

**KONSELING PLAY THERAPY PADA ANAK SEKOLAH DASAR****Patriana**

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam  
Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. Jl. Raya Sejangkung Kawasan Pendidikan Tinggi  
Sebayan-Sambas Kalimantan Barat  
Email: patri\_ana@ymail.com

**ABSTRAK**

Anak sekolah dasar merupakan tahap kedua setelah periode anak usia dini. Walaupun sama-sama berada pada fase anak, kedua fase ini memiliki perbedaan yang sangat signifikan baik dari segi fisik maupun mental. Pada masa anak-anak sekolah dasar keinginan berkelompok sudah sangat tinggi, sehingga pada fase ini membutuhkan penyesuaian diri yang baik. Konseling merupakan upaya yang dilakukan oleh konselor untuk membantu anak-anak dalam mengatasi permasalahan-permasalahan yang mereka hadapi. Mengingat pada masa anak sekolah dasar ini juga masih diidentikkan dengan individu yang masih menyenangi permainan. Mereka masih senang berada di dunia yang penuh imajinasi. Mengingat hal itu, konseling *Play Therapy* dianggap tepat untuk membantu anak-anak yang berada disekolah dasar. Melalui bermain diharapkan bisa mengekspresikan perasaan mereka dengan baik sehingga mereka bisa menyesuaikan diri dan mampu berkembang secara optimal.

**KATA KUNCI:** *Anak Sekolah Dasar, Konseling Play Therapy*

**PENDAHULUAN**

Setiap manusia pada dasarnya memerlukan bantuan untuk berkembang maka bimbingan sejak kecil untuk mempersiapkan masa dewasanya kelak perlu dilakukan supaya dapat diterima oleh lingkungan tempat tinggalnya. Masyarakat dengan bimbingan yang benar akan berjalan baik dan terarah. Begitu juga kepada para pelajar. Seperti kita telah ketahui bahwa bimbingan merupakan proses tuntunan, arahan secara terencana dan terus menerus terhadap peserta didik untuk menuju kedewasan atau kematangan mampu memecahkan masalah-masalah atau problem yang dihadapi guna mencapai kesejahteraan hidupnya.

Konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu yang sedang mengalami hambatan atau gangguan yang bertujuan agar individu dapat mencapai perkembangan yang optimal.<sup>1</sup> Bimbingan dan konseling merupakan salah satu pelayanan yang diberikan kepada anak-

anak di sekolah dasar. Masa kanak-kanak merupakan masa yang unik, masa belajar yang sangat penting bagi perkembangan seorang individu. Rousseau mengatakan bahwa orang dewasa harus dipandang sebagai orang dewasa, dan anak sebagai anak, dan jalan menuju kesejahteraan jiwa adalah memberi anak-anak tempatnya masing-masing.

**PEMBAHASAN****Anak Usia Sekolah Dasar**

Para pendidik melabelkan akhir masa kanak-kanak dengan usia sekolah dasar.<sup>2</sup> Pada anak usia tersebut anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan mempelajari berbagai keterampilan penting tertentu baik keterampilan kurikuler maupun ekstra kurikuler. Para pendidik juga memandang periode ini sebagai periode kritis dengan dorongan berprestasi, yang mana suatu masa dimana anak membentuk ke-

<sup>1</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm 102

<sup>2</sup> Hurlock, Elizabeth, *Psikologi perkembangan*. (Jakarta: Erlangga, 2014). hlm 146

biasaan untuk mencapai sukses, tidak sukses atau sangat sukses.

Bagi ahli psikologi, anak usia sekolah dasar merupakan suatu masa dimana perhatian anak tertuju pada keinginan diterima oleh teman-teman sebaya sebagai anggota kelompok, terutama kelompok yang bergengsi dalam padangan teman-temannya. Hal ini mengakibatkan anak ingin menyesuaikan standar yang disetujui kelompok dalam penampilan, berbicara dan berperilaku. Keadaan ini mendorong ahli psikologi untuk menyebut periode ini sebagai usia penyesuaian diri.<sup>3</sup>

Pada usia antara usia 7 sampai 12 tahun, yaitu pada tahapan operasional konkret, anak-anak menguasai berbagi konsep konservasi untuk melakukan manipulasi logis lainnya. Misalnya, mereka dapat menyusun benda berdasarkan dimensi, seperti tinggi dan berat. Mereka juga dapat membentuk penyajian mental mengenai serangkaian tindakan. Anak-anak yang berumur lima tahun dapat mencari jalan sendiri ke rumah temannya tetapi tidak dapat menunjukkan kepada anda atau menelusuri rute dengan kertas dan pensil. Mereka dapat mencari jalan karena mereka tahu harus membelok pada tempat-tempat tertentu, tetapi mereka tidak mempunyai gambaran rute secara keseluruhan. Sebaliknya anak-anak berumur 8 tahun sanggup menggambarkan peta rute itu.<sup>4</sup>

#### a. Perkembangan Intelektual

Pada usia sekolah dasar (6-12 tahun) anak sudah dapat mereaksi rangsangan intelektual, atau melaksanakan tugas-tugas belajar yang menuntut kemampuan intelektual atau kemampuan kognitif (seperti: membaca, menulis dan menghitung).

#### b. Perkembangan Bahasa

Bahasa adalah sarana komunikasi dengan orang lain. Dalam pengertian ini mencakup semua cara untuk berkumu-

nikasi, dimana pikiran dan perasaan dinyatakan dalam bentuk tulisan, lisan, isyarat, atau gerak menggunakan kata-kata, kalimat bunyi, lambang, tulisan. Usia sekolah dasar ini merupakan masa perkembangan pesatnya kemampuan mengenal dan menguasai perbendaharaan kata (vocabulary). Pada awal masa ini, anak sudah menguasai sekitar 2.500 kata, dan pada masa akhir (usia 11-12 tahun) telah dapat menguasai sekitar 50.000 kata.

Dengan dibekali pelajaran bahasa ini, diharapkan peserta didik dapat menguasai dan mempergunakan sebagai alat untuk:

- 1) Berkomunikasi dengan orang lain
- 2) Menyatakan isi hatinya (perasaannya)
- 3) Memahami keterampilan mengolah informasi yang diterimanya
- 4) Berfikir (menyatakan gagasan atau pendapat)
- 5) Mengembangkan kepribadannya, seperti menyatakan sikap dan keyakinan

#### c. Perkembangan social

Maksud perkembangan sosial disini adalah mencapai kematangan dalam hubungan sosial. Dapat juga dikatakan sebagai proses belajar untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok, tradisi dan moral (agama). Akhir masa kanak-kanak disebut sebagai usia berkelompok, karena ditandai dengan adanya minat terhadap aktivitas teman-teman dan meningkatnya keinginan yang kuat untuk diterima sebagai anggota suatu kelompok, dan merasa tidak puas bila tidak bersama teman-temannya.<sup>5</sup>

#### d. Perkembangan Emosi

Menginjak usia sekolah, anak mulai menyadari bahawa pengungkapan emosi secara kasar tidaklah diterima di masyarakat. Emosi-emosi yang secara dialami pada tahap perkembangan usia sekolah ini adalah marah, takut, iri hati, kasih sayang, rasa ingin tahu, dan kegembiraan (rasa senang, nikmat, atau bahagia).

Emosi merupakan faktor dominan yang mempengaruhi tingkah laku individu, dalam

<sup>3</sup> Hurlock, Elizabeth, *Psikologi perkembangan*. (Jakarta: Erlangga, 2014). Hlm 147

<sup>4</sup>Eti, Nurhayati. *Psikologi Pendidikan Inovatif*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 145-146

<sup>5</sup> Hurlock, Elizabeth, *Psikologi perkembangan*. (Jakarta: Erlangga, 2014). Hlm 157

hal ini termasuk pula perilaku belajar. Emosi yang positif, seperti perasaan senang, bergairah, bersemangat atau rasa ingin tahu akan mempengaruhi individu untuk mengkonsentrasikan dirinya terhadap aktivitas belajar, seperti memperhatikan penjelasan guru, membaca buku, aktif dalam diskusi, mengerjakan tugas, dan disiplin dalam belajar.

e. Perkembangan Moral

Anak mulai mengenal konsep moral (mengetahui benar atau baik-buruk) pertama kali dari lingkungan keluarga. Pada mulanya, mungkin anak tidak mengerti konsep moral ini, tetapi lambat laun anak akan memahaminya. Usaha menanamkan konsep moral sejak usia dini (prasekolah) merupakan hal yang seharusnya, karena informasi yang diterima anak mengenai benar-salah atau baik-buruk akan menjadi pedoman pada tingkah lakunya di kemudian hari.

f. Perkembangan Penghayatan Keagamaan

Pada masa ini, perkembangan penghayatan keagamaan ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Sikap keagamaan bersifat reseptif disertai pengertian
- 2) Pandangan dan paham ketuhanan diperolehnya secara rasional berdasarkan kaidah-kaidah logika yang berpedoman pada indikator alam semesta sebagai manifestasi dari keagungan-Nya

g. Perkembangan Motorik

Seiring dengan perkembangan fisiknya yang beranjak maka perkembangan motorik anak sudah dapat terkodinasi dengan baik. Pada masa ini ditandai dengan kelebihan gerak atau aktivitas motorik yang lincah. Oleh karena itu, usia ini merupakan masa yang ideal untuk belajar keterampilan yang berkaitan dengan motorik ini, seperti menulis, menggambar, melukis, mengetik (komputer), berenang, main bola, dan atletik.

h. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik cenderung lebih stabil atau tenang sebelum memasuki masa remaja yang pertumbuhannya sangat cepat. Masa yang tenang ini diperlukan oleh anak untuk belajar berbagai kemampuan akade-

mik. Anak lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat serta belajar berbagai keterampilan. Kenikmatan tinggi dan berat badan bervariasi antara anak satu dengan yang lain.

i. Perkembangan Bicara

Berbicara merupakan alat komunikasi terpenting dalam berkelompok. Anak belajar bagaimana berbicara dengan baik dalam berkomunikasi dengan orang lain. Bertambahnya kosakata yang berasal dari berbagai sumber menyebabkan semakin banyak pembendaharaan kata yang dimiliki.

j. Kegiatan Bermain

Permainan yang disukai cenderung kegiatan bermain yang dilakukan secara kelompok, kecuali anak-anak yang kurang diterima di kelompoknya dan cenderung memilih bermain sendiri. Bermain yang sifatnya menjajah, ketempat-tempat yang belum pernah dikunjungi baik di kota maupun di desa mengasikkan bagi anak.

### **Konseling *Play Therapy* pada anak di sekolah dasar**

Anak sekolah dasar pada dasarnya mengalami pertumbuhan, perkembangan dan perubahan secara terus menerus.<sup>6</sup> hal itu semua ditandai dengan bertambahnya ukuran baik tinggi maupun berat badan serta perkembangan kognitif yang mengakibatkan anak fase sekolah dasar lebih berkembang dibandingkan anak usia dini. Beberapa perubahan yang terjadi pada anak yang menginjak usia sekolah dasar ini mengakibatkan munculnya permasalahan-permasalahan yang harus ditangani agar anak-anak bisa berkembang dengan baik.

Konseling anak adalah suatu hubungan yang terjadi antara anak dan seorang konselor yang bertujuan untuk membantu anak-anak dalam memahami apa yang telah terjadi kepada mereka. Harapannya adalah agar-anak bisa berkembang dan mampu mengatasi permasalahannya dengan baik. Selama konseling, seorang anak didorong untuk dapat menyatakan perasaan mereka.

<sup>6</sup> Gibson, Robert L & Marianne H Michell, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011) hlm.120

Bimbingan dan konseling pada anak ini tidak hanya diberikan kepada mereka yang mempunyai perilaku bermasalah, melainkan juga harus diberikan kepada mereka yang sedang dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Dengan demikian, konseling bukan hanya untuk mengatasi perilaku bermasalah pada anak didik, melainkan juga tindakan untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembangnya anak secara maksimal.

Konseling pada anak haruslah memperhatikan pola pikir mereka yang masih cenderung egosentris yaitu sangat terpaku pada pola pikirnya sendiri. Secara umum dapat kita simpulkan, bahwa bimbingan ini sangat penting bagi perkembangan dan jalan kehidupan seorang anak untuk mencapai masa depannya. Baik dirumah oleh orang tuanya maupun disekolah oleh konselor atau guru pembimbing, guru, pembina dalam pramuka, atau siapa saja dapat memberikan bimbingan terhadap anak didik, dengan ketentuan dilakukan dengan bijaksana dan bertanggung jawab.<sup>7</sup>

- a. Mengetahui dirinya, kemampuannya, sifatnya, kebiasaannya, dan kesenangannya.
- b. Mengembangkan potensi yang dimiliki anak.
- c. Mengatasi kesulitan yang dihadapinya
- d. Menyiapkan perkembangan mental dan sosial untuk masuk ke lembaga pendidikan selanjutnya

Adapun Fungsi Bimbingan dan Konseling Pada Anak sebagai berikut:

- a. Fungsi Pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu konseling agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya.
- b. Fungsi Preventif, yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh konseling.

- c. Fungsi Perbaikan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseling sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berfikir, berperasaan dan bertindak (berkehendak) serta menghasilkan terpecahnya berbagai permasalahan yang dialami oleh anak didik.
- d. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan adalah usaha bimbingan yang menghasilkan terpeliharanya dan berkembangnya berbagai potensi dan kondisi positif anak didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.<sup>8</sup>

Kemudian Hal-Hal yang harus Ada dalam Proses Konseling Anak sebagai berikut:

- a. Adanya kesinambungan antara persepsi konselor dan dunia anak-anak. Hal ini dapat dibangun konselor dengan memahami tentang apa dan bagaimana dunia anak, sehingga persepsi dan penghargaan serta sikap yang tidak menghakimi akan keberadaan dunia anak akan terbentuk.
- b. Hubungan yang eksklusif. Konselor hendaknya membangun dan menjaga hubungan yang baik dengan anak-anak untuk membentuk kepercayaan pada diri anak pada konselor.
- c. Hubungan yang aman. Konselor berusaha membuat lingkungan kondusif bagi anak-anak sehingga anak dapat mengekspresikan emosi dan perasaan mereka dengan bebas. Perasaan aman dalam bersikap dan bertindak laku akan menimbulkan rasa percaya kepada konselor.
- d. Hubungan Autentik. Hubungan yang dibangun adalah hubungan yang dilandasi dengan sikap jujur, terbuka, spontan, dan alamiah. Sikap purapura dapat menghambat jalannya proses konseling. Sikap konselor yang demikian akan membawa konselor berinteraksi dan bermain dengan anak-anak dengan rasa senang.
- e. Hubungan yang bertujuan. Setiap hal yang dilakukan oleh konselor hendaknya bertujuan dengan jelas. Harus disa-

<sup>7</sup> Gunarsa, Singgih D. *Psikologi untuk Membimbing*, (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1979). hlm. 21

<sup>8</sup> Winkel, W.S. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: Grasindo, 1991), hlm. 167

dari bahwa beberapa anak memerlukan waktu yang lama untuk bisa bekerja sama dengan konselor, dan terkadang diiringi dengan perasaan cemas.

Bermain merupakan sarana yang baik untuk mendekatkan diri pada anak-anak. Permainan yang dipilih sebaiknya mendukung proses pemecahan masalah yang dihadapi. Menurut Baruth dan Robinson III, salah satu bentuk konseling yang sering digunakan untuk anak usia sekolah ini adalah konseling melalui bermain atau konseling *Play Therapy*. Cara ini didasarkan pada fakta bahwa bermain merupakan cara natural bagi anak untuk mengekspresikan diri. Jadi bermain anak memperoleh kesempatan untuk play out perasaan-perasaan dan masalahnya.<sup>9</sup>

Sama seperti konsep "bermain" tidak memiliki definisi tunggal, juga sama halnya dengan "konseling bermain." Sepertinya ada kesepakatan lebih dekat di kalangan profesional, bagaimanapun, tentang apa konseling bermain. Menurut vanFleet (dalam Rise, Andrea & Cynthia, 2010) telah mendefinisikan terapi bermain sebagai "bidang yang luas yang menggunakan kecenderungan alami anak-anak untuk bermain sebagai sarana menciptakan lingkungan terapi emosional aman yang mendorong komunikasi, membangun hubungan, ekspresi, dan penyelesaian masalah untuk anak."<sup>10</sup>

Wilson dan Ryan (dalam Rise, Andrea & Cynthia, 2010) telah menggambarkan terapi bermain sebagai sarana untuk menciptakan pengalaman hubungan yang intens antara terapis dan anak-anak atau orang muda, di mana bermain adalah media utama komunikasi. Secara umum dengan terapi dewasa, tujuan dari pengalaman ini adalah untuk membawa perubahan dalam hubungan primer individu, yang telah ter-

distorsi atau terganggu selama pengembangan. Tujuannya adalah untuk membawa anak-anak ke tingkat fungsi emosional dan sosial setara dengan tahap perkembangan mereka, sehingga kemajuan pembangunan biasanya dilanjutkan.<sup>11</sup>

Asosiasi untuk Terapi Bermain mendefinisikan terapi bermain sebagai "penggunaan sistematis dari model teoritis untuk membangun proses antar pribadi dimana bermain terapis terlatih menggunakan kekuasaan terapi bermain untuk membantu klien mencegah atau mengatasi kesulitan psikososial dan mencapai pertumbuhan optimal dan pengembangan".<sup>12</sup>

Meskipun dinyatakan dalam cara yang berbeda dengan penekanan yang berbeda, definisi tersebut memiliki banyak kesamaan. Mereka semua menunjuk ke penggunaan interaksi bermain sistematis dalam konteks hubungan terapeutik untuk membantu anak-anak *psychosocially*, untuk tujuan kedua pengembangan sehat dan penyelesaian masalah. Meskipun terapi bermain dalam beberapa bentuk telah sekitar untuk waktu yang lama, banyak profesional kesehatan mental memiliki kesalahan pemahaman tentang apa itu sebenarnya. Sebagai contoh, banyak terapis menggunakan mainan dengan klien anak mereka sebagai cara untuk menarik perhatian anak-anak untuk berbicara tentang apa yang baik-kenai mereka. Beberapa terapis menggunakan perangkat yang lebih representasional, (misalnya, sebuah keluarga boneka), untuk membantu klien anak mereka fokus pada masalah keluarga, namun mereka percaya bahwa apa yang anak-anak berbicara tentang lebih penting daripada permainan mereka. Dalam terapi bermain, bentuk apa pun, bermain adalah terapi. semua bentuk

<sup>9</sup> Lawrence C. Rubin. *Using Superheroes in*

*Counseling and Play Therapy*. New York : Springer Publishing Company, 2007

<sup>10</sup> Rise VanFleet, Andrea E.Sywulak & Cynthia Caparosa Sniscak. *Child-Center Play Therapy*. New York : The Guilford Press. 2010

<sup>11</sup> Rise VanFleet, Andrea E.Sywulak & Cynthia Caparosa Sniscak. *Child-Center Play Therapy*. New York : The Guilford Press. 2010

<sup>12</sup> Rise VanFleet, Andrea E.Sywulak & Cynthia Caparosa Sniscak. *Child-Center Play Therapy*. New York : The Guilford Press. 2010

terapi bermain-termasuk terapi nondirective bermain atau *Client Center Play Counseling*.

Jenis terapi bermain pada anak usia sekolah tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak, bagi anak, bermain adalah sama saja dengan bekerja pada orang dewasa. Melakukan jenis terapi bermain pada anak usia sekolah merupakan aktifitas yang dapat dilakukan anak sebagai upaya stimulasi pertumbuhan dan perkembangannya dan melakukan jenis terapi bermain pada anak usia sekolah pada anak merupakan media untuk mengekspresikan perasaan, relaksasi dan distraksi perasaan yang tidak nyaman.

Jenis-jenis *play therapy* yang digunakan pada anak usia sekolah sebagai berikut:<sup>13</sup>

a. Jenis Terapi Bermain pada Anak Usia Sekolah dengan Sapu tangan dan bola

- 1) Bola yang digunakan adalah bola besar (ukuran bola kaki)
- 2) Anak sekolah anak sekolah berdiri dalam lingkaran dengan jarak sekitar 1 meter
- 3) Bola dioperkan dari satu anak sekolah kepada anak sekolah lainnya yang berada dalam lingkaran
- 4) Anak sekolah yang berada diluar lingkaran berusaha menyentuh bola dengan sapu tangan yang dipegangnya, tapi tidak boleh menyentuh anak sekolah anak sekolah yang mengoperkan bola
- 5) Anak sekolah yang mengoperkan bola berusaha agar bola yang dipegangnya tidak dapat disentuh saputangan sehingga suasana menjadi riuh.
- 6) Anak sekolah yang bolanya disentuh sapatangan (saat dipegang atau sedang dioper) atau anak sekolah yang tidak dapat menangkap bola yang dioper kepadanya harus keluar dari lingkaran

dan menggantikan anak sekolah yang memegang sapu

- 7) Orang tua bertindak sebagai pemimpin di tengah lingkaran.

b. Jenis Terapi Bermain pada Anak Usia Sekolah dengan Sepatu

- 1) Alat yang digunakan adalah sepatu anak sekolah anak sekolah dan orang tua
- 2) Semua sepatu dicampur dan diaduk aduk dan diletakkan di ujung ruangan. Di ujung lainnya dibuat garis memanjang.
- 3) Anak sekolah anak sekolah dibagi menjadi 2 kelompok, kemudian tiap kelompok berbaris diatas garis
- 4) Dengan adanya aba aba orang tua anak sekolah terdepan berlari kearah sepatu berada, mencari dan memakai sepatunya
- 5) Demikian seterusnya sampai anak sekolah terakhir memakai sepatunya
- 6) Kelompok yang anggotanya terakhirnya selesai labih dulu memakai sepatu adalah kelompok yang menang.
- 7) Sepatu dapat ditambahkan dengan sepatu anak sekolah anak sekolah yang menonton. Orang tua selalu mengumpulkan kembali sepatu yang bertebaran saat anak sekolah mencari sepatunya.

c. Jenis Terapi Bermain pada Anak Usia Sekolah dengan Kata Kata

- 1) Anak sekolah anak sekolah duduk dalam lingkaran menghadap ke tengah
- 2) Ditengah berdiri seorang anak sekolah menjadi pemimpin
- 3) Anak sekolah tersebut memberi perintah kepada anak sekolah lain yang harus di laksanakan sekolahan perintah tersebut didahului dengan “kata ibu orang tua”. Contohnya, “kata ibu orang tua tepuk tangan 3 kali”
- 4) Bila pemimpin hanya mengatakan “tepuk tangan 3 kali” anak sekolah anak sekolah tidak boleh mengikutinya

<sup>13</sup> Suharyanto, Arbi.

<https://dosenpsikologi.com/jenis-terapi-bermain-pada-anak-usia-sekolah> . Di akses pada tanggal 19 desember 2018

- 5) Bila ada yang melakukan perintah tersebut dia harus keluar dari lingkaran atau anak sekolah yang tidak melakukan perintah sesuai aba aba atau salah melakukan “kata ibu orang tua” juga harus keluar dari lingkaran.
  - 6) Begitu seterusnya sampai anak sekolah anak sekolah habis
- d. Jenis Terapi Bermain pada Anak Sekolah Usia Sekolah dengan Angka
- 1) Melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah ini dima-inkan sekurang kurangnya 10 anak sekolah
  - 2) Alat yang digunakan adalah kartu angka (1-10)
  - 3) 10 anak sekolah maju masuk ke dalam lingkaran yang sudah disiapkan
  - 4) Orang tua menebarkan kartu angka secara tertutup dilantai
  - 5) Setelah anak sekolah mendengar aba aba, anak sekolah anak sekolah mengambil satu kartu angka, kemudian mulai mengatur barisan berderet ke samping sesuai urutan angka dalam kartu yang didapatnya
  - 6) Kerjasama antar peserta sangat diperlukan untuk dapat menyelesaikan tugas dengan baik
  - 7) Agar ada tantangan dapat dimainkan oleh 2 dan atau 3 kelompok sekaligus dan orang tua harus mempersiapkan beberapa set kartu angka. Kelompok yang lebih cepat menyusun barisan dengan urutan yang benar merupakan kelompok pemenang
- e. Jenis Terapi Bermain pada Anak Sekolah Usia Sekolah dengan Nyanyian
- 1) Anak sekolah anak sekolah melepas sepatu dan duduk dilantai membentuk lingkaran menghadap ke dalam dengan jarak 1,5 m
  - 2) Setiap anak sekolah meletakkan sepatunya dihadapannya. Salah satu anak sekolah sepatunya diganti sepatu orang tua
  - 3) Dengan aba aba orang tua, anak sekolah anak sekolah mulai menyanyi dengan tempo biasa sambil menggeser sepatunya mengikuti irama lagu. Setelah lagu berakhir sepatu juga berhenti (satu putaran, lagu dinyanyikan 2 kali)
  - 4) Anak sekolah yang mendapat sepatu orang tua didepannya harus berhenti melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah
  - 5) Melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah dilanjutkan sampai hanya tertinggal satu pemain lagi. Makin sedikit jumlah pemain, lagu makin dipercepat.
- f. Terapi Bermain Kemampuan Motorik
- Sesuai dengan sebutannya, melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah ini akan meningkatkan keterampilan anak sekolah, khususnya keterampilan motorik kasar dan halus. Contohnya, anak sekolah usia sekolah akan terampil naik sepeda. Jadi, keterampilan tersebut diperoleh melalui pengulangan kegiatan melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah yang dilakukan. Semakin sering melakukan latihan, anak sekolah akan semakin terampil.
- g. Terapi Bermain dengan Games
- Games atau melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah adalah jenis melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah yang menggunakan alat tertentu yang menggunakan perhitungan dan atau skor. Melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah ini bisa dilakukan oleh anak sekolah sendiri dan atau dengan temannya. Banyak sekali jenis melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah ini mulai dari yang sifatnya tradisional maupun yang modern. Contohnya ular tangga, congklak, puzzle, dsb.
- h. Terapi Bermain dengan Drama
- Sesuai dengan sebutannya, pada melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah ini anak sekolah memainkan peran sebagai orang lain melalui

melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolahnya. anak sekolah berceoteh sambil berpakaian meniru orang dewasa, contohnya ibu orang tua, ibu nya, ayahnya, kakaknya, dsb yang ingin dia tiru. Apabila anak sekolah melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah dengan temanannya, akan terjadi percakapan diantara mereka tentang peran orang yang mereka tiru. Melakukan jenis terapi bermain pada anak sekolah usia sekolah ini penting untuk proses identifikasi anak sekolah terhadap peran tertentu.

## PENUTUP

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu pelayanan pendidikan yang sangat dirasakan penting bagi peserta didik terutama yang masih berada pada fase anak. Didalam memberikan bimbingan dan konseling pada anak diharapkan kita dapat menggunakan cara atau metode dalam yang tepat agar perkembangan anak bisa optimal. Masa kanak-kanak merupakan masa yang unik. Konselor anak yang baiknya haruslah memahami perkembangan anak dan mampu memahami dunia mereka dengan baik sehingga dapat mengatasi permasalahan yang dihadapinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Eti, Nurhayati. 2011, *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gibson, Robert L & Marianne H Michell. 2011, *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gunarsa, Singgih D. 1979, *Psikologi untuk Membimbing*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, Elizabeth B. 2014, *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Lawrence C. Rubin. 2007, *Using Superheroes in Counseling and Play Therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Prayitno dan Erman Amti, 2013, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rise VanFleet, Andrea E.Sywulak & Cynthia Caparosa Sniscak. 2010, *Child-Center Play Therapy*. New York: The Guilford Press.
- Suharyanto, Arbi. <https://dosenpsikologi.com/jenis-terapi-bermain-pada-anak-usia-sekolah>. Di akses pada tanggal 19 desember 2018
- Winkel. W.S, 1991, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.