

**PLAY THERAPY SEBAGAI BENTUK PENANGANAN KONSELING  
TRAUMA HEALING PADA ANAK USIA DINI**

**Citra Widyastuti**

Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

\*E-mail: citrawidyastuti11@gmail.com

**Lailatul Widha**

Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

\*E-mail: laila.nidaa@gmail.com

**Arina Rijki Aulia**

Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

\*E-mail: arina.rijki18@gmail.com

**Abstract**

*Indonesia is one of the areas including earthquakes, tsunamis and volcanic eruptions. This happened because Indonesia was in the Ring of Fire, the Pacific Ring of Fire which governs the Pacific Ocean Basin which forms a horseshoe and covers an area of 40,000 km, starting from Sumatra, Java, Bali, Nusa Tenggara, Banda to Maluku. Furthermore, early childhood victims are most vulnerable to trauma, because in turn they cannot articulate and show the anxiety they experience. Trauma healing is one of the most important activities carried out for victims after natural disasters. One method that can be used by counselors and volunteers as children's therapy is play therapy. This study uses a literature study (library research) by examining several theories and literature relating to the implementation of Play Therapy.*

**Keywords:** *Play Therapy, Conseling, Trauma Healing, Early Childhood.*

**Abstrak**

*Indonesia merupakan daerah yang rawan terkena gempa bumi, tsunami, serta letusan gunung berapi. Hal itu terjadi lantaran Indonesia berada dalam Ring of Fire yaitu cincin api pasifik yang mengelilingi cekungan Samudra Pasifik yang berbentuk tapal kuda dan mencakup wilayah sepanjang 40.000 km, mulai dari Sumatera, Jawa, Bali, Nusa Tenggara, Banda hingga Maluku. Selanjutnya, anak usia dini menjadi korban yang paling rentan terkena trauma, karena pada dasarnya mereka tidak dapat mengartikulasikan dan menunjukkan perasaan cemas yang dialaminya. Trauma healing menjadi salah satu kegiatan yang sangat penting dilakukan untuk korban pasca bencana alam. Salah satu metode yang dapat digunakan oleh konselor dan volunteer sebagai pengobatan anak-anak yaitu terapi bermain atau Play Therapy. Penelitian ini menggunakan studi kepustakaan (library research) dengan mengkaji beberapa teori dan literatur yang berkaitan dengan tahapan pelaksanaan Play Therapy.*

**Kata Kunci:** *Play Therapy, Konseling, Trauma Healing, Anak Usia Dini.*

## A. Pendahuluan

Bencana merupakan sebuah kekuasaan Tuhan, yaitu kejadian alamiah yang bisa kapanpun terjadi. Undang Undang No 24 Tahun 2007 menjelaskan bahwa bencana ialah sebuah rangkaian kejadian yang dapat mengganggu dan mengancam penghidupan dan kehidupan masyarakat sekitar yang disebabkan oleh faktor alam, non alam atau faktor manusia yang dapat menelan korban jiwa manusia, rusaknya lingkungan, kehilangan harta benda, dan dampak pada psikologis. Indonesia merupakan salah satu negara yang paling rentan terkena bencana. Baik itu bencana alam, non alam ataupun kerusakan yang dilakukan oleh manusia. Beberapa bencana yang sering terjadi ialah gempa bumi, gunung meletus, tsunami, tanah longsor, banjir bandang, kekeringan, kebakaran, angin puting beliung, badai, dan sebagainya.

Safitri (2019) menyebutkan bahwa BNPB mencatat terdapat 1.207 bencana di Indonesia yang terjadi sejak Januari- Maret 2019 ini, jumlah ini lebih meningkat dibanding jumlah pada tahun 2018 lalu. Hal tersebut menjadi wajar karena posisi Indonesia berada pada 3 lempeng tektonik yaitu lempeng Euroasia, lempeng Pasifik, dan lempeng Hindia-Australia, sehingga kondisi inilah yang menyebabkan Indonesia sangat rentan terhadap beberapa bencana yang sering terjadi. Sehingga BNPB (Badan Nasional Penanggulangan Bencana) dengan tanggap mencetak buku saku yang dibagikan pada seluruh masyarakat Indonesia supaya memiliki pedoman untuk kesiapsiagaan ketika datangnya sebuah bencana.

Bencana memiliki akibat yang cukup fatal bagi manusia salahsatunya ialah dampak pada psikologis. Korban jiwa yang menelan manusia baik itu terjadi pada keluarga sendiri ataupun orangtua bahkan sampai dialami secara langsung membuat manusia cemas, takut dan was was sehingga timbulnya sebuah trauma. Traumatis merupakan sebuah pengalaman individu yang memiliki dampak cukup berat. Orang yang mengalami traumatis berat akan merusak psikologis atau kejiwaannya. Seseorang yang mengalami stress dalam modul (Pertama, 2004) dapat dilihat dari tanda-tanda yang muncul dari 4 aspek, yaitu:

1. Aspek fisik berupa keadaan lesu, muntah dan gejala fisik lainnya pada korban.
2. Aspek kognitif berupa kebingungan, berkurangnya daya konsentrasi, dan lainnya.
3. Emosional terganggu dengan kegelisahan akut dan rasa bersalah atas kehilangan.

4. Aspek perilaku, korban *pasca* bencana alam cenderung akan lebih menarik diri dari lingkungan sosialnya jika tidak segera mendapat penanganan psikologis, pendiam, dan pola komunikasi yang menurun.

Akibat dari bahaya trauma tersebut maka sebagai praktisi sosial sudah seharusnya memberikan solusi untuk orang-orang yang trauma pasca benca, salah satu bentuk penawaran solusi dari Mulyasih (2019) ialah adanya sebuah trauma healing yang memiliki tujuan untuk memberikan kenyamanan, dukungan dan hiburan secara psikis untuk anak, sehingga dapat meminimalisir dampak traumatis yang cukup berat.

*Post traumatic stress disorder* (PTSD) ialah sebuah gangguan yang terjadi pada orang-orang pasca bencana, biasanya PTSD dapat ditangani jika langsung terdeteksi dengan tepat sehingga dapat diberikan penanganan waktu itu. Namun jika belum terdeteksi dan dibiarkan secara berkepanjangan tanpa ada penanganan khusus maka akan mengakibatkan komplikasi medis atau psikologis yang cukup serius bersifat permanen yang nantinya berakhir pada gangguan kehidupan sosial dan pekerjaan (Flannery, 1999). Biasanya PTSD dapat disembuhkan dengan adanya sebuah pendampingan terhadap korban yang terkena bencana untuk mengembalikan kondisi dan perilaku seperti awal mula.

PTSD dapat terjadi terhadap kalangan manapun baik itu pada orangtua, lansia, remaja maupun anak-anak. Anak-anak menjadi salah satu bagian rentan terkena trauma. Anak yang sebagai korban bencana menurut Lesmana (2005) perlu mendapatkan sebuah penanganan yang cukup serius agar dapat meminimalisir akibat yang berkepanjangan yang dapat menghambat perkembangan anak. Khususnya pada anak usia dini dengan kisaran 2-5 tahun yang belum mengerti, belum memahami kata-kata secara krusial, belum dapat mengutarakan sebuah emosi yang dirasakan sehingga perlu penanganan khusus bagi anak-anak usia dini ini, salah satu metode yang paling tepat digunakan untuk anak usia dini dalam menangani trauma pasca bencana ialah konseling berupa *play therapy* (terapi bermain).

Hal tersebut didukung dengan data sebanyak 26 % anak mengalami beberapa kejadian trauma seperti pelecehan seksual, pola asuh yang salah, interaksi sosial yang tidak baik dengan orang tua, dan hal itu dapat berdampak pada perkembangan otak dalam sehingga pentingnya bermain didalam proses konseling seorang konselor dapat menggunakan terapi bermain untuk menggunakan traumatik yang dialami oleh anak-anak (Bray, 2015). *Play therapy* menurut Dzulfaqori (2017) ialah sebuah teknik yang

mampu menangani anak pasca trauma bencana untuk menghibur dan mengatasi masalah yang diderita anak melalui bermain. Masykur (2006) mengatakan bahwa anak-anak yang terkena korban bencana memiliki berbagai karakter yang khas, sehingga sangat dibutuhkan bentuk-bentuk intervensi yang selaras dengan karakteristik dan perkembangan anak agar gangguan trauma dapat menurun. Lebih lanjut Mukhadiono (2016) menyebutkan bermain merupakan salah satu metode yang paling cocok. Karena melalui bermain anak akan merasa nyaman, senang dalam mengekspresikan dan mengeksplorasi perasaan yang ada pada dirinya, dan anak akan melupakan kondisi trauma yang dialami pada dirinya.

Terapi bermain juga dapat menghilangkan beberapa permasalahan seperti kecemasan, menghilangkan batasan, hambatan dalam diri, frustrasi serta mempunyai masalah pada emosi yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku anak yang kurang sesuai menjadi tingkah laku yang sesuai dan diharapkan sehingga anak dapat bermain dan lebih kooperatif dan dapat mudah diajak untuk kerjasama ketika menjalani terapi (Noverita, 2017).

## **B. Metode penelitian**

Peneliti menggunakan metode kepustakaan (*library research*). Sugiyono (2012:291) mengatakan bahwa kepustakaan biasanya berkaitan dengan referensi dan kajian teoritis yang berkaitan dengan nilai, budaya, dan norma yang berkembang pada situasi tertentu untuk diteliti. Kepustakaan juga memiliki peran penting dalam sebuah penelitian, karena setiap dari penelitian harus menggunakan kajian literatur ilmiah. Metode yang digunakan ialah studi kepustakaan yang akan didukung oleh beberapa kajian literatur yang peneliti butuhkan sebagai acuannya, sehingga hasilnya akan sesuai dengan tujuan yang peneliti harapkan yaitu berkaitan dengan dengan *play therapy* sebagai penanganan trauma healing anak korban bencana alam.

## **C. Hasil dan Pembahasan**

Hasil dan pembahasan dalam hal ini adalah untuk menemukan pemahaman terkait dengan penggunaan *Play Therapy* sebagai bentuk penanganan dalam *Trauma Healing* pada anak usai dini. Secara lebih rinci sebagai berikut.

## 1. *Play Therapy*

Dunia anak merupakan dunia yang hampir keseluruhannya berupa tindakan dan aktifitas. Bermain merupakan bahasa anak, ia akan memiliki imajinasi yang sangat luas dengan dunia bermainnya sendiri. Karenanya bermain menjadi salah satu metode yang cukup baik dalam mengatasi kecemasan pada anak. Beberapa studi dan riset yang berkenaan dengan peran dan fungsi permainan bagi proses perkembangan anak banyak ditemukan. Menurut Vygotsy (Klaas, 2012) dengan teori perkembangan kognitifnya mengemukakan bahwa anak memerlukan permainan untuk menjelaskan hal-hal yang abstrak bagi mereka agar terlihat lebih kongkrit dan nyata.

Aktifitas bermain menjadi sarana penting anak agar ia mampu menunjukkan dirinya sendiri, pandangannya terhadap lingkungan sekitar dan orang lain. Untuk mengungkapkan ekspresi alamiah yang dimiliki seorang anak, *Play Therapy* menjadi salah satu metode yang efektif dan merupakan suatu teknik konseling yang diberikan orang dewasa untuk anak-anak yang didasari oleh konsep bermain sebagai bentuk komunikasi anak dengan orang dewasa sehingga bertujuan untuk mengintervensi dan berdialog dengan anak sehingga terciptanya kondisi perasaan nyaman dan dapat mengenali potensinya untuk mengatasi permasalahannya (Maspupatun, 2017). Terapi bermain merupakan bentuk-bentuk pengalaman bermain yang direncanakan sebelum anak menghadapi tindakan keperawatan untuk membantu strategi koping mereka terhadap kemarahan, ketakutan, kecemasan, dan mengajarkan kepada mereka tentang tindakan keperawatan yang dilakukan selama hospitalisasi (Dera Alfiyanti, 2007).

Konselor sebaiknya memiliki kemampuan untuk mengenali budaya dan kebiasaan dari anak-anak yang diberikan saat konseling. Hal tersebut akan mempermudah konselor dalam melakukan pendekatan dan penyesuaian diri terhadap anak-anak. Kebiasaan anak-anak akan mudah dikenali apabila konselor mengenali dengan jelas budaya dan kebiasaan keluarga tersebut. Dengan demikian konselor akan dengan mudah mengidentifikasi permasalahan dan memberikan terapi dengan tepat dan sesuai.

## 2. Konseling Anak

Konseling berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa latin *counselium* yang berarti bersama atau bicara bersama dengan artian pembicaraan antara konselor dengan klien (Latipun, 2015). Konseling dapat artikan pula sebagai proses hubungan seseorang dengan orang lain dimana yang satu dibantu dengan yang lain untuk

meningkatkan kemampuannya dalam mengatasi masalah (Natawijaja, 2007). Konseling adalah suatu proses dimana konselor memiliki ketrampilan atau pelatihan yang telah disupervisi dengan baik, konselor harus memahami kondisi psikologis dan proses perkembangan mental manusia dengan cara memahami teori-teori konseling dan pendekatan teoritisnya. Konseling dilakukan berdasarkan aturan atau pedoman yang telah digariskan oleh kode etik konseling dan memenuhi standar minimal yang disyaratkan dalam proses konseling (Gildard, 2008).

Konseling anak adalah konseling yang dilakukan terhadap anak yang melibatkan konselor dengan anak-anak sampai anak mampu berbicara dengan bebas terkait masalah yang dirasakan, dalam proses ini konselor membutuhkan kemampuan konseling verbal untuk menghubungkan dengan strategi konseling yang lain, contohnya konselor dapat bergabung bermain dengan anak, atau bisa menggunakan media seperti tanah liat, miniatur hewan, atau dalam bentuk media yang lain. (Geldard, 2011). Geldard mengatakan pula bahwa konseling anak memiliki beberapa tujuan diantaranya,

- a. Tujuan Dasar yaitu memungkinkan anak memperoleh tingkat keharmonisan pikiran, emosi, dan tingkah laku.
- b. Tujuan Orang tua yaitu orang tua dapat membawa anaknya untuk mengikuti terapi.
- c. Tujuan yang dirumuskan konselor yaitu konselor dapat memiliki hipotesis terkait tingkah laku anak dengan cara yang berbeda.
- d. Tujuan anak yaitu untuk memperoleh dan mendahulukan keinginan anak yang biasanya tidak mampu mengucapkan.

Sehingga dalam hal ini, konseling anak sangat penting dilakukan dalam memberikan bantuan terhadap anak untuk mengatasi masalah yang dihadapinya, mengutarakan setiap perasaan yang tidak mampu disampaikannya dan memberikan harapan yang diinginkan oleh anak. Sehingga konselor harus mampu memberikan pelayanan yang baik dan profesional terhadap anak (Iswaningtyas, 2017).

### 3. *Trauma Healing*

Trauma pada dasarnya menurut kamus Psikologi berarti sakit, atau *shock* yang seringkali berupa fisik atau struktural maupun juga mental dalam bentuk *shock* emosi yang menghasilkan gangguan lebih kurang tentang ketahanan fungsi-fungsi mental (Drever, 1988). Sedangkan *healing* secara bahasa memiliki arti penyembuhan (Shadily, 1992). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *Trauma Healing* merupakan satu proses

pemberian bantuan berupa penyembuhan untuk mengatasi gangguan psikologis seperti kecemasan, panik, dan gangguan lainnya karena lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental yang dimiliki individu korban bencana alam tersebut.

*Trauma Healing* merupakan salah satu kebutuhan utama khususnya bagi korban bencana, dengan terapi trauma healing korban diharapkan dapat berangsur pulih dari trauma yang dialami dalam hidupnya. Karena trauma merupakan sebuah kejadian emosional dan fisik yang dapat dikatakan serius karena mengakibatkan kerusakan substansial terhadap fisik dan psikologis seseorang dalam rentangan waktu yang relatif lama (Weaver, 2003). Trauma dapat menyebabkan kondisi emosional yang dapat berkembang dikarenakan adanya sebuah peristiwa yang kurang berkenan, menyedihkan, menyakitkan, menakutkan, mencemaskan dan menjengkelakan. Sehingga trauma memang dapat terjadi dalam keadaan batin tertekan (Kinchin, 2007).

Terdapat empat teknik yang dapat dilaksanakan untuk mengatasi trauma yang ada pada anak-anak, diantaranya ialah: Teknik Relaksasi, merupakan bantuan yang dilakukan untuk anak sampai anak menjadi nyaman dengan tubuh dan jiwanya. Teknik mengekspresikan emosi untuk anak, Teknik Rekreasi dengan kegiatan menyenangkan dan melibatkan aspek fisik, fikiran, sosial, dan emosional. Teknik Ekspresif dapat melibatkan dengan menulis dan menggambar (Nurjannah, 2012).

*Trauma Healing* diberikan pada tingkatan bantuan darurat yaitu pemenuhan keselamatan diri dari stress yang dialami akibat bencana dahsyar yang menghampiri individu. Sedangkan pemulihannya membutuhkan waktu yang lumayan cukup lama tergantung dengan individu tersebut selama mengikuti proses *Trauma Healing*.

#### 4. Anak Usia Dini

Anak usia dini cenderung memiliki beberapa karakteristik yang unik, diantaranya rasa ingin tahu yang besar, pribadi yang unik, suka berfantasi dan berimajinasi, merupakan masa yang sangat potensial untuk belajar, menunjukkan egosentris, memiliki daya konsentrasi yang rendah, sebagai makhluk sosial dan sebagainya. Karena diusia emas nya inilah kemungkinan besar membentuk pribadi anak. Menurut undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Butir 14 menyebutkan pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lanjutan.

Anak usia dini dapat dikategorikan dari usia anak yang menginjak usia nol sampai 6 atau 8 tahun yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani (Hayatul Khairul Rahmat, 2018).

Fokus yang hendak dicapai dalam hal ini adalah terjadinya perubahan dan kemampuan klien untuk mengubah tingkah laku yang menyimpang dan kecemasan yang ada dalam dirinya. Hal tersebut lah yang dapat membantu konselor dalam melihat *progress* yang akan dicapai. Dapat dipahami bahwa anak usia dini merupakan masa emas yang dimiliki oleh seorang anak dalam pembentukan karakternya. Pertemanan memainkan peranan penting dalam memberikan pengaruh pada jiwa anak. Kegembiraan memainkan peran yang cukup menakjubkan dalam jiwa anak dan memberi pengaruh dan asumsi yang kuat pada diri anak hingga tumbuh dewasa kelak. Kawasan yang paling subur untuk membangun pendidikan adalah masa kanak-kanak yang merupakan masa terpanjang dibandingkan makhluk hidup lainnya. Sehingga pada waktu yang cukup panjang ini pendidik dapat menanamkan seperangkat nilai kedalam jiwa anak dan dapat menuntun anak ke arah manapun yang pendidik hendaki, yang menjadi bekal anak di masa depan (Suwaid, 2010).

Seolah tidak ada jeda, rentetan peristiwa kebencanaan di Indonesia menggulung tidak hanya sebagian harta benda, akan tetapi nyawa dan kondisi mental korbannya. Trauma yang dialami korban yang selamat dimaksud dalam penelitian ini merupakan gangguan psikologis yang dialami anak-anak akibat bencana alam baik berupa kecemasan, traumatik, dan lainnya. Karenanya proses *Trauma Healing* merupakan bagian dari manajemen bencana yang dapat mengatasi dampak bencana secara psikologis. Bermain digunakan sebagai terapi untuk anak-anak, *Play Therapy* didasari oleh konsep bermain sebagai cara komunikasi agar anak dapat mengekspresikan sifat alami yang dimiliki oleh anak, maka orang dewasa dapat mengintervensi dan menciptakan perasaan nyaman dan hal baru untuk anak dapat mengatasi permasalahannya. Menurut Landert dalam (Maspupatun, 2017) menyatakan bahwa terdapat beberapa langkah dalam pendekatan ini, yaitu:

- a. Analisis; mengumpulkan data dan semua sumber baik yang dikemukakan oleh klien sendiri ataupun teman dan orang disekitarnya.
- b. Sintesis; menghubungkan dan merangkum data.
- c. Diagnosis; mengidentifikasi masalah.
- d. Prognosa; antisipasi apakah permasalahan dapat diselesaikan dengan mudah.



- e. Terapi; membantu menyelesaikan masalah klien.
- f. Follow up; tindak lanjut dalam evaluasi.

Tahap pendekatan ini perlu dilakukan terus menerus karena waktu yang dibutuhkan relative singkat 3-4 pertemuan, pendapat dan pengalaman dari konselor dapat digunakan sebagai dasar pikiran klien. Penggunaan teknik ini dapat membantu anak merasa lebih nyaman dalam berproses dengan pengalaman traumatikanya. Trauma dan cemas yang diakibatkan oleh bencana alam yang mereka lihat dan rasakan, perlahan dapat diatasi dengan *Play Therapy*, karena seusia anak usia dini permainan menjadi alternatif solusi untuk menjadi perantaranya (Nasrullah, 2017).

Di samping memperhatikan keterampilan dasar melakukan konseling anak, proses menjadi titik penting tercapainya sebuah tujuan. Hubungan yang terjadi antara klien dan konselor dapat membantu sejauh konselor dapat mengetahui perasaan cemas yang dialami anak tersebut, dan mengarahkannya. Salah satu cara yang dapat digunakan dalam memperoleh kepercayaan dari anak terutama melalui *active listening* dan *unconditional acceptance*. Ada banyak media yang dapat diterapkan dalam mendukung proses permainan, diantaranya: cat air, tanah liat, krayon, kertas putih, dan sebagainya. Langkah-langkah yang perlu diketahui dan dilakukan menurut Nawangsih (2014) yaitu:

a. Langkah Awal

Kegiatan utama dalam langkah ini merupakan bagaimana konselor menciptakan hubungan dan kedekatan dengan anak-anak. Konselor atau relawan diminta mampu membangun hubungan yang hangat dengan anak agar nantinya anak dapat memberikan rasa kepercayaan seutuhnya.

b. Langkah Pertengahan

Dimulai saat anak sudah merasa *enjoy* dan sudah asyik dengan permainan dan perhatian mereka. Tersedianya fasilitas kegiatan yang memadai sangat menunjang dalam keberlangsungan terapi yang dijalani, anak akan mengekspresikan berbagai perasaan baik sesuatu yang dialami di masa lampau atau harapan kebahagiaannya dimasa depan. Konselor dan relawan melibatkan penuh dirinya dengan anak selama proses. Bisa menambahkan karakter pada lukisan anak agar imajinasi dan kreatifitasnya berkembang menunjukkan emosi anak yang sebenarnya.

c. Langkah Akhir

Pada tahap ini konselor dapat mengakhiri proses konseling bila anak telah menunjukkan kemajuan dalam berbagai bentuk positif dengan menunjukkan kebutuhan minimalnya secara simbolik dan lisan. Mengidentifikasi hal apa yang timbul dari karya anak tersebut untuk mendapat tindak lanjut ulang.

Tema permainan yang diangkat pun beragam, di antaranya:

1. Permainan yang melibatkan penuh anggota gerak tubuh, bersifat energik dan melibatkan keaktifan anak.
2. Tema keluarga, dengan mendongeng dan melibatkan figur keluarga, hewan yang melibatkan kasih sayang dan kepengasuhan.
3. Tema *safety* atau *security*. Tema ini difokuskan pada upaya anak untuk menghadirkan figur karakter yang menyelamatkan dan menjaga keamanan.

Kejadian bencana membawa dampak bagi warga masyarakat khususnya yang menjadi korban. Salah satu langkah yang dilakukan dalam upaya penanganan dampak bisa dengan advokasi, intervensi keluarga, terapi kritis, membangun partisipasi, dan mediasi dan fasilitas relokasi (Rusmiyati, 2012).

#### D. Penutup

*Play Therapy* dilakukan sesuai dengan usia tahap perkembangan anak sebagai masa bermain. Karena yang menjadi perhatian dalam penanganan anak usia dini pasca bencana adalah hal traumatis yang dialaminya. Karena jika tidak dapat diidentifikasi sedini mungkin, kemungkinan besar akan mengganggu tugas perkembangannya. Harapannya dengan adanya *Play Therapy* yang ditujukan bagi anak usia dini dapat mengidentifikasi kecemasan yang dialami anak diawal gejala, karena kita tahu anak tidak dapat menggambarkan kecemasan dan hal-hal traumatis nya dengan sendirinya. Penanganan yang dilakukan besar harapannya dapat memperhatikan aspek dalam diri anak, yaitu fisik, emosional dan intelektual anak.

#### E. Daftar Pustaka

- Bray, J. S. (2015). *Trauma and Young Children: How the Problem Plays Out*. England: Emerald group publishing.
- Dera Alfiyanti, T. H. (2007). Pengaruh Terapi Terhadap Tingkat Kecemasan Anak usia Pra Sekolah Selama Tindakan Keperawatan di Ruang Lukman RS Roemani Semarang. *Jurnal Keperawatan UNIMUS*, 35.

- Drever, J. (1988). *Kamus Psikologi*. Jakarta: Bina Aksara.
- Dzulfaqori, I. S. (2017). Konseling pada Anak Korban Bencana Alam: Play Therapy Perspektif. *Proceedings Jambore Konselor 3 Seminar dan Workshop Nasional Bimbingan dan Konseling* (p. 122). Cirebon: Indonesian Counselor Association (IKI).
- Flannery, R. (1999). Psychological Trauma and Post Traumatic Stress Disorder. *Journal of Emergency Mental Health*, 28.
- Geldard, K. (2011). *Konseling Anak-Anak Panduan Praktis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gildard, K. G. (2008). *Teknik Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hayatul Khairul Rahmat, E. N. (2018). Implementasi Konseling Krisis Terintegrasi Sufi Healing untuk Menangani Trauma Anak Usia Dini pada Situasi Krisis Pasca Bencana. *PIT Ke 5 Riset Kebencanaan IABI*. Padang: Universitas Andalas.
- Indonesia, P. R. (2007). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana*. Jakarta: Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia.
- Iswaningtyas, V. (2017). Layanan Bimbingan dan Konseling Anak Usia Dini. *Proceeding Seminar Bimbingan dan Konseling* (p. 394). Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Kinchin. (2007). *A Guide To Psychological Debriefing*. London: Jessica Kingsley.
- Klaas, B. N. (2012). The Role of Traditional Games Kayu Do'i in Child Counseling Process. *The 1st International Seminar on Guidance and Counseling* (p. 63). Yogyakarta: Faculty of Educational Sciences yogyakarta State University.
- Lanjutan, D. P. (Jakarta). *Modul Intervensi Psikopedagogis Bagi Siswa dan Guru Yang Mengalami Trauma*. 2004: Departemen Pendidikan Nasional.
- Latipun. (2015). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Lesmana, L. M. (2005). *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: UI Press.
- Maspupatun, i. (2017). Keefektifan Play Therapy untuk Penanganan Stress Pasca Trauma Bencana Alam . *1st ASEAN School Counselor Conference on Innovation and Creativity in Counseling* (p. 100). Semarang: ABKIN.
- Masykur, A. M. (2006). "Potret Psikososial Korban Gempa 27 Mei 2006 (Sebuah Studi Kualitatif di Kecamatan Wedi dan Gantiwarno, Klaten)". *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol.3 No. 1, Juni*.
- Mukhadiono, d. (2016). "Pemulihan PTSD Anak-Anak Korban Bencana Tanah Longsor dengan Play Therapy". *The Soedirman Journal of Nursing, Vol 11, No. 1, Maret, 26*.
- Mulyasih, R. d. (2019). Trauma Healing dengan Menggunakan Metode Play Therapy pada Anak-Anak Terkena Dampak Tsunami di Kecamatan Sumur Propinsi Banten. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, Volume 1 Nomoe 1 , 35*.
- Nasrullah, I. S. (2017). Konseling pada anak Korban Bencana Alam; Play Therapy Perspektif. *Jambore Konselor 3*. Pontianak: Indonesian Counselor Association.

- Natawijaja, R. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Nawangsih, E. (2014). Play Therapy untuk Anak-anak Korban Bencana Alam yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder). *Psymphatic Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1.
- Noverita, M. d. (2017). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak Usia 3–5 Tahun yang Berobat di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 73.
- Nurjannah, d. (2012). *Manajemen Bencana*. Bandung: Alfabeta.
- Pertama, D. P. (2004). *Modul Intervensi Psikopedagogis bagi Siswa dan Guru yang Mengalami Trauma*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Rusmiyati, C. (2012). PENANGANAN DAMPAK SOSIAL PSIKOLOGIS KORBAN BENCANA MERAPI. *Informasi*, 17.
- Safitri, E. (2019). *BNNP Catat ada 1.107 Bencana di Indonesia sejak Januari-Maret 2019*. Jakarta Timur: Detik News.
- Shadily, J. M. (1992). *Kamus Inggris-Indonesia an English-Indonesian Dictionary*. Jakarta: Gramedia.
- Sukmaningrum, E. (2001). "Terapi Bermain Sebagai Salah Satu Alternatif Penanganan Pasca Trauma Karena Kekerasan (Domestic Violence) Pada Anak". *Jurnal Psikologi*. Vol 8. No.2, .
- Suwaid, M. N. (2010). *Prophetic Parenting Cara Nabi Mendidik Anak*. (F. A. Qurusy, Trans.) Yogyakarta: Pro U Media.
- Weaver, A. F. (2003). *Counseling Survivors of Traumatic Events: A handbook for pastors and other helping professional*. Nashville: Abingdon Press.

### **Profil Singkat**

**Citra Widyastuti** merupakan alumni S1 Universitas Islam Indonesia dan S2 Universitas Gadjah Mada. Saat ini penulis menjadi dosen di Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis dapat dihubungi melalui E-mail: citrawidyastuti11@gmail.com. **Lailatul Widha** merupakan mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis dapat dihubungi melalui E-mail: laila.nidaa@gmail.com. **Arina Rijki Aulia** merupakan mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis dapat dihubungi melalui E-mail: arina.rijki18@gmail.com.