

Terapi Bermain

1. Tinjauan Teori

a. Definisi

Play therapy atau terapi bermain adalah sebuah proses terapeutik yang menggunakan permainan sebagai media terapi agar mudah melihat ekspresi alami seorang anak yang tidak bisa diungkapkan dalam bahasa verbal karena permainan merupakan pintu masuk ke dalam dunia anak-anak. Terapi bermain tidak hanya dilakukan pada anak-anak yang memiliki masalah khusus dalam pengendalian emosi tetapi dapat juga dilakukan ke semua anak.

b. Fungsi utama dari permainan

1. *Fungsi kognitif permainan* akan membantu perkembangan kognitif anak. Dengan melalui permainan ini anak akan lebih mudah menjelajah lingkungannya serta mempelajari obyek-obyek yang ada disekitarnya dan belajar memecahkan masalah yang dihadapinya
2. *Fungsi sosial* permainan adalah permainan dapat meningkatkan perkembangan sosial anak, khususnya dalam permainan fantasi dengan memerankan suatu peran. Anak belajar memahami orang lain dan peran yang akan ia mainkan dikemudian hari setelah tumbuh menjadi orang dewasa.
3. *Fungsi emosi* permainan memungkinkan anak memecahkan sebagian dari emosionalnya, belajar mengatasi kegelisahan dan konflik batin. Karena permainan memungkinkan anak melepaskan energi fisik yang berlebihan dan membebaskan perasaan- perasaan yang terpendam.

c. Pola Bermain pada masa awal anak- anak

1. Bermain dengan mainan

Pada permulaan masa awal kanak-kanak bermain dengan mainan merupakan bentuk yang dominan. Minat bermain dengan mainan mulai agak berkurang pada akhir awal masa kanak-kanak pada saat anak tidak lagi dapat

membayangkan bahwa mainannya mempunyai sifat hidup.

2. Dramatisasi

Sekitar usia 3 tahun dramatisasi terdiri dari permainan dengan meniru pengalaman-pengalaman hidup, kemudian anak-anak bermain permainan pura-pura dengan temannya seperti polisi dan perampok, penjaga toko, berdasarkan cerita-cerita yang dibacakan kepada mereka atau bisa juga berdasarkan acara film dan televisi yang mereka lihat.

3. Konstruksi

Anak-anak mulai membuat bentuk-bentuk dengan balok-balok, pasir, lumpur, tanah liat, manik-manik, cat, pasta, gunting, krayon, sebagian besar konstruk yang dibuat merupakan tiruan dari apa yang dilihatnya dalam kehidupan sehari-hari atau dari televisi. Menjelang berakhirnya awal masa kanak-kanak, anak-anak sering menambahkan kereativitasnya kedalam konstruksi-konstruksi yang dibuat berdasarkan pengamatan-pengamatannya dalam kehidupan sehari-hari.

4. Permainan

Dalam tahun keempat anak mulai lebih mempunyai permainan yang dimainkan bersama dengan teman-teman sebayanya daripada dengan orang-orang dewasa. Permainan ini dapat terdiri dari beberapa permainan dan melibatkan beberapa peraturan. Permainan yang menguji ketrampilan adalah melempar dan menangkap bola.

5. Membaca

Anak-anak senang dibacakan dan melihat gambar dari buku, yang sangat menarik adalah dongeng-dongeng dan nyanyian anak-anak, cerita tentang hewan, dan kejadian sehari-hari.

6. Film radio dan televisi

Anak-anak jarang melihat bioskop namun anak-anak suka melihat film kartun, film tentang binatang, dan film rumah tentang anggota keluarga. Anak-anak juga senang mendengarkan radio tetapi lebih senang melihat televisi. Ia lebih suka melihat acara anak-anak yang lebih besar dari pada usia prasekolah.

d. Pengaruh Aktivitas Bermain

1. Perkembangan fisik. Bermain aktif penting bagi anak untuk mengembangkan otot dan melatih seluruh bagian tubuh.
2. Dorongan berkomunikasi. Agar dapat berkomunikasi dengan anak lain.
3. Penyaluran bagi kebutuhan dan keinginan. Kebutuhan dan keinginan yang tidak dapat dipenuhi dengan cara lain seringkali dapat dipenuhi dengan cara bermain.
4. Sumber belajar. Bermain memberi kesempatan untuk mempelajari berbagai hal melalui buku, televisi, majalah, dan lingkungan.
5. Rangsangan bagi kreativitas.
6. Perkembangan wawasan diri. Dengan bermain anak mengetahui tingkat kemampuannya dibandingkan dengan teman bermainnya. Ini memungkinkan mereka untuk mengembangkan konsep dirinya (*self concept*) dengan lebih pasti dan nyata.
7. Belajar bermasyarakat dan bersosialisasi
8. Belajar bermain sesuai dengan peran dan jenis kelamin.
9. Perkembangan ciri kepribadian yang diinginkan. Hal ini bisa dilihat dari hubungan dengan anggota kelompok teman sebaya dalam bermain, belajar bekerja sama, murah hati, jujur, sportif, dan disukai orang

2. SOP

No	Terapi Bermain	Score		
		0	1	2
1	Fase Pre-Interaksi			
	a. Verifikasi order(tentukan kebutuhan/tujuan bermain anak, usia/jenis kelamin dan jenis permainan)			
	b. Persiapan alat : 1) Rancangan program bermain yang lengkap dan sistematis 2) Alat bermain sesuai dengan umur/jenis kelamin dan tujuan 3) Antisipasi alat permainan lain apabila pasien tidak mau melanjutkan permainan yang pernah disetujuinya			
	c. Persiapan perawat/lingkungan : 1) Perawat mencuci tangan 2) Menyiapkan lingkungan bermain			
	d. Persiapan pasien 1) Menanyakan persetujuan klien			

	2) Menanyakan kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan (hindari kondisi mengantuk, rewel, lemah, demam dan lain-lain)			
2	Fase Orientasi			
	a. Memberikan salam kepada klien, menyapa klien dan meminta klien menyebutkan namanya			
	b. Menjelaskan prosedur, waktu dan tujuan bermain			
	c. Menanyakan persetujuan klien kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan			
	d. Atur posisi klien nyaman mungkin, klien bisa dengan tiduran atau duduk, sesuai kondisi klien			
3	Fase Kerja			
	a. Memberi petunjuk pada anak cara bermain			
	b. Mempersilahkan anak untuk melakukan permainan sendiri atau dibantu			
	c. Memotivasi keterlibatan klien dan keluarga			
	d. Memberi pujian pada anak bila dapat melakukan kegiatan			
	e. Mengobservasi emosi, hubungan inter-personal, psikomotor anak saat bermain			
	f. Meminta anak menceritakan apa yang dilakukan/dibuatnya			
	g. Menanyakan perasaan anak setelah bermain			
	h. Menanyakan perasaan dan pendapat keluarga tentang permainan			
4	Fase Terminasi			
	a. Melakukan evaluasi sesuai dengan tujuan			
	b. Berpamitan dengan klien, membuat kontrak waktu selanjutnya			
	c. Membersihkan dan mengembalikan alat ke tempat semula			
	d. Mencuci tangan			
	e. Mencatat jenis permainan dan respon pasien serta keluarga kegiatan dalam lembar catatan keperawatan dan kesimpulan hasil bermain meliputi emosional, hubungan inter-personal, psikomotor dan anjuran untuk anak dan keluarga			

Nilai= $\frac{\text{skor didapat}}{\text{Total skor}} \times 100$
 Total skor (42)

Yogyakarta,
 Dosen Penguji

(.....)

Daftar Pustaka

1. Andriana, Dian. 2011., *Tumbuh Kembang dan terapi bermain pada anak*. Jakarta: Salemba Medik
2. Hurlock. 2012. *Psikologi Perkembangan (edisi ke lima)*. Jakarta: Erlangga
3. Hourlock, 2015 (dalam Ismail, Andang.2006. *Education Games menjadi cerdas dan ceria dengan permainan edukatif*. Yogyakarta: Pilar Media)
4. Sunardi dan Sunaryo. 2017. *Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Depdiknas. Utama.