentu yaitu hanya siswa yang memiliki kecenderungan perilaku agresif saja.

Untuk memperoleh data atau informasi tentang efektivitas *play therapy* dalam mengurangi tingkat agresivitas anak usia TK, akan digunakan instrumen sebagai berikut :

1. Lembar Observasi menggunakan CBCL (*Child Behavior Check List*)

Lembar observasi yang akan digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui sikap dan minat siswa selama mengikuti proses konseling kelompok.

2. Wawancara

Wawancara dilakukan kepada guru sekolah dan orang tua untuk mengetahui riwayat perilaku agresif yang sering ditunjukkan oleh subyek

Untuk analisis datanya penelitian ini menggunakan metode penelitian *single case study* yang bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku setelah diberikannya treatment berupa *play therapy*. Dalam penelitian ini metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara dan menggunakan observasi, dan pemberian treatment berupa *play therapy*. Dalam menganalisa data menggunakan analisa nonstatistik berupa grafik.

Adapun rancangan treatment yang akan diberikan pada anak-anak TK ABA Dadangan yang memiliki kecenderungan perilaku agresif adalah sebagai berikut :

1. Bermain Ular Tangga.

Permainan Ular Tangga berdasarkan asumsi bahwa dengan bermain monopoli akan membantu anak-anak untuk melatih ketrampilan social, seperti kerjasama, kolaborasi dan melatih respon yang tepat atas kekecewaan, kemunduran, kegagalan dan keberhasilannya. Dengan demikian anak akan belajar untuk mengevaluasi ketrampilan socialnya dan belajar serta melatih ketrampilan social yang baru.

2. Drama Boneka

Drama Boneka ini dilakukan anak sesuai dengan tema yang diberikan oleh peneliti. Adapun caranya adalah yang pertama peneliti menentukan tema cerita kemudian peneliti meminta anak untuk memilih boneka yang tersedia dan anak diminta untuk memainkan boneka yang ia pilih tersebut. Tema-tema yang diangkat dalam penelitian ini antara lain: indahny berbagi dengan sesama,

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa siswa di TK ABA Dagangan Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun memiliki tingkat agresivitas yang cukup tinggi.

Perilaku agresivitas yang sering muncul diantaranya antara lain memukul, mengejek, merebut mainan teman, mendorong teman, mengumpat dan menggigit temannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdapat 6 siswa yang memiliki tingkat agresivitas yang tinggi. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada table dibawah ini

Table 4.1 Hasil Observasi Awal Perilaku Agresif TK ABA Kelas B Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun

No	Nama	Bentuk Agresi Yang Muncul	Kemunculan Perilaku Agresi
1.	Andi	Memukul	6
		Merebut mainan	3
2.	Firman	Mengejek	4
		Memukul	2
3.	Nina	Memukul	4
		Merebut mainan	3
4.	Cika	Mengejek	7
		Mengumpat	3

5.	Deni	Merebut mainan	5
6.	Albert	Mengejek	4

Berdasarkan hasil observasi tersebut terlihat bentuk-bentuk agresi yang muncul pada anak TK ABA Dagangan serta tingkat kemunculannya, maka disusunlah rencana intervensi untuk mengurangi perilaku agresif siswa pada siswa TK ABA Dagangan.

Kegiatan Intervensi

Intervensi :

1. Bermain Ular tangga

Tujuan : Untuk membantu anak-anak melatih ketrampilan social seperti kejasama, kolaborasi dan melatih respon yang tepat atas kekecewaan, kemunduran, kegagalan dan keberhasilan yang mereka alami ketika bermain ular tangga.

2. Bermain Drama Boneka

Tujuan : Untuk membantu anak-anak melatih ketrampilan social seperti kejasama, kolaborasi dan melatih respon yang tepat atas kekecewaan, kemunduran, kegagalan dan keberhasilan yang mereka alami ketika bermain drama boneka.

Tabel 4.2 Hasil kegiatan Intervensi

Tanggal	Bentuk Intervensi	Nama Anak	Indikator Keberhasilan			Keterangan
			Berhasil	Kurang Berhasil	Belum Berhasil	
5 Mei 2012	Bermain Ular Tangga	Andi			v	
		Firman			v	
		Nina		v		

		Cika		v		
		Deni			v	
		Albert		v		
9 Mei 2012	Bermain Ular Tangga	Andi			v	
		Firman		v		
		Nina	v			
		Cika		v		
		Deni		v		
		Albert	v			
12 Mei 2012	Bermain Ular Tangga	Andi		v		
		Firman		v		
		Nina	v			
		Cika	v			
		Deni		v		
		Albert	v			
16 Mei 2012	Bermain Drama Boneka	Andi			v	
		Firman			v	
		Nina			v	
		Cika		v		
		Deni			v	
		Albert			v	
19 Mei 2012	Bermain Drama Boneka	Andi			v	
		Firman		v		
		Nina		v		

		Cika	v			
		Deni		v		
		Albert		v		
23 Mei 2012	Bermain Drama Boneka	Andi		v		
		Firman		v		
		Nina	v			
		Cika	v			
		Deni	v			
		Albert	v			

Pembahasan

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan teknik *one shot case study*. Penelitian eksperimen ini dilakukan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di TK ABA Dagangan Kabupaten Madiun diperoleh gambaran bahwa anak usia TK di TK ABA tersebut cenderung menunjukkan perilaku agresif. Hal ini terlihat dari lembar observasi *Child Behavior Check List (CBCL)* yang dilakukan oleh peneliti dan juga berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap orang tua dan guru siswa.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa TK ABA Dagangan Kabupaten Madiun yang berjumlah 15 orang sedang sampel dalam penelitian ini berjumlah 6 orang.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan sebanyak 3 kali yaitu mulai tanggal 11, 18 dan 25 April 2012 diperoleh data bahwa perilaku agresi yang sering muncul pada anak TK ABA Dagangan diantaranya adalah memukul, mengejek dan merebut mainan teman. Ketiga perilaku tersebut mendominasi tingkah laku mereka sehari-hari baik dalam kegiatan disekolah maupun dirumah. Untuk dapat mengurangi tingkat agresi tersebut peneliti melakukan kegiatan intervensi sebanyak 6 kali. Yang masing-masing kegiatannya seperti yang sudah terlampir pada bab sebelumnya.

Berdasarkan kegiatan intervensi yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa tingkat agresi anak TK Dagangan mengalami penurunan. Walaupun tidak semua anak mengalami progress penurunan yang drastis namun dari 6 kali kegiatan intervensi yang dilakukan (3 kali untuk kegiatan intervensi 1 dan 3 kali untuk kegiatan intervensi 2) tersebut anak yang bernama Nina, Albert, Cika dan Deni sudah dapat mengontrol tingkah laku agresinya. Sedangkan untuk siswa yang bernama Andi dan Firman perlu rancangan intervensi lebih lanjut.

Dengan demikian penggunaan play therapy yang dirumuskan oleh peneliti efektif untuk menurunkan perilaku agresi anak TK ABA Dagangan.

Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada siswa TK ABA Kecamatan dagangan Kabupaten Madiun diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Anak siswa TK ABA Dagangan memiliki tingkat agresi yang cukup tinggi
2. Prilaku agresi yang muncul pada siswa TK ABA adalah memukul, mengejek dan merebut mainan teman
3. Play Therapy yang dirumuskan oleh peneliti efektif untuk mengurangi tingkat agresifitas anak TK ABA Dagangan.

2. Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi beberapa manfaat sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Menambah wawasan dan ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan bimbingan dan konseling, khususnya dapat dimanfaatkan sebagai kajian bersama mengenai perilaku agresif sehingga dapat dijadikan sumber informasi yang bermanfaat bagi dunia pendidikan.

2. Secara Praktis

- a. Dapat dipergunakan sebagai pemahaman dan gambaran realitas bagi orang tua dalam mengurangi atau menurunkan perilaku agresif.
- b. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi guru pembimbing di sekolah untuk lebih memperhatikan perilaku agresif siswa serta cara mengurangi atau menurunkan perilaku tersebut

Daftar Pustaka

Boyd, Judi, Barnett , W. Steven, Bodrova, Elena, Leong, Deborah J, and Gomby, Deanna. 2009. *Promoting Children's Social and Emotional Development Through*

- Djiwandono, S.E.W. 2005. *Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua*. Jakarta : PT Grasindo.
- Francois Poulin and Michel Boivin. 2000. *Journal vol 12, No 2 : Reactive and Proactive Aggression: Evidence of a Two-Factor Model*. American Psychological Association: Amerika
- George S. Morrison.2012. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Indeks. Jakarta
- Hibana S Rahman, 2005. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. PGTKI Press. Yogyakarta
- Hurlock., E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Hurlock., E.B. 1991. *Psikologi Perkembangan Anak Jilid I*. Jakarta : Erlangga
- [Http://deviworo.blogspot.com/2010/05/karakteristik-anak-tk.html](http://deviworo.blogspot.com/2010/05/karakteristik-anak-tk.html) (diakses 25 Maret 2012)
- Jane Brooks 2011. *The Process of parenting*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Partini. 2010. *Pengantar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta. Grafindo Litera Media
- Shechtman, Zipora. 2009. *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. Springer Science : New York.
- Schaefer, C. E. & Milman, H.L. 1981. *How To Help Children With Common Problems*. New York : Van Nostrand Reinhold Company
- VanFleet, Rise, dkk. 2010. *Child-Centered Play Therapy*. The Guilford Press : New York