TRAINING THE APPLICATION OF PLAY THERAPY TO IMPROVE SOCIOEMOTIONAL ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

PELATIHAN APLIKASI PLAY THERAPY UNTUK MENINGKATKAN SOSIOEMOSIONAL SISWA SEKOLAH DASAR

Miranti Widi Andriani
STKIP PGRI Bangkalan
mirantiwidi@stkippgri-bkl.ac.id

Abstract

Socio-emotional development is one of the characteristics of the development of middle / late childhood in holistic nature. The purpose of community service activities is to help teachers learn the application of play therapy applications so that they can be used to help students improve socio-emotional skills. The implementation method is to hold a seminar and training in play therapy applications. Reports on the results of the training include: conducting assistance with outreach activities, observation and discussion activities; conduct seminars and practice simulation play therapy applications; monitoring and evaluation is carried out to determine the strengths and weaknesses of the implementation of activities. Suggestions that can be followed up are the provision of similar training on an ongoing basis to hone the teacher's ability to help students complete development tasks.
Keywords*: play therapy, socioemotional, elementary school*

Abstrak

Perkembangan sosioemosional merupakan salah satu karakteristik perkembangan anak usia kanak-kanak madya/akhir yang bersifat holistik. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah membantu guru mempelajari penerapan aplikasi play therapy sehingga dapat digunakan dalam membantu siswa meningkatkan keterampilan sosioemosional. Metode pelaksanaan adalah menyelenggarakan seminar dan pelatihan aplikasi play therapy. Laporan hasil pelaksanaan pelatihan antara lain: melakukan pendampingan dengan kegiatan sosialisasi, kegiatan observasi dan diskusi; melaksanan seminar dan praktik simulasi aplikasi play therapy; monitoring dan evaluasi dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kelemahan pelaksanaan kegiatan. Saran yang dapat ditindaklanjuti adalah pemberian pelatihan sejenis secara berkelanjutan untuk mengasah kemampuan guru dalam membantu siswa menyelesaikan tugas-tugas perkembangan.
Kata Kunci*: play therapy, sosioemosional, sekolah dasar*

PENDAHULUAN

Karakteristik perkembangan anak usia kanak-kanak madya/akhir bersifat holistik atau menyeluruh. Dapat diartikan perkembangan yang terjadi pada anak merupakan suatu sistem yang saling berhubungan dan berkaitan. Sehingga tidak menutup kemungkinanan adanya hubungan saling mempengaruhi antara perkembangan yang satu dengan perkembangan lainya.

Jika ditelaah menurut bahasa, sosioemosional terdiri dari gabungan socio (sosial) dan emotional (emosi), maka didalamnya mencakup perkembangan sosial dan perkembangan emosi. Perkembangan tersebut merujuk pada Kemampuan seseorang

mengelola emosi saat berinteraksi dengan orang lain, meningkatkan rasa percaya diri dalam situasi sosial dan nyaman saat di tengah orang banyak. Mayer & Salovey (1997:11) menggambarkan dalam memanfaatkan pengetahuan tentang emosi "individu harus memiliki kemampuan untuk melabeli emosi dan mengenali hubungan antara kata dan emosi diri sendiri, kemampuan untuk menafsirkan makna emosi dalam hubungan, kemampuan untuk memahami perasaan kompleks misalnya kagum, kemampuan mengenali terjadinya perpindahan atau transisi antara emosi, misalnya kemarahan terhadap kepuasan".

Menurut teori perkembangan sosioemosional yang diungkapkan oleh Erikson (Miller, 2011:153) "siswa usia Sekolah Dasar berada pada tahap industry vs inferiority (Rajin vs Rendah Diri)". Usianya antara 6-12 tahun. Ciri atau karakter yang dapat diamati diantaranya:

a. Memiliki rasa untuk menguasai sesuatu
b. Memiliki rasa ingin sukses dan berhasil
c. Telah mampu dalam aspek fisik dan sosial
d. Telah memiliki keinginan untuk mendapatkan penghargaan dari tugas yang diselesaikan.
e. Belum mampu menerima kritik dari orang lain sehingga muncul rasa rendah diri.

Beberapa ciri diatas, memiliki rambu-rambu wacana yang penting antara lain:

a. *Self Concept* dan *Self Esteem*

Self concept dapat diartikan konsep diri atau pandangan mengenai diri seperti nilai-nilai yang diperoleh melalui pengalaman hidup. Pengalaman hidup seseorang seseorang juga mempunyai *self esteem* yang merupakan tindakan untuk menilai atau menghargai diri sendiri terhadap kemampuan dan rasa berharga dirinya.

Self concept dan *self esteem* selalu beriringan dimana keduanya dapat digunakan bersama-sama. Karena seringkali *self esteem* didasari oleh pengalaman yang membentuk *self concept*. Untuk dapat memahami konsep ini lebih baik, dapat dikatakan bahwa *self concept* terkait dengan unsur kognitif dimana berisi segala pengetahuan mengenai diri seseorang. Sebaliknya *self esteem* lebih banyak mencakup segi afektif yang lebih mengutamakan poin harga diri.

b. Perbandingan sosial

Kehidupan sosial yang tidak selalu seragam merupakan tantangan tersendiri bagi individu. Individu perlu mengumpulkan informasi yang dapat dijadikan bahan evaluasi dalam proses penilaian terhadap kemampuan, sikap dan pengakuan diri.

c. Teman bermain/berkelompok

Pola bermaian pada usia ini (kelas 1-5 SD) semakin besar minal individu pada teman sebaya. Teman sebaya dapat dimaknai teman sepermainan yang tidak jauh berbeda rentang usianya, tentu tidak menafikan jenis kelamin. Namun pola akan berubah pada saat memasuki kelas enam, kesetaraan jenis kelamin mulai membaur dalam kelompok untuk menyelesaikan tugas perkembangan. Sebaran karakteristik yang menggambarkan anak laki-laki dan anak perempuan akan terlihat dalam kelompok ini. Gambaran perilaku anak laki-laki adalah agresif secara fisik, unggul dalam olahraga, berani, memperoleh perhatian, serta ramah dengan teman laki-laki lain. Gambaran perilaku anak perempuan adalah menjadi menarik, popular, ramah, optimis, dan memiliki rasa humor.

d. Keberterimaan kelompok

Santrock (2011:332) menjelaskan penerimaan teman sebaya oleh anak-anak sekolah dasar di klasifikasikan sebagai berikut: golongan anak populer merupakan anak-anak yang banyak disukai di lingkungan teman sebaya, sedangkan anak-anak yang

ditolak (*rijected chidren*) merupakan golongan yang dianggap oleh teman sebaya disebut sebagai seseorang yang mereka sukai. Golongan anak rata-rata dimana menurut teman sebaya sebagai anak yang mereka anggap seseorang yang tidak disukai maupun disukai.

Tingkat resiko paling tinggi adalah anak-anak yang selalu diabaikan. Karena peran teman sebaya sagat penting pada pembentukan konsep diri dan harga diri mereka. Kekhawatiran yang biasanya terjadi adalah anak-anak tersebut dapat memiliki pandangan negatif terhadap sekolah seningga tidak lagi nemempatkan sekolah pada kebutuhan hidup. Hal ini akan berlanjut pada masalah emosional yang mengarah pada benih kenakalan. Emosi yang diluapkan yang ditunjukkan anak yang terabaikan adalah tingkat agresifitas yang tinggi atau justru kebalikannya yaitu amat pasif dan menyendri. Pada kasus anak yang baik agresif maupun penyendiri menempatkan anak pada posisi rawan konflik dengan teman sebaya.

Adanya perbedaaan keberterimaan kelompok mempengaruhi rasa percaya diri, tingkatkepercayaan diri akan lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang populer. Rendahnya kepercayaan diri merekamemunculkan perilaku seperti pendiam, murung, dan mudah tersinggung. Jika hal ini terus berlanjut maka perkembangan sosioemosionalnya pun akan terganggu. Mereka kesulitan dalam mengelola emosi sehingga sulit pula menempatkan diri dalam situasi kelompok yang bermuara pada sedikitnya teman sebaya. Sedikitnya teman mempengaruhi proses pengembangan diri, hal ini akan berbanding terbalik bagi anak-anak yang populer. Anak populer lebih mudah dalam proses sosialisasi, sehingga mudah mengembangkan dirinya dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlunya tindakan yang preventif untuk membimbing siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan khususnya perkembangan sosioemosional. Menempatkan guru sekolah dasar sebagai agen perubahan yang mampu membantu siswa, maka dibutuhkan pelatihan bagi guru. Dalam pelatihan dipilih play therapi sebagai solusi membantu siswa meningkatkan sosioemosional mereka. Pemilihan play therapy sangat tepat diberikan pada anak sekolah dasar, siswa diajak untuk bermain yang mengandung terapi dengan tujuan memberikan dorongan mengembangkan keterampilan sosioemosional. Guru diberikan pelatihan untuk mengenal permainan-permainan yang mengandung terapi yang mengedepankan unsur kesenangan dan tanpa paksaan. Permainan juga ditujukan untuk membantu siswa memotivasi diri sendiri, sehingga kesukarelaan dalam keikutsertaannya bermain adalah spontan dan tidak mengikat.

Permasalahan dan Penyelesaian

Keterampilan sosioemosional yang rendah sangat berpengaruh pada tugas perkembangan individu. Jika tidak mendapat penangan dengan baik maka akan muncul bentuk-bentuk perilaku rendah keterampilan sosioemosional seperti tidak berbaur dengan teman, selalu menyendiri, melewatkan waktu istirahatnya dan cenderung memilih teman.

Kurang variatifnya teknik bimbingan sosial untuk siswa sekolah dasar menjadi faktor yang turut memberikan kontribusi rendahnya keterampilan sosioemosional. Pemanfaatan teknik bimbingan khususnya bimbingan sosial untuk siswa sekolah dasar perlu mendapat perhatian. Jiwa bermain anak SD dapat menjadi celah memasukkan bimbingan sosial pada pribadi siswa.

Oleh karena itu, maka diadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengangkat tema “Pelatihan Aplikasi Play Therapy Untuk Meningkatkan Keterampilan

Sosioemosional Siswa Sekolah Dasar". Tujuan pelatihan ini adalah untuk membantu guru mempelajari penerapan aplikasi play therapy. Uraian permasalahan dan solusi dapat dilihat pada gambar berikut:

No	Permasalahan	Permasalahan Spesifik	Luaran Solusi
1	Terdapat beberapa perilaku siswa dengan keterampilan sosioemosional yang rendah.	Keterampilan sosioemosional yang rendah sangat berpengaruh pada tugas perkembangan individu. Jika tidak mendapat penangan dengan baik maka akan muncul bentuk-bentuk perilaku rendah keterampilan sosioemosional seperti tidak berbaur dengan teman, selalu menyendiri, tidak bermain saat istirahat dan beteman hanya dengan teman tertentu saja.	Penyuluhan pada guru sekolah dasar yang dapat membekali guru memahami tugas perkembangan siswa sekolah dasar.
2	Tidak variatifnya teknik bimbingan sosial untuk siswa sekolah dasar	Pemanfaatan teknik bimbingan khususnya bimbingan sosial untuk siswa sekolah dasar perlu mendapat perhatian. Jiwa bermain anak SD dapat menjadi celah memasukkan bimbingan sosial pada pribadi siswa.	Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan sosioemosional anak adalah dengan terapi bermain *(play therapy)*. Dengan bermain secara tidak langsung anak termotivasi mengembangkan keterampilan sosioemosionalnya.

Tabel 1. Permasalahan dan Solusi

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan solusi yang telah dirancangkan untuk mengatasi permasalahan antara lain, menyelenggarakan seminar dan pelatihan aplikasi play therapy sebagai upaya peningkatan keterampilan sosioemosional siswa sekolah dasar.

Hasil dan Pembahasan

a. Persiapan

Pada tahap persiapan, hal yang dapat dilakukan adalah menyelaraskan tujuan kegiatan dengan persiapan yang akan dibuat. Tujuan kegiatan ini adalah membantu guru meningkatkan keterampilan sosioemosional siswa sekolah dasar dengan menggunakan terapi bermain. Terapi bermain dipilih karena sesuai dengan dunia bermain anak sekaligus mudah dalam penerapan oleh guru sekolah dasar.

b. Pelaksanaan

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk pendampingan langsung kepada guru. Kegiatan pendampingan meliputi kegiatan sosialisasi, kegiatan observasi dan diskusi.

Kegiatan sosialisasi adalah suatu tahapan yang dilakukan untuk mengembangkan atmosfir kerjasama dengan guru dalam pelaksanaan kegiatan pelatihan aplikasi terapi bermain atau play therapy untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan sosioemosional.

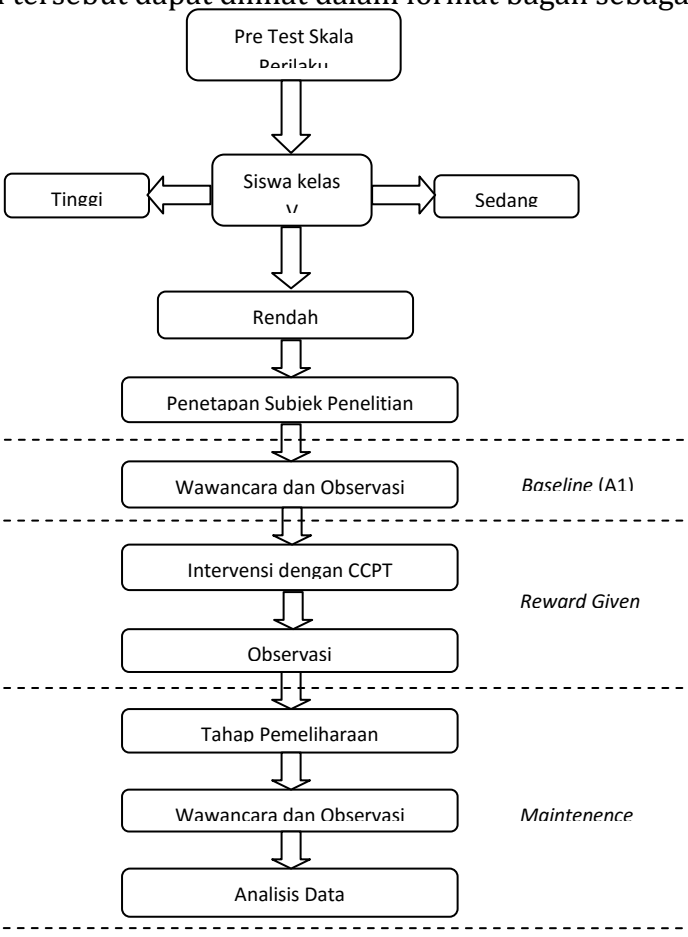
Sosialisasi Workshop, Simulasi dan Pendampingan Penerapan Play Therapy

Sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman pentingnya keterampilan sosioemosional di usia sekolah dasar. Sehingga guru dapat mengembangkan kreatifitas dalam membantu siswa melewati tugas perkembangan tersebut. Tahap

ini seluruh guru mengikuti workshop atau pelatihan tentang bagaimana cara meningkatkan keterampilan sosioemosional dengan menggunakan play therapy.
Berikut ini tahapan yang dapat digunakan sebagai langkah awal aplikasi play therapy untuk meningkatkan sosioemosional siswa sekolah dasar:

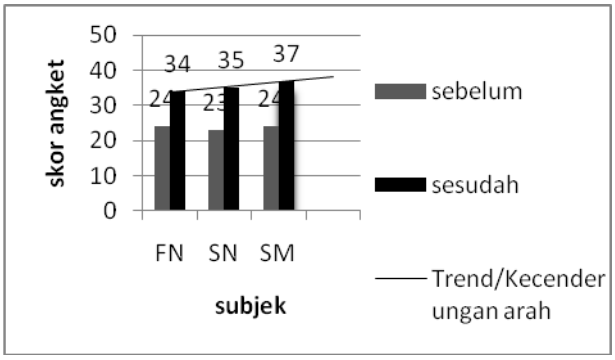
1. Menentukan subjek yang akan mendapat treatment dengan pretest skala perilaku. Peserta pelatihan diajarkan bagaimana menyusun alat tes yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa.
2. Subjek masuk dalam tahap "baseline" dimana peserta pelatihan diajarkan mengobservasi perilaku yang tampak secara seksama, serta mencatat dalam cacatan lapangan.
3. Subjek masuk dalam tahap treatment dimana peserta pelatihan melakukan simulasi play therapi oleh guru dilakukan untuk memberikan pengalaman dan pemahaman yang mendalam.
4. Subjek masuk dalam tahap maintenance dimana peserta pelatihan diajarkan untuk melakukan wawancara dan observasi dan mengevaluasi hasil dalam catatan lapangan.

Langkah-langkah tersebut dapat dilihat dalam format bagan sebagai berikut:



Bagan 1. Tahap Aplikasi Play Therapy

Bagan diatas akan menghasilkan gambaran tingkat sosioemosional siswa dari sebelum, selama dan sesudah treatment. Di bawah ini adalah tabel yang harus dibuat oleh peserta pelatihan untuk membuat evaluasi sederhana aplikasi play therapy pada siswa.



Bagan 2. Hasil Penerapan Aplikasi Play Therapy

Pada kegiatan pelaksanaan juga dilakukan pendampingan yang bertujuan untuk memantau kelancaran proses. Tahapan pendampingan merupakan langkah mengembangkan jaringan kerjasama dengan berbagai pihak seperti dinas ppendidikan dan konselor sekolah (yang hanya ada pada jenjang SMP dan SMA). Hal tersebut diharapkan agar kegiatan pengabdian dapat berjalan lancar dan terus berkembang melalui pembinaan berbagai pihak. Menyediakan waktu untuk sesi konsultasi juga merupakan bagian dari pendampingan. Konsultasi dapat dilakukan dengan berbagai pihak untuk dapat memperbaiki dan mengembangkan keterampilan aplikasi play therapy.

Proses pelaksanaan pelatihan ini dapat dilihat pada gambar berikut.

Gambar 1. Penyampaikan konsep-konsep Aplikasi Play Therapy

c. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan oleh
dosen. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kelemahan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakan dengan tema aplikasi play therapy untuk meningkatkan keterampilan siswa sekolah dasar. Sehingga dapat mengambil langkah preventif apabila terjadi hal-hal atau masalah, sehingga dapat dilakukan perbaikan untuk pelatihan di masa mendatang.

Kegiatan monitoring dilakukan untuk melihat apakah kegiatan itu terarah sebagaimana tujuan yang ditetapkan. Langkah yang dilakukan pada tahap
ini adalah dengan melakukan pencatatan sistematis dan analisis berkala bersama guru dengan terhadap informasi yang telah diberikan sehingga penyesuaian dapat dilakukan jika diperlukan.

Usaha tidak lanjut dalam bentuk pembinaan dan dan pengembangan pengaplikasian play therapy yang telah dicapai. Guru diharapkan diharapkan dapat meneruskan dan mengembangkan diri dalam penerapan terapi bermain secara mandiri.

Berikut ini rincian materi yang diberikan pada saat pelaksanaan kegiatan acara pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SDN Martajasah Bangkalan:

1. Hakikat perkembangan sosioemosional
2. Perkembangan sosioemosional siswa SD
3. Hakikat play therapy
4. Terapi bermain berpusat pada anak
5. Keterampilan dalam play therapy
6. Praktik penerapan aplikasi play therapy
7. Tugas: mengklasifikasi permainan yang dapat digunakan sebagai play therapy
8. Diskusi bersama tugas klasifikasi plat therapy.

KESIMPULAN

Pelatihan aplikasi play therapy untuk meningkatkan keterampilan sosioemosional siswa sekolah dasar di SDN Martajasah Bangkalan dapat dilaksanakan dengan baik. Keterbatasan waktu menjadi kendala dalam memfalisitasi peserta pelatihan hingga mahir dalam aplikasi play therapy. Saran yang dapat ditindaklanjuti adalah pemberian pelatihan sejenis dapat diselenggarakan secara berkelanjutan untuk mengasah kemampuan guru dalam membantu siswa menyelesaikan tugas-tugas perkembangan seperti perkembangan sosioemosional.

REFERENSI/DAFTAR PUSTAKA

Al-Yagon, M & Mikulincer, M. 2004. *Socioemotional and Academic Adjustment Among Children with Learning Disorders:The Mediational Role of Attachment-Based Factors.* The Journal Of Special Education Vol. 38.

Mayer, J. D. & Salovey, P. 1997. *Emotional Development and Emotional Intelligenc*. New York:Basic Books.

Miller, P. H. 2011. *Theories of Developmental Psychology fifth Edition.* New York:Worth Publishers.

Santrock, John W. 2011. *Life Span Development*, *Thirteenth Editions.* New York: McGraw-Hill.