



TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK DALAM PENINGKATAN KEMAMPUAN INISIATIF ANAK USIA PRASEKOLAH

Novi Widyastuti Rahayu^{1*}, Amanda Marselin²

¹Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Notokusumo, Jl. Bener No.26, Bener, Kec. Tegalarjo, Kota Yogyakarta, Yogyakarta 55243, Indonesia

²Program Studi S1 Farmasi, STIKES Notokusumo, Jl. Bener No.26, Bener, Kec. Tegalarjo, Kota Yogyakarta, Yogyakarta 55243, Indonesia

*novir08@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan psikososial yang ditemukan pada siswa TK adalah mereka memiliki kecenderungan malu, menolak bermain dengan teman yang tidak disukai, ragu-ragu, mudah menangis, marah, suka berteriak saat keinginannya tidak dipenuhi, takut, dan saling mengejek. Berdasarkan permasalahan tersebut, perlu ada upaya dalam membentuk dan mengembangkan kepribadian anak, sehingga diperlukan stimulasi untuk mencapai perkembangan yang optimal terutama pada anak usia pra sekolah melalui terapi kelompok terapeutik. Metode pengabdian yaitu pengukuran kondisi awal, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan yaitu stimulasi kemampuan inisiatif anak, dan diakhiri dengan post tes. Kegiatan ini dilaksanakan pada 20 siswa dengan didampingi orang tua dan guru. Hasil dari kegiatan ini adalah stimulasi perkembangan anak usia prasekolah melalui kegiatan terapi aktivitas kelompok ini dapat meningkatkan kemampuan orang tua, guru dan kemampuan anak dalam peningkatan kemampuan inisiatif. Anak menjadi lebih berani mencoba, tidak takut salah dan berani tampil.

Kata kunci: anak usia prasekolah; kemampuan inisiatif; terapi kelompok terapeutik

THERAPEUTIC GROUP THERAPY IN IMPROVING THE INITIATIVE ABILITY OF PRESCHOOL CHILDREN

ABSTRACT

The psychosocial problems found in kindergarten students are do not want to go to the front of the class/embarrassed, refuse to play with friends they don't like, indecisive, easy to cry, angry, like to scream when their wishes are not fulfilled, afraid, and mocking each other. Based on these problems, there needs to be an effort in shaping and developing the child's personality, so that stimulation is needed to achieve optimal development, especially in pre-school age children through therapeutic group therapy. The service method is measuring the initial condition, then continued with the implementation of activities, namely stimulating the child's initiative ability, and ending with a post test. There were 20 students in this activity accompanied by their parents and teachers. The result of this activity is the stimulation of the development of preschool-aged children through therapy activities. This group activity can improve the ability of parents, teachers and children's ability to increase initiative ability. Children become more daring to try, not afraid to be wrong and dare to appear.

Keywords: initiative ability; preschool; therapeutic group therapy

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia pra sekolah (3-6 tahun) adalah pertumbuhan fisik anak berlangsung stabil, penampilannya menjadi lebih ramping dan bagian tubuhnya semakin mirip tubuh orang dewasa, sedangkan perkembangan anak mengalami peningkatan pada aspek motorik, kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual dan psikososial (Gunarsa, 2008). Perkembangan psikososial pada usia pra sekolah disebut dengan masa inisiatif dimana anak telah memiliki beberapa ketrampilan dan terdorong melakukan beberapa kegiatan. Pengalaman masa kanak-kanak dapat mempengaruhi perkembangan otak. Jika sejak dini anak mendapat stimulasi yang tepat, maka baik perkembangan intelegensi, emosi, maupun spiritual dapat berkembang secara optimal, namun jika anak kurang mendapat stimulasi, maka masa ini akan menjadi awal kemunduran (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Penjelasan diatas menunjukkan bahwa masa pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia 0-6 tahun sangat penting dan berpengaruh pada perkembangan anak selanjutnya yaitu persiapan memasuki sekolah dasar.

Permasalahan psikososial yang ditemukan pada siswa TK Indriyasana Babadan adalah tidak mau tampil di depan/malu, menolak bermain dengan teman yang tidak disukai, ragu-ragu, mudah menangis, marah, suka berteriak saat keinginannya tidak dipenuhi, takut, dan saling mengejek. Masalah psikologis pada anak usia 3 tahun cenderung menyelesaikan masalahnya dengan cara *regression, denial, projection, displacement, attack, rationalization* dan *sublimation* yang semuanya itu merupakan strategi atau mekanisme koping anak yang dapat berkembang sesuai perkembangan psikososial anak (DeLaune & Ladner, 2011). Kemampuan orang tua juga menjadi faktor yang sangat penting dalam tercapainya tumbuh kembang anak, hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Lestari & Livana, 2019) bahwa mayoritas orangtua mampu melakukan stimulasi perkembangan psikososial berupa melibatkan anak membantu pekerjaan rumah, memotivasi anak bermain dengan teman sebaya, dan memotivasi anak membantu pekerjaan sederhana di rumah. Berdasarkan analisis situasi yang dilakukan terdapat gambaran bahwa adanya permasalahan psikosisal yang muncul merupakan kurangnya pengetahuan orang tua, siswa dan guru dalam menstimulasi perkembangan anak usia pra sekolah khususnya untuk memenuhi perkembangan psikososial. Kurangnya pengetahuan tersebut bisa disebabkan karena latar belakang dan lingkungan sebagian besar siswa berasal dari ekonomi menengah ke bawah dan kurang akan pengetahuan tentang dunia kesehatan, serta kondisi ibu bekerja di luar rumah dan anak yang lebih banyak diasuh oleh neneknya. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Maulina et al., 2014) yang menjelaskan bahwa ada perbedaan antara ibu bekerja dan tidak bekerja terhadap stimulasi perkembangan anak usia pra sekolah.

Berdasarkan permasalahan tersebut, upaya dalam membentuk dan mengembangkan kepribadian anak, diperlukan stimulasi untuk mencapai perkembangan yang optimal terutama pada anak usia pra sekolah melalui terapi kelompok terapeutik. Hal tersebut sesuai dengan hasil (Alini et al., 2020) bahwa Stimulasi tumbuh kembang anak dengan terapi kelompok terapeutik mampu meningkatkan perkembangan inisiatif anak usia pra sekolah. Hal yang sama dengan hasil penelitian (Rahmadani et al., 2017) menunjukkan bahwa pemberian intervensi bermain terapeutik dapat menurunkan kecemasan, menstimulasi

perkembangan motorik halus, menambah pengetahuan, serta memberi rasa senang pada anak. Tujuan kegiatan ini adalah mampu meningkatkan kemampuan orang tua dan guru TK melalui terapi kelompok terapeutik ini sehingga mampu meningkatkan kemampuan inisiatif pada anak usia pra sekolah.

METODE

Pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat karena kondisi pandemi COVID-19 mengalami penyesuaian. Penyesuaian tersebut pada model pelaksanaan yang harusnya dilaksanakan bersama tim pengabdian harus terbagi menjadi dua kelompok. Kelompok pertama terdiri dari 10 siswa yang mengikuti kegiatan bersama tim pengabdian dan kelompok lainnya 10 siswa mengikuti kegiatan bersama guru di sekolah tersebut yang sudah diberikan pembekalan dengan tetap didampingi oleh satu orang dari tim pelaksana pengabdian. Pelaksanaan *pre test* dengan cara membagikan kuesioner sebelum dilaksanakan kegiatan melalui guru kelas ketika orang tua mengambil tugas mingguan di sekolah dan dikembalikan juga bersamaan dengan saat orang tua mengumpulkan tugas ke sekolah. Evaluasi pelaksanaan *post test* dilaksanakan 3 hari setelah pertemuan pertama. Pelaksanaan *post test* dengan memberikan kuesioner evaluasi kemampuan siswa yang diisi oleh orang tua masing-masing. Tujuan dilakukannya *pre* dan *post test* adalah untuk melihat adanya perbedaan kemampuan inisiatif anak saat sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan pengabdian. Data kuesioner yang telah didapatkan lalu direkap dan dianalisis dengan melihat perbedaan persentase masing-masing pernyataan sebelum dan setelah dilakukan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan terapi kelompok terapeutik pra sekolah ini merupakan upaya untuk mencapai perkembangan inisiatif anak yang optimal dan dilakukan bersama guru dan orang tua. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak sesuai dengan rencana yang diharapkan yaitu membagi menjadi beberapa kelompok. Karena kondisi pandemi dan adanya aturan dari Dinas Pendidikan Sleman untuk tidak mengumpulkan siswa dan mengadakan tatap muka langsung, maka pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam satu waktu kegiatan.

Karakteristik Responden

Jumlah responden yang mengikuti kegiatan ini adalah 20 responden sesuai dengan kriteria usia pra sekolah.

Tabel 1.
Karakteristik Responden

	Karakteristik	f	%
Jenis kelamin	Laki - laki	12	60
	Perempuan	8	40
Usia	4 tahun	3	15
	5 tahun	11	55
	6 tahun	6	30

Tabel 1 karakteristik responden dilihat dari jenis kelamin paling banyak yaitu laki-laki 12 siswa (60%) dan paling rendah perempuan 8 siswa (40%), dilihat dari rentang usia, paling banyak berusia 5 tahun (55%) dan paling rendah berusia 4 tahun (15%). Usia anak paling banyak adalah berusia 5 tahun (55%), walaupun ada anak yang tertulis berusia 5 tahun lebih berapa bulan tetap masuk dalam rentang usia 5 tahun. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Su & Tsai, 2016) yang menyatakan adanya hubungan yang bermakna usia anak dengan perkembangan inisiatif anak, dimana semakin bertambah usia anak maka terjadi peningkatan kemampuan inisiatif anak. Begitu juga dengan jenis kelamin dalam penelitian yang sama didapatkan tidak ada hubungan yang bermakna antara perkembangan inisiatif anak laki-laki dan perempuan.

Penerapan Terapi Kelompok Terapeutik Pra Sekolah

Pelaksanaan terapi kelompok terapeutik pra sekolah ini merupakan upaya untuk mencapai perkembangan inisiatif anak yang optimal dan dilakukan bersama guru dan orang tua. Seluruh siswa yang bersedia mengikuti kegiatan ini mengikuti sebanyak 7 sesi. Sesi pertama dan kedua Terapi Kelompok Terapeutik anak usia pra sekolah yaitu mendiskusikan konsep perkembangan inisiatif anak yang optimal dan belum optimal serta melatih perkembangan motorik halus dan kasar. Alat dan bahan yang digunakan gunting, pola bentuk gambar, botol, kacang hijau, kertas HVS dan pensil. Setiap anak dilatih melakukan kegiatan motorik halus dan kasar dengan didampingi orang tua dan guru. Pada sesi ketiga TKT pra sekolah yaitu stimulasi kognitif dan bahasa, alat dan bahan yang digunakan adalah mainan anak yang berwarna dan berukuran berbeda, kertas lipat, buku cerita. Setiap anak dilakukan stimulasi kognitif dan bahasa bersama guru dan orang tua. Pada sesi keempat TKT pra sekolah yaitu stimulasi emosi dan kepribadian, alat dan bahan digunakan adalah cermin. Setiap anak terlihat mampu mengenali jenis kelamin masing-masing dan mampu mengekspresikan emosi yang pernah dialami. Pada sesi ke lima yaitu moral dan spiritual dimana anak dilatih untuk disiplin dan menjalankan ibadah sesuai kepercayaan masing-masing. Pada sesi ini setiap anak dilatih untuk berdoa dan beribadah bersama keluarga. Pada sesi enam stimulasi psikososial anak dilatih mengembangkan kemampuan psikososial yaitu membantu orang tua, dan bermain peran. Pada sesi ke tujuh berisi tentang sharing pengalaman siswa dan orang tua setelah mengikuti kegiatan TKT pra sekolah ini.

Berbagai jenis permainan yang dilaksanakan pada terapi bermain, dapat mengasah kemampuan bersosialisasi, kemampuan bernegosiasi, serta meningkatkan kepercayaan diri anak untuk diakui di lingkungan sosial. Anak juga akan belajar menghargai dan mempercayai orang lain, sehingga timbul rasa aman dan nyaman ketika bermain. Rasa percaya diri dan kepercayaan terhadap orang lain dapat menimbulkan efek positif pada diri anak, anak akan lebih mudah belajar memecahkan masalah karena merasa mendapat dukungan walaupun berhadapan dengan masalah dalam lingkungan bermainnya (Zulaihah et al., 2019).

Tabel 2.
Perbandingan perkembangan inisiatif pada anak usia pra sekolah sebelum dan sesudah
mendapatkan TKT pra sekolah (n=20)

No.	Variabel	Sebelum		Sesudah	
		f	%	f	%
1	Apakah anak mau mandi sendiri?	14	70	19	95
2	Apakah anak dapat memilih bajunya sendiri?	11	55	18	90
3	Apakah anak dapat memakai bajunya sendiri?	13	65	18	90
4	Apakah anak terlihat semangat saat mencoba permainan baru?	18	90	20	100
5	Apakah anak mudah berinteraksi dengan teman seusianya?	16	80	20	100
6	Apakah anak mau mengajak kenalan/perkenalan dengan teman baru?	17	85	20	100
7	Apakah anak dapat menentukan sendiri gambar yang akan dibuat?	18	90	20	100
8	Apakah anak menentukan sendiri warna yang akan digunakan saat mewarnai?	20	100	20	100
9	Bila anak dibacakan cerita atau melihat sesuatu yang baru anak akan aktif bertanya?	17	85	19	95
10	Apakah anak berusaha untuk mencoba kembali jika gagal melakukan sesuatu?	16	80	19	95
11	Apakah anak bersemangat untuk mengikuti kegiatan perlombaan ?	15	75	19	95
12	Apakah anak aktif mencari kegiatan jika ada waktu luang?	18	90	20	100
13	Apakah anak berani mengungkapkan pendapatnya jika tidak menyukai sesuatu?	17	85	20	100
14	Apakah anak memiliki inisiatif untuk meminta maaf bila bersalah?	15	75	18	90
15	Apakah anak bersegera ingin menolong bila melihat teman/orang lain yang membutuhkan pertolongan?	16	80	19	95
Rata rata		16,06		17,93	

Tabel 2 sebagian besar kemampuan inisiatif anak pra sekolah mengalami peningkatan 90-100% setelah diberikan terapi kelompok terapeutik pra sekolah. Kemampuan inisiatif anak usia pra sekolah menjadi meningkat setelah diberikan stimulasi perkembangan inisiatif oleh guru dan orang tua. Peningkatan kemampuan inisiatif anak usia pra sekolah setelah mengikuti terapi kelompok terapeutik pra sekolah yang pencapaiannya maksimal yaitu anak berinisiatif untuk mandi sendiri dari 70% menjadi 95%, anak dapat memilih baju sendiri dari 55% ke 90%, memakai baju sendiri dari 65% menjadi 90%, inisiatif meminta maaf dari 75% menjadi 90%. Dari hasil tersebut ada yang hasilnya sama antara sebelum dan setelah pemberian terapi yaitu merawarnai 100%. Dalam kegiatan mewarnai ini anak sangat

menunjukkan inisiatifnya saat memilih warna. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Arifin et al., 2019) yang menunjukkan bahwa terapi menggambar dan mewarnai gambar efektif terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah. Saat melakukan kegiatan menggambar anak terlihat rileks dan nyaman saat menentukan pilihan sendiri.

Karakteristik perkembangan psikososial pada anak pra sekolah adalah rasa inisiatif vs rasa bersalah. Keberanian anak untuk melakukan dan menyampaikan inisiatifnya perlu di tingkatkan dengan bantuan keluarga. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan inisiatif anak usia pra sekolah pada 8 aspek perkembangan belum sepenuhnya optimal atau 100% dimiliki setiap anak. Hal ini sesuai dengan (Krismawati, 2014) bahwa anak pada tahap ini belajar menemukan keseimbangan antara kemampuan yang ada dalam dirinya dengan harapan yang ingin dicapai. Masalah yang terjadi adalah inisiatif atau terbentuknya perasaan bersalah. Apabila lingkungan internal dan eksternal kurang mendukung maka anak kurang memiliki inisiatif.

Pelaksanaan stimulasi perkembangan psikososial anak usia prasekolah, orang tua dan guru serta terapis melakukan pemberian reinforcement positif kepada anak-anak yang berhasil maupun belum berhasil, sehingga dapat meningkatkan kemauan dan semangat anak anak dalam mencoba kegiatan yang baru. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Ramaita & Putri, 2019) yang menjelaskan bahwa pemberian token ekonomi menurunkan tingkat kecemasan anak. Berdasarkan hal tersebut bentuk reinforcement positif yang diberikan oleh guru dan terapis adalah pemberian hadiah, sehingga anak semangat untuk mencoba lagi apabila gagal dan malu dalam pelaksanaan terapi kelompok terapeutik.

Kemampuan anak dalam berinisiatif tidak bisa begitu saja muncul, perlu peran serta dari orang tua dan guru di sekolah untuk meningkatkannya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Insiyah & Sulistyowati, 2019) yang menjelaskan bahwa ada peningkatan perkembangan sosial dan emosional pada anak pra sekolah yang orang tuannya mendapatkan *parenting* psikoedukasi. Hasil penelitian tersebut juga sesuai dengan hasil pengabdian kepada masyarakat bahwa dengan memberikan tambahan pengetahuan orang tua dan guru, dapat membantu dalam menstimulasi perkembangan anak sesuai dengan tugas perkembangannya. Hasil tersebut didukung oleh hasil penelitian (Yunalia, 2016), yang menjelaskan bahwa terapi kelompok terapeutik efektif dalam meningkatkan kemampuan orang tua tunggal dalam memberikan stimulasi perkembangan anak usia pra sekolah. Terapi kelompok terapeutik dengan 8 aspek perkembangan ini dapat digunakan untuk menstimulasi kemampuan anak usia pra sekolah untuk mencapai kemampuan inisiatifnya. Berdasarkan hasil kegiatan ini, belum semua siswa mencapai secara optimal, maka orang tua dapat melatih dan menstimulasi anak di rumah secara mandiri dan guru dapat melatih dan menstimulasi anak saat pembelajaran di sekolah maupun daring. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Sumiyati & Yuliani, 2016) bahwa keluarga perlu meningkatkan stimulasi untuk merangsang kemampuan perkembangan anak.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan 1



Gambar 2. Dokumentasi kegiatan 2

SIMPULAN

Kesimpulan dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan inisiatif anak usia pra sekolah pada 8 aspek perkembangan belum sepenuhnya optimal atau 100% dimiliki setiap anak, sehingga perlu adanya stimulasi kembali oleh orang tua dan guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Alini, Indrawati, & Fithriyana, R. (2020). PKM Stimulasi Tumbuh Kembang Mental Anak Usia Dini Untuk Mencapai Tumbuh Kembang Yang Optimal Di PAUD/TK Zaid Bin Tsabit Bangkinang. *Community Development Journal*, 1(1), 4–10.
- Arifin, R. F., Udiyani, R., & Rini. (2019). Efektifitas Terapi Menggambar Dan Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Prasekolah. *Jurnal Darul Azhar*, 6(1), 53–58.
- DeLaune, S. C., & Ladner, P. K. (2011). *Fundamentals of Nursing: Standards&Practice*

- (4th ed.). Delmar Cengage Learning.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. PT. BPK Gunung Mulia.
- Insiyah, & Sulistyowati, E. C. (2019). Parenting Psikoedukasi Dalam Mendukung Perkembangan Sosial Dan Emosional Anak Usia Pra Sekolah Di Kota Surakarta. *Jurnal Keperawatan Global*, 4(2), 74–80.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak*.
- Krismawati, Y. (2014). Teori Psikologi Perkembangan Erik H . Erikson dan Manfaatnya Bagi Tugas Pendidikan Kristen Dewasa Ini. *KURIOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(1), 46–56.
- Lestari, S., & Livana, P. (2019). Kemampuan Orangtua Dalam Melakukan Stimulasi Perkembangan Psikososial Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(3), 123–128.
- Maulina, E. I. N., Makhfudli, & Ulfiana, E. (2014). *Perbedaan Peran Ibu Dalam Stimulasi Perkembangan Anak Usia Prasekolah Pada Ibu Bekerja Dan Tidak Bekerja Di Wilayah Kerja Puskesmas Banyu Urip Surabaya*. 52–56.
- Rahmadani, E., Damayanti, M., & Mardhiyah, W. (2017). Pengaruh Intervensi Bermain Terapeutik Terhadap Penurunan Nilai Kecemasan Hospitalisasi Anak Prasekolah Di RSUP dr. Hasan Sadikin Bandung. *Journal of Nursing and Public Health*, 5(2), 25–34.
- Ramaita, R., & Putri, S. B. (2019). Pengaruh Terapi Token Ekonomi Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 6(2), 95–103.
- Su, S.-H., & Tsai, M.-H. (2016). Group play therapy with children of new immigrants in Taiwan who are exhibiting relationship difficulties. *International Journal of Play Therapy*, 25(2), 91–101. <https://doi.org/10.1037/pla0000014>
- Sumiyati, & Yuliani, D. R. (2016). Hubungan Stimulasi Dengan Perkembangan Anak Usia 4-5 Tahun Di Desa Karangtengah Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas. *Jurnal LINK*, 12(1), 34–38.
- Yunalia, E. M. (2016). Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik Terhadap Kemampuan Orang Tua Tunggal Dalam Memberikan Stimulasi Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Care*, 4(1), 19–33.
- Zulaihah, Mujiati, L., Kartiningrum, E. D., Hamidah, N. H., Anggreni, D., Wahyuni, I., Ahadah, D. N., Setyowati, W., & Latifah, A. (2019). *Modul Stimulasi Kreativitas Anak Pra Sekolah*. Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto.