

PLAY THERAPY: SEBUAH INOVASI LAYANAN KONSELING BAGI ANAK USIA DINI

Said Alhadi¹⁾
(Universitas Ahmad Dahlan)
said.alhadi1957@gmail.com

ABSTRAK

Anak usia dini adalah individu yang memiliki kemampuan untuk berkembang dengan pesat. Berbagai potensi dapat dikembangkan ketika anak usia dini, sehingga sering disebut dengan *golden age*. Akan tetapi, anak usia dini tidak bisa terlepas dari permasalahan. Salah satu pihak yang kompeten dalam membantu anak usia dini terlepas dari masalahnya adalah konselor dengan menerapkan layanan konseling. Salah satu layanan konseling yang bisa diterapkan konselor untuk membantu anak usia dini terlepas dari masalahnya adalah dengan melaksanakan *play therapy*.

Kata kunci: *play therapy*, konselor, anak usia dini

LATAR BELAKANG

Individu yang menjadi konseli tidak selamanya remaja atau orang dewasa saja. Tidak menutup kemungkinan individu yang menjadi konseli adalah anak-anak. Hal ini karena sejatinya permasalahan dapat dialami oleh siapa saja. Tidak hanya remaja atau orang-orang dewasa, anak usia dini juga berpotensi memiliki masalah. Jika anak usia dini mengalami masalah, tentu akan berpengaruh terhadap perkembangan anak usia dini, di mana anak usia dini berada pada fase *golden age*. Pada fase ini anak usia dini sebagai individu dalam masa perkembangan yang sangat pesat memiliki dorongan untuk melakukan yang terbaik dan beradaptasi terhadap kesenjangan yang dialami (Mashar, 2011).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak usia dini juga memiliki potensi mengalami masalah. Penelitian yang dilakukan oleh Mashar (2011) menunjukkan bahwa tujuh anak usia dini memiliki dominasi emosi negatif di TKIT Zaid bin Tsabit Magelang. Penelitian yang dilakukan oleh Huda, Wulandari & Astuti (2016) menunjukkan bahwa anak prasekolah yang berjumlah 30 anak mengalami kecemasan ketika berada di ruang Dahlia RSUD Sunan Kalijaga Demak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak usia dini sebagai individu memiliki potensi permasalahan yang beragam dan berbeda antara satu dengan yang lainnya.

Permasalahan-permasalahan yang dialami oleh anak usia dini tersebut perlu diatasi. Hal ini dilakukan agar permasalahan yang dialami oleh anak usia dini tidak berpengaruh terhadap perkembangannya. Salah satu upaya yang perlu dilakukan adalah penyediaan tenaga konselor untuk anak usia dini yang bisa ditempatkan di lembaga-lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). Dengan adanya konselor, dapat diberikan layanan konseling yang tepat agar permasalahan yang dialami oleh anak usia dini bisa segera terselesaikan.

Mebutuhkan usaha dan kreatifitas yang lebih pada konselor untuk memberikan layanan konseling pada anak usia dini yang sedang mengalami masalah. Hal ini karena secara karakteristik, remaja dan orang dewasa memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak usia dini. Hal ini membutuhkan sebuah inovasi dalam memberikan layanan konseling pada anak usia dini, salah satunya melalui media bermain. Bermain digunakan konselor sebagai media komunikasi dalam konseling individu karena ini adalah salah satu cara anak-anak merasakan dunianya (Cattanach, 2003). Melalui media bermain, akan mendorong munculnya komunikasi interaktif yang berlandaskan rasa percaya diantara konselor dan konseli, sehingga konseli mampu mengatur kehidupannya.

Terdapat berbagai alasan konselor perlu menerapkan layanan konseling dengan teknik *play therapy*. Huda, Wulandari & Astuti (2016) menyatakan bahwa *play therapy* merupakan sebuah teori yang menyatakan bahwa masa kanak-kanak adalah masa bermain, setiap mereka melakukan banyak aktifitas yang bermuara pada permainan. Hal ini berarti *play therapy* dapat digunakan dalam menyembuhkan permasalahan yang dialami oleh anak usia dini. Dengan *play therapy*, sangat kondusif diberikan untuk anak yang sedang mengalami kecemasan, sehingga rasa amannya terpenuhi. Sejalan dengan pendapat tersebut (Hurlock, 1991) menyatakan bahwa *play therapy* sangat cocok diimplementasikan dalam layanan konseling yang diberikan oleh konselor karena sesuai dengan karakteristik yang dimiliki oleh anak usia dini, yaitu bermain. Selanjutnya, Landreth (2001), menyatakan bahwa layanan konseling dengan menggunakan teknik *play therapy* sangat direkomendasikan untuk dilaksanakan konselor karena bermain merupakan ekspresi alamiah anak dan tidak secara langsung mengingatkan anak dengan peristiwa traumatik yang dialami karena dilakukan dengan menggunakan materi-materi simbolik.

Pemaparan di atas menunjukkan bahwa *play therapy* merupakan sebuah inovasi layanan konseling yang perlu dikembangkan konselor untuk membantu anak usia dini keluar dari masalahnya. Akan tetapi, saat ini belum banyak ditemukan tenaga konselor yang secara bidang keahlian, menjadi pihak yang ahli memberikan layanan konseling dengan teknik *play therapy* untuk membantu konseli keluar dari masalahnya. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi konselor di Indonesia untuk mampu membuktikan bahwa konselor juga memiliki peran vital dalam pengembangan potensi anak usia dini melalui layanan konseling.

PLAY THERAPY

Kebutuhan layanan konseling pada pendidikan anak usia dini menjadi semakin tinggi saat ini. Akan tetapi, pelaksanaan layanan konseling yang dilakukan untuk anak usia dini berbeda dengan layanan konseling yang diberikan konselor pada remaja atau orang dewasa. Konselor dituntut untuk menuangkan kreatifitasnya untuk berinovasi dalam melaksanakan layanan konseling dengan anak usia dini. Salah satu Inovasi tersebut adalah *play therapy*.

Play therapy sering didefinisikan sebagai pelaksanaan konseling oleh konselor dengan memanfaatkan media bermain sering. Beberapa ahli mendefinisikan pengertian *play therapy*. Hanson (2002) menjelaskan bahwa dalam *play therapy*, anak-anak dalam situasi yang kompleks datang untuk mengekspresikan dan membuat beberapa rasa pengalaman mereka. Ini dilakukan melalui bermain, media yang akan digunakan untuk menceritakan kisah mereka. Ahli lain, Cattanach (2003) mendefinisikan *play therapy* adalah suatu cara membantu anak yang mengalami masalah menggunakan permainan sebagai media untuk antara anak dan konselor.

Play therapy diterapkan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak yang berada pada tingkat praoperasional. Simbol-simbol yang digunakan dalam proses pengolahan informasi diterima melalui aktivitas imitasi tidak langsung, permainan simbolis, menggambar, gambaran mental dan bahasa ucapan (Papalia, Olds, Fildman, 2002). *Play therapy* memberikan relasi yang aman bagi anak untuk mengekspresikan dan melakukan eksplorasi terhadap diri mereka (perasaan, pikiran, pengalaman, dan tingkah laku) melalui media komunikasi natural anak yaitu bermain (Landreth, 1991).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *play therapy* adalah salah satu inovasi konselor dalam melaksanakan konseling dengan anak usia dini dengan memanfaatkan media permainan yang bertujuan untuk mengekspresikan pengalaman dan permasalahan anak usia dini dan akhirnya permasalahan anak usia dini dapat terentaskan dengan baik.

PEMBAHASAN

Telah dijelaskan sebelumnya bahwa setiap individu memiliki potensi untuk mengalami masalah yang mengganggu aspek fisik dan psikis individu tersebut. Salah satu individu yang berpotensi mengalami suatu permasalahan tertentu adalah anak usia dini. Padahal anak usia dini berada pada fase *golden age*. Pada fase ini individu berada pada situasi yang paling tepat untuk mengembangkan potensinya secara signifikan. Perkembangan anak usia dini akan mengalami hambatan ketika mereka mengalami permasalahan yang menekan.

Oleh sebab itu, layanan konseling yang diberikan oleh konselor profesional menjadi kebutuhan lembaga-lembaga PAUD untuk mendukung anak usia dini mengembangkan potensinya. Mcleod (2010) menyatakan konseling bukan hanya sebuah peristiwa yang terjadi diantara dua individu, tetapi juga merupakan intitusi sosial yang tertanam dalam budaya masyarakat modern. Konseling merupakan suatu hubungan profesional dalam bentuk pertolongan dengan menekankan eksplorasi dan pemahaman serta proses penentuan diri.

Salah satu inovasi yang perlu dilakukan konselor untuk membantu anak usia dini mengentaskan masalahnya adalah *play therapy*. Usaha-usaha layanan konseling perlu dilakukan konselor dengan tujuan agar permasalahan-permasalahan yang dialami anak usia dini segera terselesaikan. Jika permasalahan anak usia dini tidak segera terselesaikan, dikhawatirkan akan semakin banyak dan menunpuk yang akan mendorong terjadinya masalah yang semakin berat atau sering dikenal dengan konsep *unfinished business* (Mann, 2010).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *play therapy* menjadi salah satu jawaban konselor untuk membantu anak usia dini mengentaskan masalahnya. Penelitian yang dilakukan oleh Mashar (2011) menyimpulkan bahwa secara individual, pemberian *play therapy* “Aku Anak Ceria” berpengaruh terhadap peningkatan emosi positif anak usia dini. Hal tersebut ditandai dengan adanya peningkatan skor emosi positif yang signifikan pada subjek kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian *play therapy* “Aku Anak Ceria” dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Srianis, Suarni & Ujianti (2014) menunjukkan bahwa penerapan metode bermain puzzle geometri dapat meningkatkan perkembangan kognitif anak dalam mengenal bentuk pada kelompok A semester II di TK PGRI Singaraja tahun pelajaran 2013/2014. Hal ini dapat dilihat dari adanya peningkatan perkembangan kognitif dalam mengenal bentuk pada setiap siklus. Pencapaian perkembangan kognitif dalam mengenal bentuk sebesar 71,50% pada siklus I menjadi sebesar 91,00% pada siklus II yang berada pada kategori sangat tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Huda, Wulandari & Astuti (2016) menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia dini di bangsal Dahlia RSUD Sunan Kalijaga Demak.

Selain bisa diterapkan pada anak usia dini yang normal, *play therapy* juga dapat digunakan sebagai layanan konseling yang diberikan konselor kepada anak yang berkebutuhan khusus. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan. Penelitian Raharjo, Alfiyanti & Purnomo (2014) merekomendasikan bagi institusi Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang agar terapi bermain menggunting dapat dijadikan salah satu terapi bagi anak autis usia 11-15 tahun untuk meningkatkan motorik halus. Penelitian yang

dilakukan oleh Lisnawati, Shahib & Wijayanegara (2014) menyimpulkan bahwa terapi bermain mampu meningkatkan keberhasilan pengembangan potensi kecerdasan anak retardasi mental sedang. Keberhasilan tersebut berhubungan dengan frekuensi diberikannya terapi bermain dan didukung oleh kondisi penyerta (faktor internal dan eksternal) pada diri anak. Hal ini juga menjadi tantangan bagi konselor untuk menjadi pihak yang bisa memberikan dampak signifikan setelah konselor melaksanakan layanan konseling pada anak yang berkebutuhan khusus.

Penelitian-penelitian di atas menunjukkan bahwa *play therapy* merupakan salah satu inovasi konseling yang perlu dikembangkan oleh konselor. Konselor dapat mengembangkan *play therapy* menjadi sebuah teknik layanan konseling untuk membantu beberapa jenis permasalahan anak usia dini. Terlebih lagi, teknik layanan ini sesuai dengan karakteristik anak usia dini, yaitu bermain (Hurlock, 1991). Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi konselor, bahwa sejatinya konselor adalah pihak yang memiliki kompetensi yang tepat untuk memberikan layanan konseling dengan teknik *play therapy* pada anak usia dini yang mengalami masalah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Seiring dengan perkembangan zaman, Pendidikan Anak Usia Dini menjadi lembaga yang terus berkembang. Di lembaga-lembaga tersebut, terdapat banyak anak usia dini yang sedang belajar mengembangkan potensi yang dimilikinya. Akan tetapi, tidak menutup kemungkinan permasalahan tertentu dapat menghalangi mereka berkembang dengan optimal. Layanan konseling dengan teknik *play therapy* menjadi salah satu inovasi yang perlu dikembangkan konselor untuk membantu anak usia dini terlepas dari permasalahan yang mereka alami.

Pentingnya tenaga konselor di lembaga PAUD sudah selayaknya lembaga PAUD untuk menyediakan tenaga konselor profesional yang berperan sebagai tenaga ahli dalam bidang konseling untuk membantu anak usia dini keluar dari masalahnya. Selain itu, konselor di Indonesia perlu menjawab tantangan perkembangan pendidikan, terutama lembaga PAUD yang membutuhkan tenaga konselor. Hal ini secara tidak langsung akan mendorong keberhasilan lembaga PAUD untuk mengembangkan potensi anak usia dini secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Cattanach, A. 2003. *Introduction to Play Therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Hanson, S. 2002. When All the World was Slime. Dalam Cattanach (Ed), *The Story So Far: Play Therapy Narratives* (hlm. 13-34). New York: Jessica Kingsley Publishers.

- Huda, M., Wulandari, D. A., & Astuti, L. P. 2016. *Pengaruh Terapi Bermain Lempar Bola terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah di RSUD Sunan Kalijaga Demak*. (Online), (stikesyahoedsmg.ac.id), diakses 18 Maret 2016.
- Hurlock, E. 1991. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jilid 1 (terjemahan: M. tjandasra). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Landreth, G.L. 1991. *Play Therapy: The Art of the Relationship*. Indiana: Accelerated Development Inc.
- Lisnawati, L., Shahib, M. N., & Wijayanegara, H. 2014. Analisis Keberhasilan Terapi Bermain terhadap Perkembangan Potensi Kecerdasan Anak Retardasi Mental Sedang Usia 7-12 Tahun. *MKB*, 46 (2): 73-82.
- Mann, D. 2010. *Gestalt Therapy: 100 Key Points and Techniques*. New York: Routledge.
- Mashar, R. A. 2011. *Play Therapy Dalam Kelompok Guna Meningkatkan Emosi Positif Anak Usia Dini*. Makalah disampaikan dalam Seminar dan Workshop Internasional di Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tanggal 29 dan 30 Oktober 2011. (Online), (<http://konselingindonesia.com/>), diakses 3 Februari 2016.
- McLeod, J. 2010. *Pengantar Konseling, Teori dan Studi Kasus*. Alih Bahasa: A.K Anwar. Jakarta: Prenada Media Group.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. 2002. *A Child's World, Infancy through Adolescence*. Ninth Edition. Boston: McGraw Hill
- Raharjo, D. S., Alfiyanti, D., & Purnomo, S. E. 2014. Pengaruh Terapi Bermain Menggunting terhadap Peningkatan Motorik Halus pada Anak Autisme Usia 11-15 Tahun di Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK)*, 1 (5): 1-9.
- Srianis, K., Suarni, N. K., & Ujianti, P. R. 2014. Penerapan Metode Bermain Puzzle Geometri untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak dalam Mengenal Bentuk. *e-Journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha*, 2 (1): 1-11.