

PLAY THERAPY DALAM KELOMPOK GUNA MENINGKATKAN EMOSI POSITIF ANAK USIA DINI

Riana Mashar

Staff Pengajar di Program Studi PG PAUD
Universitas Muhammadiyah Magelang

ABSTRACT. This research examined how play therapy in group setting can increase the early child's positive emotion who was dominated with negative emotion. The research's design used quantitative-qualitative mixed method design. The research's subjects were chosen by purposive random sampling, who had negative emotional domination, at Kindergarden Zaid bin Tsabit Magelang. Child's positive emotions were assessed by observation and interview. Findings suggest that play therapy in group setting can increase early child's positive emotion.

Keywords: *play therapy in group setting, early child's positive emotion*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan emosi positif pada anak usia dini yang didominasi oleh emosi negatif melalui teknik play therapy dalam kelompok, dengan menerapkan desain penelitian campuran, berupa quasi-eksperimen one group design. Subjek penelitian dipilih secara purposive random sampling, terdiri dari tujuh anak yang memiliki dominasi emosi negative di TKIT Zaid bin Tsabit Magelang. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi ekspresi emosi positif, analisis hasil karya, dan wawancara dengan guru. Berdasar hasil analisis data kualitatif dapat disimpulkan bahwa play therapy dalam kelompok dapat meningkatkan emosi positif anak usia dini.

Kata Kunci: *play therapy dalam kelompok, emosi positif anak usia dini*

A. PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki pengalaman menghadapi situasi sulit dalam kehidupannya, dan masing-masing individu memiliki potensi untuk membuat perubahan positif yang diperlukan, berfungsi secara interpersonal, dan berperilaku sesuai dengan yang seharusnya. Mengacu pada pandangan Maslow (1971) mengenai potensi manusia, bahwa manusia memiliki dorongan untuk meraih tingkat yang paling tinggi pada kemampuan mereka. Beberapa orang mencapai tingkat tertinggi pada kreativitas, kesadaran, dan kebajikan. Maslow menyebut orang ini sebagai “pengaktualisasian diri” (self-actualizing), yang sesuai dengan istilah Rogers mengenai konsep “*fully functioning*” atau kepribadian yang berfungsi sepenuhnya sebagai cerminan pribadi yang sehat. Sejalan dengan konsep tersebut, Carl Rogers (dalam Boeree, 2006), menyatakan bahwa setiap individu memiliki suatu *force of life* yang disebut sebagai kecenderungan untuk mengaktualisasikan diri. Kecenderungan ini didefinisikan sebagai bentuk motivasi yang hadir dalam setiap kehidupan untuk mengembangkan potensinya secara luas. Aktualisasi diri tidak hanya terkait dengan kebutuhan untuk survive, tetapi Rogers yakin bahwa seluruh makhluk hidup memiliki dorongan untuk melakukan yang terbaik untuk eksistensi atau keberadaan mereka. Berbagai upaya yang dilakukan manusia untuk terus melakukan pembaharuan terhadap berbagai hal yang telah ditemukan, bukan hanya sebagai cara bertahan hidup namun lebih untuk menunjukkan bahwa secara alamiah setiap orang berusaha melakukan yang terbaik yang mereka dapat lakukan. Setiap makhluk memiliki kemampuan beradaptasi untuk mengatasi kesenjangan yang dialami. Begitu pula dengan manusia, jika kita hidup sebagaimana seharusnya, kita akan menjadi lebih kompleks. Akan terbentuk berbagai keunikan sebagaimana ragam makhluk hidup yang tumbuh dan berkembang di hutan. Manusia yang berkembang sebagaimana adanya sehingga memiliki kebebasan, pilihan, nilai, tanggung jawab, tujuan, mandiri, dan memiliki makna hidup diartikan sebagai manusia yang berfungsi sepenuhnya atau *fully functioning person*.

Anak sebagai individu dalam masa perkembangan yang sangat pesat juga memiliki dorongan untuk melakukan yang terbaik dan beradaptasi terhadap kesenjangan yang dialami. Pengalaman masa kanak-kanak merupakan fase penting dalam perkembangan seluruh rentang kehidupan dan pembentukan kehidupan pribadinya. Riwayat pengalaman pada masa ini

memiliki arti penting dalam proses konseling untuk mengidentifikasi berbagai faktor yang signifikan di masa lalu, memahami pola kepribadian yang dimiliki konseli, berbagai kondisi emosi dan perilaku, serta dinamika psikologis yang dimiliki.

Rabee (2000) menyatakan bahwa anak memiliki pemahaman yang baik terhadap diri mereka sendiri dan kehidupan yang ada di sekitar mereka. Pemahaman anak terhadap kehidupan mereka tidak selalu sama dengan pandangan orangtua atau orang dewasa di sekitarnya. Berbagai peristiwa yang traumatis dalam pandangan anak-anak dengan bahasa mereka yang sederhana, tidak selalu menunjukkan kesederhanaan pemikiran mereka. Hal inilah yang mendorong perlunya suatu proses konseling bagi anak yang disesuaikan dengan karakteristik khusus mereka, karena anak berbeda dengan karakteristik dan kebutuhan orang dewasa dalam menyelesaikan masalah. Sesuai pendapat Maslow (1971) dan Rogers (dalam Boeree, 2006) bahwa setiap manusia memiliki kemampuan untuk berubah, maka potensi ini dan pemberian bantuan (proses konseling) yang tepat akan dapat efektif membantu anak dalam mengatasi berbagai pengalaman traumatis dan konflik-konflik yang dialami.

Usia dini diyakini sebagai masa kritis bagi proses tumbuh kembang anak. Hal tersebut dibuktikan dengan beberapa hasil penelitian diantaranya, menurut Casey (dalam Syarief, 2005) pada masa ini, kompetensi kognitif, emosi, dan sosial mulai dibentuk dan diperluas. Campbell dan Ewing (dalam Foot, Woolson, Terras, dan Norfolk, 2004) menyatakan bahwa perilaku disruptif selama masa kanak-kanak menunjukkan fakta yang jelas sebagai perilaku anti sosial awal, sehingga anak tersebut memiliki resiko tinggi untuk secara menetap mengalami gangguan perilaku pada masa-masa berikutnya. Selain itu, kondisi anak yang cenderung menentang dan oposisional merupakan dasar timbulnya konflik dan kegagalan dengan teman sebaya serta guru selama sekolah dasar, dan akan berkembang menjadi perilaku antisosial di sekolah menengah dan tinggi. Pada akhirnya, perilaku tersebut berisiko untuk menjadi delinkuensi pada masa remaja berupa kegagalan di sekolah, drop out, pemakaian narkoba, perilaku seksual yang berisiko tinggi, dan depresi (Reid, Patterson, dan Snyder, 2002). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa agresi pada masa kanak-kanak dapat memprediksi delinkuensi, kegagalan akademik, dan penyalahgunaan narkoba pada masa remaja (Coie, Christopoulos, Terry, Dodge & Lochman, 1989; Coie, Belding, & Underwood, 1988; Roff, & Wirt, 1984 dalam Ramsden & Hubbard, 2002).

Berdasar hasil FGD (Focus Group Discussion) dan survei awal yang penulis lakukan terhadap anggota HIMPAUDI (Himpunan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Anak Usia Dini) Kabupaten Magelang pada tanggal 29 April 2006, menunjukkan bahwa permasalahan yang paling sering ditemui para pendidik anak usia dini adalah kesulitan dalam menangani anak terutama terkait dengan masalah emosi, misalnya anak ngambek, rewel, mengamuk, mudah marah, malas, ketakutan berpisah dengan orang tua, dan malu, sehingga mempengaruhi aktivitas belajar anak. Hal tersebut menyebabkan anak tidak mau mengikuti berbagai kegiatan yang ditawarkan guru. Dalam menangani masalah emosi anak tersebut, pendidik sendiri merasa kesulitan karena emosi lebih bersifat abstrak dan internal.

Berbagai kondisi di atas mendorong perlunya penanganan yang dilakukan sejak dini guna meningkatkan kondisi emosi yang kondusif agar anak memiliki kompetensi sosial yang lebih baik pada masa selanjutnya. Shonkoff, dkk (2006) menegaskan bahwa kemampuan kanak-kanak awal untuk mengelola emosi amat penting tidak hanya sebagai fondasi untuk masa depan, tetapi juga memiliki fungsi sosial anak dengan orangtua, guru, dan teman sebaya. Anak yang sejak usia dini telah mengembangkan dominasi emosi positif dalam diri akan berkembang menjadi pribadi yang memiliki dominasi emosi positif pada masa dewasa (Hurlock, 1991).

Dalam penelitian ini, penulis tertarik untuk mengkaji emosi anak usia dini khususnya berkaitan dengan penanganan emosi negatif anak agar dapat berkembang menjadi emosi positif. Lingkungan berpengaruh besar dalam penanganan permasalahan emosi, terutama lingkungan yang berada paling dekat dengan anak khususnya ibu atau pengasuh (Hurlock, 1991 dan Lazarus, 1991). Goleman (1995) menyatakan bahwa tingkah laku seseorang ditentukan oleh lingkungan, apa yang dialami dan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari lebih menentukan tingkah laku dan pola tanggapan emosi. Jika sejak usia dini anak mendapat latihan-latihan emosi yang tepat, maka kecerdasan emosinya akan meningkat. Anak dengan kecerdasan emosi yang tinggi identik dengan anak yang memiliki dominasi emosi positif dalam diri, ditandai dengan perasaan bahagia, percaya diri, dan populer (Salovey dan Mayer, 1995).

Suveg, Zeman, Flannery-Schroeder & Cassano (2005) lebih mempertegas lagi pengaruh lingkungan terhadap perkembangan emosi dengan menyatakan bahwa pendidikan emosi pada anak dapat dilakukan melalui pengajaran secara langsung, tetapi dapat pula

secara tidak langsung seperti melalui modeling, iklim emosi dalam keluarga, referensi sosial, komunikasi, dan pengungkapan stimulus emosi.

Dengan memperhatikan pengaruh lingkungan terdekat bagi perkembangan emosi anak, konsep play therapy dalam kelompok diterapkan sebagai salah satu teknik utama dalam pemberian tindakan kepada anak yang didominasi emosi negatif, karena sesuai dengan karakteristik masa usia dini sebagai masa bermain, yang hampir seluruh kegiatan pada usia prasekolah melibatkan unsur bermain (Semiawan, 2000; Arthur, dkk, 1998; Hurlock, 1991; Morrison, 1988). Selain didasarkan pada karakteristik anak sebagai masa bermain, play therapy juga diterapkan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak yang masih berada pada tingkat praoperasional, dengan simbol-simbol yang digunakan dalam proses pengolahan informasi yang diterima melalui aktivitas imitasi tidak langsung, permainan simbolis, menggambar, gambaran mental dan bahasa ucapan (Papalia, Olds, Fildman, 2002; Padmonodewo, 2000; dan Santrock, 1995).

Penulis yakin penerapan play therapy dalam kelompok anak yang didominasi emosi negatif dapat efisien. Play therapy merupakan suatu bentuk relasi interpersonal yang dinamis antara anak dan terapis yang dilakukan dalam prosedur bermain dengan memberikan alat-alat dan fasilitas bermain. 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).

Menurut Landreth (2001), play therapy direkomendasikan sebagai media terapi karena bermain merupakan ekspresi alamiah anak dan play therapy tidak secara langsung mengingatkan anak dengan peristiwa traumatik yang dialami karena dilakukan dengan menggunakan materi-materi simbolik. Hal tersebut memungkinkan anak merasa aman dalam mengekspresikan dan mengeksplorasi innermost feeling mereka. Play therapy yang diterapkan pada anak pasca traumatik juga dianggap memiliki kelebihan terkait dengan fleksibilitas yang tinggi yang diterapkan sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Play therapy dalam penelitian ini dikemas dalam bentuk konseling kelompok didasarkan pula dengan adanya karakteristik anak usia dini sebagai usia berkelompok (Hurlock, 1993).

Selain itu, seringkali anak mengalami hambatan untuk berbicara dengan leluasa dalam seting individual, sebaliknya anak dapat berbicara dengan bebas dan merasa lebih nyaman ketika berada dalam kelompok (Sue Godsey, 2010). Pendekatan kelompok sebagai miniatur kehidupan bermasyarakat menekankan pada adanya keberagaman, keumuman, dan penerimaan, hal ini dapat menjadi laboratorium kerja bagi anak untuk belajar menemukan cara menyelesaikan masalahnya. Terapi bermain yang diterapkan dalam kelompok akan memberi proses terapeutik dan menimbulkan motivasi intrinsik bagi anak, sehingga anak dapat tumbuh, belajar, dan berubah dalam lingkungan yang positive (Harpine, 2008). Berbagai uraian tersebut mendasari penulis untuk mengatasi emosi negatif agar menjadi emosi positif pada anak usia dini dengan menerapkan play therapy dalam seting kelompok.

B. METODE PENELITIAN

1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

a. Emosi Positif

Emosi positif merupakan kecenderungan aksi yang menyenangkan dan diinginkan oleh individu yang berperan dalam membantu individu untuk berprestasi dan melakukan coping sebagai upaya pemecahan masalah. Emosi positif dalam penelitian ini menekankan pada empat bentuk dimensi emosi yang terdiri dari: joy (kegembiraan), contentment (kepuasan hati), love (cinta) dan self assuredness (keyakinan diri).

Pengukuran emosi positif dilakukan dengan mengamati ekspresi emosi positif dengan teknik observasi. Terdapat tiga bentuk ekspresi emosi, yaitu ekspresi wajah, ekspresi tubuh atau bahasa tubuh yang dapat diamati dari gerakan (gesture), sikap (posture), gerakan mata dan arah pandangan, jarak sosial, dan sentuhan, dan yang terakhir ekspresi vocal yang nampak dari pemilihan kata-kata, nada suara, serta penekanan suara. Skor emosi positif diperoleh dari jumlah total frekuensi perilaku yang muncul dalam checklist. Semakin banyak jumlah yang diperoleh, semakin tinggi tingkat emosi positif anak. Selain observasi melalui checklist, observasi juga dilakukan melalui pengamatan hasil karya.

b. Play Therapy Emosi Positif

Play Therapy emosi positif dalam penelitian ini merupakan Play Therapy emosi yang disusun berdasar empat dimensi emosi yaitu kegembiraan, kepuasan hati, cinta, dan keyakinan diri. Play Therapy ini diberi nama Play Therapy Aku Anak Ceria yang merupakan serangkaian kegiatan untuk anak yang dikemas dalam teknik play therapy dalam seting kelompok.

Tujuan pemberian Play Therapy Aku Anak Ceria adalah meningkatkan ekspresi emosi positif pada anak sehingga diharapkan anak memiliki dominasi emosi positif dalam diri. Dominasi emosi positif dapat diamati dari ekspresi emosi yang dimunculkan anak, baik ekspresi wajah, ekspresi tubuh, maupun ekspresi vocal.

Play Therapy Aku Anak Ceria diberikan dalam bentuk play therapy secara kelompok. Play Therapy Aku Anak Ceria dilakukan dalam 15 kali pertemuan, dengan rincian terdiri dari 15 sesi dan masing-masing sesi membutuhkan waktu \pm 30-60 menit. Materi diberikan dalam 15 kali pertemuan berdasar prinsip retention dalam teori belajar sosial kognitif, diharapkan dengan materi yang berulang-ulang proses belajar emosi positif dapat lebih efektif.

Materi dan prosedur masing-masing sesi berbeda-beda tergantung tujuan yang akan dicapai.

2. Subjek Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak yang berada pada tahap perkembangan kanak-kanak awal (early childhood). Pertimbangan untuk memilih fase kanak-kanak awal atau usia dini adalah pada fase ini anak telah berada dalam tahap perkembangan kemampuan kognitif praoperasional, dimana anak telah mampu berpikir secara konkrit dan sederhana, serta telah mengembangkan kemampuan bahasa yang pesat, sehingga proses pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan cerita, menonton VCD, dan penjelasan melalui percakapan telah dapat dilakukan.

Selain dari perkembangan kognitif, fase kanak-kanak awal berdasar tugas perkembangan dalam aspek emosi adalah belajar untuk mencintai dan dicintai, serta belajar untuk mengendalikan perasaan. Usia kanak-kanak awal juga merupakan usia emas (golden age) dimana anak mengalami pertumbuhan yang pesat secara fisik maupun non fisik dan sebagai masa adaptasi terhadap lingkungan baik secara motorik, kognitif, sosial, emosional,

mental, dan spiritual (Sudibyo, 2005). Masa kanak-kanak awal juga merupakan periode kritis atau masa peka untuk mengembangkan ketrampilan-ketrampilan emosi, sebagai dasar bagi perkembangan emosi di masa-masa selanjutnya.

Berdasar pertimbangan tersebut, subjek dalam penelitian ini dimasukkan dalam kelompok eksperimen. Dalam menentukan sampel kelompok penelitian, peneliti menggunakan tehnik sampling yang disebut purposive sampling, berdasar karakteristik yang telah ditentukan. Secara rinci karakteristik subjek penelitian adalah:

1. Siswa Taman Kanak-kanak kelas B yang berusia antara 4-7 tahun
2. Merupakan siswa Taman Kanak-kanak Zaid bin Tsabit.
3. Memiliki dominasi emosi negatif yang ditandai oleh kecenderungan menunjukkan emosi sedih (cengeng), marah, takut, dan malu. Kondisi tersebut diperkuat dengan hasil observasi ekspresi emosi positif awal dengan kategori rendah atau sangat rendah.

3. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tiga macam teknik pengumpulan data, yaitu observasi perilaku dan hasil karya, serta wawancara. Observasi merupakan teknik pengumpulan data utama dan wawancara merupakan metode tambahan.

4. Desain Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas Play Therapy Aku Anak Ceria untuk meningkatkan ekspresi emosi positif pada anak, dengan demikian penelitian dilakukan secara eksperimen dengan menerapkan pretest-posttest design. Kelompok penelitian terdiri dari kelompok eksperimen yang akan dikenai perlakuan berupa Play Therapy Aku Anak Ceria. Penelitian ini merupakan penelitian quasi-experiment. Dengan demikian, desain penelitian yang digunakan adalah desain atau rancangan yang disebut pula sebagai Quasi-Experimental One Group Design (Kerlinger, 1992). Format rancangan penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1
Rancangan Penelitian

Perlakuan Kelompok	Pretest	Pelatihan	Posttest
KE	Y1	X	Y2

Keterangan:

- KE : Kelompok eksperimen
Y1 : Pretest (pengukuran sebelum pelatihan)
X : Play Therapy Aku Anak Ceria
Y2 : Posttest (pengukuran setelah pelatihan)

5. Uji coba dan evaluasi Modul Play Therapy Aku Anak Ceria

Sebelum modul pelatihan diterapkan dalam pelaksanaan penelitian yang sesungguhnya, modul yang telah disusun terlebih dahulu diujicobakan. Uji coba dilakukan seperti pada penelitian yang sesungguhnya, dengan tujuan untuk mengetahui apakah modul Play Therapy Aku Anak Ceria benar-benar sesuai dengan apa yang peneliti harapkan, mencakup waktu pelaksanaan, kemudahan dalam proses pelaksanaan, dan apakah materi serta instruksi yang telah disusun mudah dipahami oleh guru dan tepat sesuai dengan proses pembelajaran anak usia dini.

Uji coba dilakukan di Kelas B Taman Kanak-kanak Pelita Hati Muntilan, Magelang, yang diikuti oleh lima siswa. Uji coba dilakukan oleh guru kelas bersama dengan penulis pada tanggal 5-9 Maret 2007. Selama pelaksanaan uji coba, siswa yang dipilih mengikuti tiga kegiatan dalam setiap harinya. Kegiatan yang dilakukan selama uji coba tidak mengalami kendala yang berarti, hanya pada Kegiatan XV yang awalnya berjudul Aku Dapat Menolongmu, terpaksa diganti dengan kegiatan cadangan berjudul Kotak Bahagia. Pergantian tersebut dilakukan karena guru merasa kesulitan untuk memperoleh anak yang pada saat kegiatan dilakukan sedang dalam keadaan tidak bahagia. Pada penyusunan awal, estimasi waktu kegiatan dalam pelaksanaan modul Play Therapy berkisar antara 15-30 menit, ternyata dalam pelaksanaan uji coba waktu yang dibutuhkan lebih lama.

Setelah uji coba modul, terdapat beberapa perubahan lain yang dilakukan berdasar hasil diskusi yang penulis lakukan bersama guru. Perubahan tersebut meliputi penggunaan bahasa dalam modul agar lebih memudahkan fasilitator dalam memahami instruksi, pergantian bentuk permainan pada Kegiatan XV, perubahan alat dan bahan yang lebih mudah diperoleh di sekitar TKIT Zaid Bin Tsabit, serta penyesuaian waktu.

7. Tahap Pelaksanaan Penelitian

a. Pretest

Pretest dilakukan dengan mengamati ekspresi emosi positif subjek Pretest dimaksudkan untuk mengetahui kondisi emosi positif subjek sebelum diberi perlakuan.

Pelaksanaan pretest berlangsung selama 2 hari, yakni tanggal 9-10 April 2007. Dalam pelaksanaan pretest, peneliti dibantu oleh 8 orang mahasiswa program studi Bimbingan Konseling FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang. Pelaksanaan pretest berlangsung sejak pukul 08.00-12.30 WIB dan bertempat di TKIT Zaid Bin Tsabit Blabak.

b. Pelaksanaan Perlakuan Play Therapy Aku Anak Ceria

Sebelum pelaksanaan perlakuan, peneliti meminta ijin kepada pihak sekolah untuk memakai fasilitas sekolah dan guru kelas TK B sebagai fasilitator pemberian Play Therapy Aku Anak Ceria. Peneliti juga meminta kesediaan kepada orangtua masing-masing subjek penelitian untuk memperbolehkan subjek berpartisipasi dalam penelitian ini. Pemberian play therapy dilakukan di sekolah sebelum proses kegiatan belajar mengajar memasuki kegiatan inti. Kelompok eksperimen memperoleh perlakuan sebanyak 15 (lima belas) kali pertemuan, masing-masing pertemuan berkisar antara 30-45 menit.

c. Posttest

Posttest dilakukan pada tanggal 7-8 Mei 2007 mulai pukul 8.00-12.30 dengan checklist observasi ekspresi emosi positif seperti pada saat pretest. Pelaksanaan posttest dibantu oleh 8 observer. Setelah selesai observasi, peneliti bersama observer dan fasilitator melakukan diskusi mengenai perlakuan dan hasil pengamatan yang telah dilakukan, terutama untuk mengetahui perubahan emosi positif pada subjek penelitian sebelum dan sesudah pemberian play therapy.

8. Metode Analisis Data

Data yang dihasilkan dari penelitian ini terdiri dari data observasi yang dikuantitatifkan serta data hasil karya dan data wawancara yang bersifat kualitatif. Data observasi yang dikuantitatifkan diperoleh dari hasil penjumlahan skor total frekuensi perilaku ekspresi emosi yang muncul. Data observasi hasil karya dianalisa berdasar hasil karya (gambar) yang telah dibuat oleh responden. Sedangkan data wawancara diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan setelah pelaksanaan pelatihan berakhir.

Data kuantitatif akan dianalisis dengan menghitung perubahan berdasar persentasi skor. Hipotesis yang diajukan adalah ada perbedaan ekspresi emosi positif, peningkatan ekspresi emosi positif diperoleh dengan membandingkan nilai hasil pengukuran pretest dan posttest. Analisis data yang digunakan lebih menekankan pada analisis kualitatif.

C. HASIL dan PEMBAHASAN

a. Deskripsi data

Berdasar hasil pretest dan posttest observasi ekspresi emosi positif diperoleh data penelitian yang disajikan dalam deskripsi data penelitian pada Tabel 4 berikut

Tabel.

Deskripsi Data Subjek Penelitian

Sumber	N	Mean	SD	Minimal	Maksimal
Pretest	7	34,5714	11,3410	23	50
Total	14	35,4286	10,1808	23	50
Posttest	7	47,0000	18,0555	32	83
Total	14	43,7143	15,4094	22	83

Keterangan:

N = jumlah subjek

Mean = rata-rata kelompok

SD = standar deviasi

b. Hasil Analisis Data Individu dan Pembahasan

Analisis individual dilakukan dengan membandingkan skor emosi positif setiap subjek eksperimen dengan skor rerata kelompok pada pretest dan posttest. Hasil analisis disajikan dalam bentuk grafik dan dilengkapi dengan data kualitatif yang diperoleh dari hasil

observasi dan wawancara, serta dari hasil tugas harian pada setiap kegiatan. Berikut ini laporan mengenai hasil analisis masing-masing subjek, setiap subjek diberi inisial huruf abjad secara berurutan.

b.1. Subjek A

Subjek A menurut guru merupakan anak yang pendiam dan sering melamun selama di sekolah. Subjek jarang menunjukkan kegembiraannya dibanding teman-teman satu kelasnya, meski demikian subjek tetap memiliki kemampuan untuk berinteraksi dengan teman-teman yang lain.

Berdasar skor hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 50, berarti subjek berada pada kategori skor rendah. Kondisi tersebut sesuai dengan informasi guru yang menyatakan bahwa subjek termasuk anak yang kurang menunjukkan ekspresi emosi positif. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 83, yang berada pada kategori skor sangat tinggi.

Berdasar observasi pada saat pelaksanaan eksperimen, subjek terlihat mengikuti kegiatan dengan antusias. Subjek menunjukkan ketertarikan pada hampir semua kegiatan yang dilaksanakan. Subjek juga aktif dalam melakukan tugas yang diberikan fasilitator selama eksperimen. Aktivitas subjek selama mengikuti Play Therapy menunjukkan bahwa subjek mulai lebih mengembangkan emosi positifnya, hal tersebut dapat diamati dari hasil karya subjek dalam beberapa kegiatan.

Pada kegiatan dengan tugas menggambar, baik saat menggambar peristiwa yang menyenangkan (tugas kegiatan I), anak menggambar bapak saat pulang berada di rumah (bapak bekerja di luar kota), sedangkan ketika menggambar bahagia saat disayang (tugas kegiatan VIII), anak juga menggambar figur bapak yang sedang menunggu adik tidur dan bermain bersama adik. Figur bapak yang muncul beberapa kali mengindikasikan rasa cinta subjek terhadap bapak. Pada kegiatan V, saat subjek diminta untuk menggambar diri sendiri dan keistimewaan yang dimiliki, anak menggambar kebaikan yang pernah dilakukan seperti membantu menyapu, membantu ibu saat pergi ke pasar, mengambil air, menyiram bunga dan membersihkan mobil bapak. Gambar tersebut menunjukkan kemampuan subjek untuk menghargai diri sendiri berdasar kebaikan-kebaikan yang telah dilakukan. Kemampuan subjek menghargai dirinya merupakan

indikasi bahwa subjek telah menunjukkan kepuasan hati. Kondisi tersebut didukung oleh perbedaan hasil observasi emosi positif subjek.

Pada observasi awal, subjek tidak menunjukkan ekspresi kepuasan hati dan hanya sedikit ekspresi cinta, namun setelah subjek mengikuti kegiatan Play Therapy, anak mampu menunjukkan ekspresi kepuasan hati dan banyak memunculkan ekspresi cinta dengan menggandeng teman, memeluk, menyapa, dan menolong teman.

Hasil wawancara dengan guru menunjukkan bahwa setelah dua pekan mengikuti kegiatan Play Therapy “Aku Anak Ceria”, subjek yang awalnya pendiam dan sering melamun nampak lebih banyak menunjukkan ekspresi gembira, dengan lebih sering tersenyum, menyapa teman dan guru, serta lebih aktif dalam proses belajar di sekolah.

Berdasar uraian mengenai subjek A, Play Therapy “Aku Anak Ceria” berpengaruh untuk meningkatkan ekspresi emosi positif subjek. Sebelum perlakuan, skor subjek berada pada kategori sangat rendah, setelah perlakuan skor subjek berada pada kategori sangat tinggi.

b.2. Subjek B

Menurut guru, subjek B termasuk anak yang suka menyendiri dan pemalu. Subjek lebih banyak menghabiskan waktu istirahat dengan mengamati teman-teman yang bermain daripada terlibat dalam permainan bersama yang lain. Subjek kurang mampu menunjukkan keberanian untuk maju ke depan kelas ketika ada tugas dari guru. Subjek jarang mengacungkan jari untuk menjawab pertanyaan guru saat pembelajaran, subjek akan menjawab pertanyaan guru jika pertanyaan langsung ditujukan kepadanya. Kondisi tersebut mengindikasikan rendahnya keyakinan diri yang dimiliki subjek.

Keyakinan diri merupakan salah satu aspek yang diukur dalam observasi ekspresi emosi positif, dan sesuai dengan hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 23, berarti subjek berada pada kategori skor sangat rendah. Kategori sangat rendah menunjukkan ketidakmampuan subjek dalam mengekspresikan emosi positif. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 34, yang masih berada pada kategori skor sangat rendah.

Berdasar pengamatan selama pelaksanaan kegiatan Play Therapy “Aku Anak Ceria”, pada hari pertama, subjek masih belum mau bercerita mengenai hal-hal yang

membuatnya gembira. Subjek menolak ketika guru meminta subjek maju ke depan kelas dan menunjukkan ekspresi malu. Indikasi akan rendahnya keyakinan diri masih sangat dominan pada awal kegiatan Play Therapy.

Pada pertemuan kedelapan, subjek mulai menunjukkan keberanian untuk bicara, dengan banyak mengajukan pertanyaan pada guru. Pada saat subjek diminta untuk menyelesaikan tugas dengan menggambar tema peristiwa yang menyenangkan (tugas kegiatan I), subjek menggambar pengalamannya ketika berwisata ke pantai. Pada kegiatan menggambar bahagia saat disayang (tugas kegiatan VIII), subjek menggambar bapak dan ibu yang sedang merasa senang sehingga sesampai di sekolah, subjek ikut senang. Ketika subjek diminta untuk menggambar ekspresi wajah, (tugas kegiatan XIV), subjek menggambar dirinya ketika dinakali oleh kakak, dan pada tugas kegiatan VI mengenai keistimewaanku, subjek menggambar dirinya yang sedang membantu bapak mengambil air. Kemampuan subjek dalam menggambar, membantu subjek memunculkan perasaan-perasaan dan mengingat peristiwa yang dialami, sehingga dapat dijadikan sebagai media katarsis bagi subjek. Selama mengikuti kegiatan Play Therapy, anak tidak masuk 2 hari karena sakit. Kondisi kesehatan subjek mempengaruhi keikutsertaan subjek dalam kegiatan Play Therapy, yang berdampak pada kenaikan skor ekspresi emosi yang tidak terlalu tinggi.

Menurut pengamatan guru, setelah mengikuti kegiatan Play Therapy anak menunjukkan ekspresi emosi positif yang lebih banyak dan keberanian untuk maju atau berbicara dengan guru dan teman selama di sekolah. Pengamatan guru tersebut didukung dengan hasil observasi pada saat posttest yang menunjukkan munculnya ekspresi keyakinan diri dan kegembiraan yang lebih banyak. Subjek seringkali mengacungkan tangan untuk ikut berbicara saat guru menyampaikan materi pembelajaran. Subjek menunjukkan pula kemampuan meleraikan teman yang berkelahi. Perilaku subjek pada observasi posttest berbeda dengan observasi awal, dimana subjek sama sekali tidak menunjukkan ekspresi keyakinan diri, dan menunjukkan ekspresi gembira saat bermain bersama anak-anak yang lebih kecil dari kelas TK A.

Berdasar uraian di atas, Play Therapy “Aku Anak Ceria” cukup mampu untuk meningkatkan ekspresi emosi positif subjek, meskipun skor subjek tetap berada pada kategori yang sama tetapi menunjukkan peningkatan sebanyak 11 poin.

b.3. Subjek C

Menurut guru, subjek C merupakan anak yang anteng dan suka melamun, terutama saat kegiatan di dalam kelas. Subjek cenderung pasif mengikuti instruksi guru namun seringkali hanya beraktivitas semauanya sendiri.

Berdasar skor hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 32, berarti subjek berada pada kategori skor sangat rendah. Hasil skor pretest mendukung informasi yang diberikan guru mengenai karakter subjek. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 40, yang berada pada kategori skor rendah.

Selama subjek mengikuti kegiatan Play Therapy, guru dikejutkan dengan perubahan perilaku subjek yang mampu beberapa kali membuat teman lain tertawa terbahak-bahak, padahal sebelumnya subjek dianggap anak yang anteng. Subjek menunjukkan ketertarikan terhadap kegiatan-kegiatan dalam Play Therapy yang ditunjukkan dengan kemauan mengikuti seluruh tugas yang diberikan secara antusias. Subjek bersedia maju untuk bercerita atau bernyanyi dengan suara keras. Aktivitas yang dilakukan subjek selama kegiatan Play Therapy mengindikasikan bahwa subjek selama ini memiliki emosi positif dalam diri yang kurang didukung dengan kemampuan untuk berekspresi.

Dalam tugas menggambar, subjek dilatih untuk mengungkapkan atau mengekspresikan perasaan-perasaan yang dialami. Pada tugas kegiatan I, dengan tema peristiwa yang menyenangkan, subjek menggambar kejadian saat jalan-jalan ke gunung. Pada tugas kegiatan VIII dengan tema bahagia saat disayang, subjek menggambar perasaan bahagianya saat dijemput ayah pulang sekolah. Subjek mampu mengungkapkan keinginannya untuk menjadi pilot jika sudah besar nanti. Hasil karya subjek tersebut menunjukkan kemampuan subjek untuk mengungkapkan perasaan maupun harapan yang dimiliki.

Berdasar hasil pengamatan saat pretest dan posttest, subjek menunjukkan perbedaan yang besar, pada kemampuan untuk mengerjakan tugas dari guru. Sebelum mengikuti kegiatan subjek seringkali terlihat pasif atau tidak mau mengerjakan tugas, tetapi setelah mengikuti kegiatan Play Therapy, subjek menunjukkan kemauan untuk mengerjakan tugas dari guru dengan serius dan bersemangat.

Berdasar hasil wawancara dengan guru setelah pelaksanaan Play Therapy, guru mengakui bahwa cara pandang guru terhadap subjek mengalami perubahan karena sikap subjek yang berbeda dengan sebelum Play Therapy dilakukan. Subjek yang semula dianggap pendiam ternyata setelah kegiatan lebih banyak tertawa dan meramaikan suasana kelas dengan ucapan-ucapannya.

Berdasar uraian mengenai subjek C, Play Therapy “Aku Anak Ceria” berpengaruh untuk meningkatkan ekspresi emosi positif subjek, skor subjek sebelum mengikuti kegiatan berada pada kategori sangat rendah, setelah mengikuti kegiatan skor subjek menunjukkan peningkatan sebanyak 8 poin dan meningkat pada kategori rendah.

b.4. Subjek D

Menurut guru, subjek D termasuk siswa yang paling mudah marah. Subjek sering berkelahi dengan teman satu kelas. Selama pengamatan awal, subjek termasuk anak yang sering diejek oleh teman-temannya. Subjek memiliki tubuh yang paling kecil di kelas dibanding siswa putra yang lain.

Kondisi emosi subjek yang mudah marah, mengindikasikan bahwa subjek memiliki dominasi emosi positif yang rendah. Hal tersebut didukung dengan skor hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 42, berarti subjek berada pada kategori skor rendah. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 55, yang berada pada kategori skor sedang.

Pengamatan selama subjek mengikuti kegiatan menunjukkan bahwa pada kegiatan-kegiatan awal, subjek cenderung menunjukkan ekspresi wajah tidak ceria dan sering menjadi bahan ejekan teman-teman putra, setelah diejek subjek akan langsung menyerang teman yang mengejek. Ketika beberapa kali diminta maju oleh guru, subjek bersedia maju setelah dijemput oleh guru di tempat duduknya. Memasuki minggu ketiga, subjek menunjukkan perubahan ekspresi emosi yang nampak lebih ceria, mengikuti kegiatan dengan antusias, dengan menunjukkan ketertarikan terhadap penjelasan guru mengenai kegiatan yang dilakukan, maju dengan bersegera ke depan kelas ketika diminta guru menyelesaikan tugas, dan ikut memberi komentar mengenai apa yang disampaikan guru. Subjek menunjukkan banyak ekspresi kegembiraan pada kegiatan VII mengenai daftar keistimewaan, kegiatan IX dengan tema bahagia saat berbagi, dan kegiatan XI

tentang harapan baik. Kemampuan subjek menunjukkan ekspresi gembira merupakan indikasi meningkatnya dominasi emosi positif dalam diri subjek.

Berdasar tugas menggambar dalam kegiatan I mengenai peristiwa yang membahagiakan, Subjek menggambar peristiwa saat dibeli ikan oleh orangtuanya. Pada kegiatan XIV mengenai ekspresiku, subjek menggambarkan ekspresi bahagia saat dibeli motor. Semua gambar yang dibuat oleh subjek menunjukkan ekspresi wajah yang gembira, subjek selalu menggambar wajah manusia yang sedang tersenyum atau tertawa. Ekspresi wajah pada gambar manusia yang digambar oleh subjek dapat dijadikan sebagai indikasi perasaan subjek pada waktu menggambar. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa selama mengikuti kegiatan Play Therapy “Aku Anak Ceria”, subjek menunjukkan dominasi emosi positif dalam diri. Tidak seperti saat pelaksanaan pretest, selama posttest dilakukan, observer tidak melihat subjek marah karena diejek oleh teman. Subjek lebih mampu menunjukkan ketidaksukaannya dengan berbicara, tidak langsung menyerang seperti awal kegiatan.

Berdasar analisis individual subjek D, Play Therapy “Aku Anak Ceria” berpengaruh untuk meningkatkan ekspresi emosi positif subjek, skor subjek sebelum mengikuti kegiatan berada pada kategori rendah, setelah mengikuti kegiatan skor subjek menunjukkan peningkatan sebanyak 13 poin dan meningkat pada kategori sedang.

b.5. Subjek E

Guru menginformasikan bahwa subjek termasuk anak yang paling cengeng di kelas. Subjek sering bengong dengan tatapan kosong saat pelajaran. Subjek termasuk anak yang paling terakhir dalam menyelesaikan hampir semua tugas guru di kelas. Menurut guru, subjek dibesarkan oleh ibu yang single parent, sering memarahi subjek dan meninggalkan subjek sendiri di rumah tanpa ada yang menemani. Kecengengan subjek menunjukkan dominasi emosi positif yang rendah. Kondisi tersebut sesuai dengan skor hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 26, berarti subjek berada pada kategori skor sangat rendah. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 35, yang berada pada kategori skor rendah.

Pengamatan selama pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa subjek termasuk anak yang dihindari oleh teman-temannya, ketika istirahat, subjek akan bermain sendiri dan

tidak boleh ikut permainan teman lain, demikian pula saat guru membentuk kegiatan kelompok, subjek termasuk anak yang tidak dipilih oleh teman-teman sekelas untuk menjadi anggota kelompoknya. Selama pengamatan, hampir setiap hari subjek menangis karena jatuh, berkelahi dengan teman, atau diejek, dalam mengerjakan tugas Subjek tidak menunjukkan keinginan untuk segera selesai sehingga selalu paling akhir keluar dari kelas dan sering tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Keadaan subjek tersebut menunjukkan bahwa subjek memiliki dominasi emosi positif yang rendah. Kondisi emosi subjek tersebut nampak jelas dalam gambar yang dihasilkan selama kegiatan Play Therapy.

Saat diminta untuk menggambar peristiwa yang menyenangkan (tugas kegiatan I), subjek menggambar dirinya saat menonton televisi. Gambar ini mengindikasikan rendahnya kualitas ikatan emosional subjek terhadap orang lain. Subjek lebih menunjukkan kesenangannya menonton televisi dibanding berinteraksi dengan manusia. Pada tugas kegiatan VIII dengan tema bahagia saat disayang, subjek menggambar tiga rumah dan tiga orang tetapi salah satu gambar orang dicoret-coret. Ketika ditanya guru mengenai gambar, subjek mengatakan bahwa subjek disayang bunda di rumah, tapi gambarnya salah. Pada tugas kegiatan XIV mengenai ekspresi wajah, subjek menggambar 7 gambar anak. Setiap gambar diberi tulisan, 3 gambar bertuliskan menangis didorong teman, 2 gambar bertuliskan marah karena dijorokkan teman, 1 gambar bertuliskan kualat karena memukul bunda, dan 1 gambar bertuliskan tersenyum saat dibelikan tas. Gambar tersenyum dibuat subjek setelah guru memberi komentar mengenai gambar subjek yang tidak ada gambar anak gembira. Hasil karya subjek mengindikasikan dominasi emosi positif yang rendah. Dari semua subjek eksperimen, gambar subjek merupakan gambar yang miskin warna dan bentuk serta ada dua tugas menggambar yang tidak selesai.

Pada kegiatan VII mengenai keistimewaanmu dan kegiatan IX mengenai bahagia saat berbagi, subjek nampak banyak menunjukkan ekspresi gembira dengan banyak tersenyum saat disebutkan daftar kebaikan dan diberi kesempatan oleh guru untuk membagikan penghapus kepada teman yang lain. Selama mengikuti kedua kegiatan tersebut, subjek tidak menangis. Setelah memasuki minggu ke tiga, ekspresi emosi positif subjek lebih sering muncul.

Pada saat observasi posttest dilakukan, subjek menunjukkan dominasi ekspresi emosi positif selama dua hari pengamatan. Subjek sejak pagi telah akrab dengan teman dan bersenda gurau serta bersedia langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru meski selesai paling akhir. Selama posttest subjek tidak menangis seperti ketika dua hari observasi pretest dilakukan. Materi Play Therapy “Aku Anak Ceria” yang banyak berisi kegiatan menggambar atau mengungkapkan perasaan, merupakan salah satu media katarsis emosi bagi subjek. Subjek yang awalnya banyak menerima tekanan emosi dari teman maupun ibu di rumah, setelah kegiatan Play Therapy dapat lebih menyalurkan emosinya melalui menggambar, bercerita, atau refleksi diri. Selain itu, selama Play Therapy dilakukan, subjek diberi kegiatan-kegiatan yang menyenangkan sehingga membuat suasana hati subjek menjadi lebih gembira.

Berdasar uraian di muka, Play Therapy “Aku Anak Ceria” berpengaruh untuk meningkatkan ekspresi emosi positif subjek E. Skor subjek sebelum mengikuti kegiatan berada pada kategori sangat rendah, setelah mengikuti kegiatan skor subjek menunjukkan peningkatan sebanyak 9 poin dan meningkat pada kategori sedang.

b.6. Subjek F

Menurut guru, subjek F sering melamun dan menyendiri selama di sekolah, tetapi subjek sering pula menunjukkan perilaku agresif dengan memukul teman.

Berdasar skor hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 23, berarti subjek berada pada kategori skor sangat rendah. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 32, yang masih berada pada kategori skor sangat rendah.

Pengamatan yang dilakukan selama anak mengikuti kegiatan Play Therapy, menunjukkan bahwa subjek termasuk anak yang cukup responsif mengikuti instruksi guru.

Berdasar tugas menggambar kegiatan I mengenai peristiwa yang membahagiakan, subjek menggambar pengalamannya ketika rekreasi ke kebun binatang. Pada tugas kegiatan VIII dengan tema bahagia saat disayang, subjek menggambar kebahagiaannya ketika pulang sekolah dan bertemu dengan bunda di rumah. Gambar tersebut mengindikasikan bahwa bersama ibu merupakan saat yang menyenangkan bagi subjek, dan subjek telah mampu menunjukkan ekspresi cinta pada ibu. Pada tugas kegiatan XIV mengenai ekspresi wajah, subjek menggambar dirinya yang sedang marah karena tidak mau sholat. Berdasar

gambar subjek, subjek mampu mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi yang dihadapi secara wajar.

Hasil wawancara dengan guru menunjukkan bahwa subjek tidak terlalu sering melamun lagi. Setelah mengikuti Play Therapy, subjek banyak menghabiskan waktunya untuk bermain bersama teman-teman saat istirahat. Berdasar uraian mengenai subjek F, Play Therapy “Aku Anak Ceria” berpengaruh untuk meningkatkan ekspresi emosi positif subjek, skor subjek sebelum mengikuti kegiatan berada pada kategori sangat rendah, setelah mengikuti kegiatan skor subjek menunjukkan peningkatan sebanyak 9 poin.

b.7. Subjek G

Menurut guru, subjek G lebih suka menyendiri dan menghabiskan waktu istirahat untuk berdiam diri di kelas. Subjek akan keluar kelas jika disuruh guru bermain. Subjek lebih banyak mengamati teman yang bermain dan jarang terlibat dalam aktivitas bersama. Keadaan subjek menunjukkan bahwa subjek kurang memiliki keyakinan diri. Hal tersebut didukung oleh hasil pengamatan awal.

Berdasar skor hasil pengamatan ekspresi emosi positif, subjek memiliki skor pretest sebesar 46, berarti subjek berada pada kategori skor rendah. Berdasar hasil posttest, subjek memiliki skor 50, yang masih berada pada kategori skor rendah.

Selama mengikuti kegiatan, subjek selalu mengikuti perintah guru dengan segera namun tidak banyak menunjukkan percakapan dengan teman. Subjek lebih banyak menyelesaikan tugas dengan berdiam diri. Saat diminta bercerita, subjek seringkali menunjukkan keragu-raguan dan bersuara perlahan. Meski di kelas subjek paling pendiam, tetapi menurut ibu subjek selama mengikuti kegiatan Play Therapy, sesampainya di rumah subjek selalu menceritakan kegiatan yang dilakukan. Menurut ibu, anak nampak tertarik dengan kegiatan Play Therapy dengan banyak bercerita dibanding hari-hari biasa.

Berdasar tugas menggambar kegiatan I mengenai peristiwa yang membahagiakan, subjek menggambar pengalamannya ketika rekreasi ke kebun binatang. Pada tugas kegiatan VIII dengan tema bahagia saat disayang, subjek menggambar dirinya yang sedang bersalaman dengan ayah ketika akan berangkat sekolah. Gambar ini mengindikasikan bahwa subjek mampu mengekspresikan perasaan cinta. Pada tugas kegiatan XIV mengenai ekspresi

wajah, subjek menggambar dirinya yang sedang tersenyum dan senang ketika berangkat sekolah. Berdasar gambar VIII dan XIV, mengindikasikan bahwa sekolah merupakan tempat yang menyenangkan bagi subjek. Berdasar hasil karya subjek, subjek menunjukkan dominasi emosi positif dalam diri.

Berdasar uraian mengenai subjek G, Play Therapy “Aku Anak Ceria” dapat meningkatkan ekspresi emosi positif subjek meski hanya sedikit. Subjek merupakan kelompok eksperimen yang peningkatan skor emosi positif paling kecil dibanding subjek-eksperimen yang lain. Skor subjek sebelum mengikuti kegiatan berada pada kategori rendah, setelah mengikuti kegiatan skor subjek menunjukkan peningkatan sebanyak 4 poin.

Berdasar uraian mengenai hasil analisis baik berdasar peningkatan skor checklist observasi maupun hasil karya subyek, dapat disimpulkan bahwa play therapy Aku Anak Ceria berpengaruh terhadap peningkatan emosi positif subjek, yang semula didominasi oleh emosi negatif menjadi lebih didominasi emosi positif setelah mengikuti play therapy dalam kelompok.

D. DISKUSI

Berdasar hasil observasi dapat disimpulkan bahwa play therapy berpengaruh terhadap peningkatan ekspresi emosi positif anak, namun penelitian ini tidak menguji peningkatan tersebut secara statistic. Dengan demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Keterbatasan tersebut dapat terjadi berkaitan dengan desain penelitian yang diterapkan. Penelitian ini menerapkan desain Quasi-Experimental One Group Design (Kerlinger,1992) atau menurut Cook dan Campbell (1979). Kelemahan penelitian quasi-experiment terkait dengan beberapa kondisi. Pertama, kelemahan dapat berkaitan dengan kesimpulan statistik yang didasarkan pada jumlah subjek eksperimen. Jumlah sampel penelitian yang sedikit semakin meningkatkan kesimpulan yang mengarah pada tidak adanya perbedaan. Jumlah sampel yang kecil dalam penelitian ini dapat mempengaruhi kesimpulan statistik yang dihasilkan.

Kelemahan ke dua dalam penelitian quasi-experiment terkait dengan ancaman validitas internal. Mengacu pada Cook & Campbell (1979), terdapat beberapa hambatan yang dapat menjadi ancaman bagi validitas internal penelitian ini, yaitu kematangan, alat ukur,

dan imitation of treatments. Kematangan yang dimaksud adalah ancaman yang ditimbulkan oleh proses pertumbuhan maupun perkembangan yang dialami subjek. Subjek penelitian ini berada pada masa perkembangan usia dini. Usia dini diyakini sebagai masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dalam rentang kehidupan individu (Santrock, 2002; Papalia, Olds, & Feldman, 2002; Hurlock, 1993). Perubahan yang terjadi pada anak usia dini dipengaruhi oleh kematangan anak. Subjek pada kelompok kontrol dan eksperimen tidak terlepas dari proses kematangan yang dialami, padahal perkembangan emosi sangat dipengaruhi oleh faktor kematangan (Lazarus, 1991). Alat ukur dapat menjadi ancaman ke dua karena observer sebagai alat ukur dalam penelitian ini memiliki pengalaman yang berbeda dalam pelaksanaan pretest dan posttest. Pada saat posttest, observer telah lebih berpengalaman dibanding ketika pretest. Kondisi observer tersebut dapat menyebabkan terjadinya basement effects atau floor effects (Cook & Campbell, 1979).

E. Kesimpulan

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.

F. REFERENSI

Argyle, M. 2001. *The Psychology of Happiness*, 2nd Edition. New York: Routledge Taylor & Francis Group

Bottini, M. & Grossman, S. 2005. Center-Based Teaching and Children’s Learning, The Effects of Learning Centers on Young Children’s Growth and Development. *Childhood Education, Academic Research Library*. Vol. 81, 5 pg 274.

Ekowarni, E. 2005. Peranan Play Therapy Psikologis dalam Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Usia Dini. *Buletin PADU, Jurnal Ilmiah Anak Dini Usia* , edisi khusus 2005. Jakarta: Direktorat PAUD

Foot, H., Woolfson, L., Terras, M., Norflok, C. 2004. Handling Hard to Manage Behaviors in Prescholl: Provision, A System Approach. *Journal of Early Childhood Research*. Vol. 2(2), 115-138.

Harlan, J.D. dan Rivkin, M.S. 2004. Science Experiences for the Early Childhood Years, An Integrated Affective Approach. Eight Edition. Columbus: Pearson Merrill Prentice Hall

Harpine, E.C. 2008. Group Interventions in Schools, Promoting Mental Health for Risk Children and Youth. New York: Springer

Hasanat, N. 1996. Pelatihan Ekspresi Wajah Positif untuk Mengurangi Depresi. Thesis, tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada

Hurlock, E. 1993. Psikologi Perkembangan, Sebuah Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima (terjemahan). Jakarta: Penerbit Erlangga

Huitt, W.,G. 2004. Maslow,s Hierarchy of Needs. <http://www.mdani.demon.co.uk>, diakses 14 Oktober 2010

Hurlock, E. 1991. Psikologi Perkembangan Anak. Jilid 1 (terjemahan). Jakarta: Penerbit Erlangga

Irwin, D.M. dan Bushnell, M.M. 1980. Observational Strategies for Child Study. New York: Holt. Rinehart and Winston

Kostelnik, M.J., Soderman, A.K., dan Whiren, A.P. 1999. Developmentally Appropriate Curriculum, Best Practices in Early Childhood Education. New Jersey: Prentice Hall

LaFreniere, P. J. 2000. Emotional Development, A Biosocial Perspective. USA: Wadsworth Thomson Learning

Landreth, G.L. 1991. Play Therapy: The Art of the Relationship. Indiana: Accelerated Development Inc

Landreth, G.L. 2001. Innovations in Play Therapy: Issues, Process, and Special Populations. Brunner-Routledge: Taylor & Francis

Lawhon, T dan Lawhon, D.C. 2000. Promoting Social Skill in Young Children. Early Childhood Education Journal Vol. 28 No. 2, 105-110

Lazarus, R.S. 1991. Emotion and Adaptation. New York: Oxford University Press

Lewis, M dan Havilaand-Jones. 2000. Handbook of Emotion. Second Edition. New York: The Guilford Press

Luthar, S. S. 1991. Vulnerability nad Resilience. A Study of High Risk Adolescents. Child Developmental Journal Vol. 62, 600-616

Lucas, R.E., Diener, Ed., Larsen, R.J. 2003. Measuring Positive Emotions, Positive Psychological Assessment, A Handbook of Models and Measures, edited by Lopez, S.J., & Snyder, C.R.. Washington DC: APA

Maslow, A.,H. 1971. Hierarchy of Needs and Values. Esalen Books Viking Press

Papalia, D.E., Olds, S.W., dan Feldman, R.D. 2002. *A Child's World, Infancy through Adolescence*. Ninth Edition. Boston: McGraw Hill

. 2001. Human Development. Boston: McGrawHill

Pierce, E., Ewing, L., and Campbell, S. 1999. Diagnostic Status and Symtomatic Behavior of Hard to Manage Preschool Children in Middle Childhood and Early Adolescence. *Journal of Clinical Child Psychology*, 28(1): 44-57

Plutchik, R. 2003. *Emotion and Life, Perspectives from Psychology, Biology, and Evolution*. Washington, DC: American Psychological Association

Prawitasari, J. E. 1993. Keajegan Gerak Tubuh dan Tangan dengan Ekspresi Wajah. Laporan Penelitian, Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

_____.2000. Perkembangan Metode Deteksi Emosi pada Pasien RSU. Laporan Penelitian, tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Ramsden, S. R. and Hubbard, J. A. 2002. Family Expressiveness and Parental Emotion Coaching: Their Role in Children's Emotion Regulation and Aggresion. *Journal of Abnormal Child Psychology*. Desember 2002

Reid, J.B., Patterson, G.R., & Snyder, J. 2002. *Antisocial Behavior in Children and Adolescents, A Developmental Analysis and Model for Intervention*. Washington DC: American Psychological Association.

Rogers, C. 1961. *On Becoming a Person*. Collection of essay of Carl Rogers.

Santrock, J.W. 2002. *Life Span Development, Perkembangan Masa Hidup, Jilid I* (terjemahan). Jakarta: Penerbit Erlangga

Semiawan, C.R. 2002. *Belajar dan Pembelajaran dalam Taraf Usia Dini (Pendidikan Pra Sekolah dan SD)*. Jakarta: PT Prenhallindo

Shackman, J.E., dan Pollak, S.D. 2005. Experiential Influences on Multimodal Perception of Emotion. *Journal of Child Development*. Vol. 76. No. 5 (1116-1126)

Shonkoff, etc. 2006. Children's Emotional Development is Built into The Architecture of Their Brain. National Scientific Council on The Developing Child. www.Developingchild.net. tanggal akses: 11 Maret 2006

Smart, M.S. dan Smart, R.C. 1991. *Preschool Children, Development and Relationships*, second edition. New York: MacMillan Publishing Co, Inc.

Suveg, Cynthia., Zeman, Janice., Flannery-Schoeder, E., Cassano, M. 2005. Emotional Socialization in Families of Children with an Anxiety Disorder. *Journal of Abnormal Child Psychology*, April 2005

Thompson, Ross A. & Lagattuta, Kristin H., 2006. Feeling and Understanding: Early Emotional Development, *Blackwell Handbook of Early Childhood Development*, edited by McCartney, Kathleen & Phillips, Deborah. Main Street Malden: Blackwell Publishing Ltd

Watson, D. 2000. *Mood and Temperament*. New York: Guilford Press