

TERAPI BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN EMOSIONAL ANAK DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) UNTUNG TUAH SAMARINDA

Rini Ernawati¹, Fatma Zulaikha², Milkhatun³, Pipit Feriani⁴
¹⁻⁴ Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Samarinda
 Email re840@umkt.ac.id

Abstract. *Children with special needs can pursue their education at a Special Education School (SLB), which is an institution specifically designed to accommodate the needs of such children, including those who are visually impaired, hearing impaired, physically disabled, intellectually disabled, mentally disabled, and children with developmental delays. In their development, children with special needs face various challenges in emotional, social, and cognitive development. Therefore, an approach that helps them develop is necessary. One approach proven to be effective in supporting their development is play therapy. The objective of this Community Service Activity (PKM) is to address the complex issues faced by children with special needs and to enhance their fine motor skills and emotional development. The solution proposed by the PKM team is to provide play therapy activities such as clay modeling, collage, drawing, and coloring, conducted in a group play setting. The activity takes the form of group play therapy facilitated by students, with participants being all 21 children from the Special Education School (SLB Untung Tuah), who served as respondents in this activity. The results of the play therapy activity showed that out of 21 children, before the activity, 2 children felt sad and 19 children felt neutral. After the play therapy activity with clay, drawing, and collage, all 21 children felt very happy and were highly enthusiastic about communicating with their peers and the service team.*

Keywords: *Children, Emotional, Play Therapy*

Abstrak. Anak – anak yang memiliki kebutuhan khusus, dapat menempuh Pendidikan di sekolah Luar Biasa (SLB) yaitu sebuah Lembaga yang mampu mawadahi secara khusus kebutuhan anak anak tersebut seperti tunanetra, tunawicara, tunadaksa, tunalaras, tunaganda, dan anak keterbelakangan mental. Dalam perjalanannya anak berkebutuhan khusus ini menghadapi berbagai tantangan dalam perkembangan emosional, sosial, dan kognitif, perlu dilakukan suatu pendekatan yang membantu mereka dalam berkembang. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam mendukung perkembangan mereka adalah terapi bermain (play therapy). Tujuan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini berupaya memecahkan problematika atau permasalahan kompleks yang dihadapi anak anak berkebutuhan khusus ini dan untuk meningkatkan kemampuan motorik halus dan perkembangan emosional anak berkebutuhan khusus Adapun solusi yang ditawarkan oleh tim PKM ini adalah memberikan terapi bermain clay, menempel, menggambar/ mewarnai yang dilakukan dalam bentuk kelompok bermain. Bentuk dari kegiatan ini berupa terapi bermain kelompok yang dibantu mahasiswa dengan peserta yaitu seluruh anak sekolah Luar Biasa (SLB Untung Tuah) yang merupakan responden dalam kegiatan ini sebanyak 21 anak. Hasil kegiatan terapi bermain ini didapatkan bahwa dari 21 anak, pada saat sebelum kegiatan terdapat 2 anak yang merasa sedih dan 19 anak merasa biasa saja, dan setelah dilakukan kegiatan erapi bermain dengan clay, menggambar, menempel, maka semua anak (21 orang) merasa sangat bergembira, dan mereka sangat antusias untuk berkomunikasi dengan teman sebayanya dan juga tim pengabdian.

Kata Kunci : *Anak, Emosional, Terapi Bermain,*

1. Pendahuluan dan Rumusan Masalah

Sekolah Luar Biasa (SLB) ialah Lembaga Pendidikan yang merupakan bagian dari system Pendidikan nasional yang khusus diselenggarakan bagi muris yang memiliki Tingkat kesulitan

dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental sosial. SLB merupakan Lembaga yang mampu mewadahi secara khusus anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus, seperti tunanetra, tunawicara, tunadaksa, tunalaras, tunaganda dan anak keterbelakangan (Nasution, 2022)

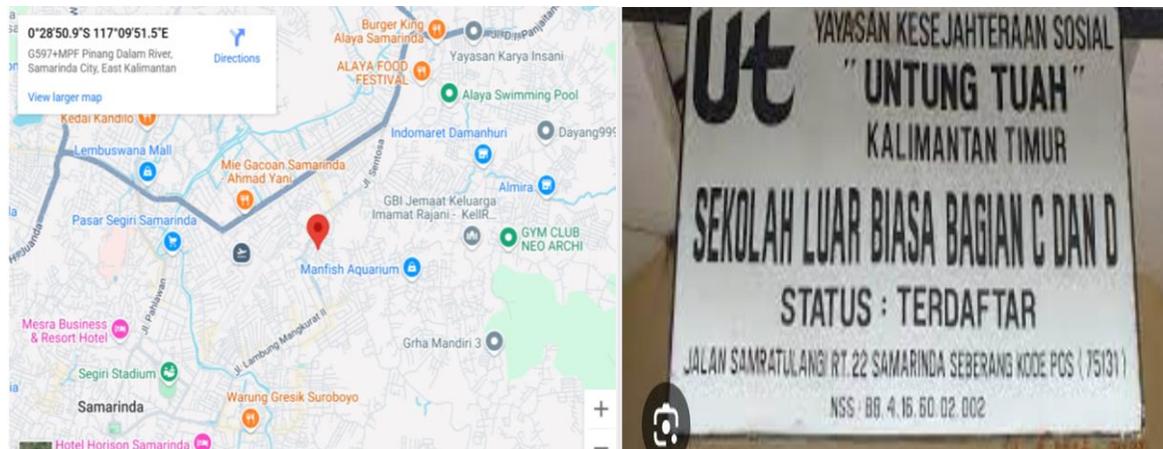
Anak-anak dengan kebutuhan khusus, khususnya yang bersekolah di Sekolah Luar Biasa (SLB), menghadapi berbagai tantangan dalam perkembangan sosial, emosional, dan kognitif. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam mendukung perkembangan mereka adalah terapi bermain (*play therapy*). Terapi ini memberikan ruang bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri, mengurangi stres, serta meningkatkan kemampuan sosial secara alami dan menyenangkan.

Terapi bermain sendiri merupakan kegiatan untuk bisa mereduksi ansietas dan dapat membantu proses penyembuhan anak dan sarana dalam melanjutkan perkembangan yang optimal (Aryani & Zaly, 2021). Terapi bermain clay dapat melatih motorik halus anak, dapat bereksplorasi membuat bentuk yang sesuai keinginan sendiri, anak dapat belajar untuk tekun, bersabar dan berimajinasi saat bermain clay ini (Melynda et al., 2024). Saat proses terapi bermain clay, anak akan merasa lebih bahagia karena tubuh dapat memproduksi hormon endorphine yang dapat membuat suasana hati anak menjadi lebih positif atau tidak merasakan cemas sehingga hal itu dapat mempercepat proses penyembuhan. Keefektifan terapi bermain clay untuk menurunkan kecemasan pada anak prasekolah saat hospitalisasi dapat dilihat dari penelitian yang menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh terapi clay terhadap tingkat kecemasan pada anak usia (Triana & Dewi, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa permainan dengan clay menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada koordinasi tangan dan genggaman siswa autis dibandingkan pada saat sebelum dilakukannya permainan plastisin. Permainan plastisin terbukti dapat meningkatkan koordinasi jari tangan, kekuatan, dan ketahanan genggaman pada siswa autis. Metode pelatihan yang konsisten dan bertahap, mulai dari pemodelan oleh fasilitator hingga pelaksanaan secara mandiri, memberikan hasil yang optimal dalam meningkatkan kemampuan motorik halus siswa autis. Dengan demikian, permainan plastisin dapat mendukung perkembangan motorik halus anak autis secara efektif. (Aisyah et al., 2024)

Berdasarkan hasil survey dan wawancara kepada pihak sekolah bahwa murid SLB Untung Tuah Samarinda sangat membutuhkan permainan yang dapat meningkatkan kesejahteraan emosional anak dan anak bergembira. Pihak sekolah sangat berharap ada kegiatan terapi bermain

pada anak-anak SLB untung tuah samarinda. Berdasarkan hal tersebut maka tim pengabdian mencoba untuk membantu memberikan terapi bermain bersama mahasiswa Prodi Diploma III Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, sebagai bentuk kontribusi nyata dalam peningkatan kualitas pendidikan dan kesejahteraan psikologis anak-anak berkebutuhan khusus.



Gambar 1. Peta Sekolah Luar Biasa (SLB) Untung Tuah Samarinda

2. Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan terapi bermain ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama proses perizinan berupa koordinasi dengan pihak sekolah, tahap ke dua mahasiswa mempersiapkan proposal terapi bermain jenis clay yang berisi tujuan, manfaat, kelompok bermain dan penanggung jawab kelompok, strategi bermain, waktu dan tempat., dan mempersiapkan alat bermain berupa plastisin. Tahap ketiga Pelaksanaan kegiatan, tahap ke empat evaluasi permainan untuk melihat pencapaian hasil berupa kesejahteraan social dan peningkatan kemampuan social anak SLB. Setelah dilakukan kegiatan maka dilakukan penyusunan laporan kegiatan yang telah dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2025 di SLB untung Tuah Samarinda. Kegiatan ini diikuti oleh 40 anak SLB dan berlangsung selama kurang lebih 2 jam.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan sebagai terapi bermain pada anak-anak yang sekolah di Sekolah Luar Biasa Untung Tuah Samarinda. Kegiatan telah dilaksanakan pada hari senin tanggal 26 Mei 2025 dengan jumlah responden 20 siswa. Hasil kegiatan terapi bermain dilakukan dengan melakukan observasi sebelum dan sesudah kegiatan, dengan memperhatikan reaksi anak dengan melihat wajah anak. Reaksi wajah bisa dikelompokkan menjadi 5 kelompok

yaitu 1 = marah, 2 sedih, 3 biasa saja, 4 bahagia, 5 bahagia sekali. Dengan kriteria wajah seperti digambar 2.



Gambar 2. Reaksi emosional dari wajah

Tabel 1 . hasil observasi reaski wajah anak sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan

| Nilai skala | Skala reaksi emosional | | | | | Jumlah |
|---------------------|------------------------|---------|-----------|--------|---------|--------|
| | 1/ bad | 2/ poor | 3/average | 4/good | 5/happy | |
| Hasil pre kegiatan | | 2 | 19 | | | 21 |
| Hasil post kegiatan | | | | | 21 | 21 |

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa jumlah anak yang ikut dalam kegiatan terapi bermain sejumlah 21 anak , dan reaksi anak paling banyak adalah biasa saja sebanyak 19 anak dan 2 anak terlihat sedih. Setelah dilakukan kegiatan terapi bermain maka didapatkan hasil semua anak sebanyak 21 orang terlihat Bahagia .

Terapi bermain merupakan media yang digunakan untuk menurunkan kecemasan atau perasaan tidak senang pada anak. Tujuan terapi bermain adalah untuk menciptakan suasana aman untuk mengekspresikan diri dan mencoba hal hal baru, selain itu bermain juga membantu anak melanjutkan fase tumbuh kembangnya , meningkatkan kreatifitas dan membantu beradaptasi dengan stress. Penggolongan dalam permainan anak menjadi 4 jenis yaitu social of affective play, sense of pleasure play, skill play, unoccupied behavior, dramatic play, dan games. Pada anak usia prasekolah, jenis skill play merupakan permainan yang cocok untuk usianya. Macam-macam terapi bermain jenis skill play yang dapat mengembangkan kemampuan anak prasekolah yaitu, mewarnai gambar, puzzle, bermain clay (plastisin), dan origami. Plastisin merupakan permainan yang menyenangkan, bahan dari plastisin yang sangat gampang di ubah bentuk sehingga anak bisa meremas, mencabik-cabik, mencubit, memukul, menggulung, menjadi suatu bentuk baru. Anak

bisa meluapkan emosinya terhadap plastisin dan membuat perasaan kembali rileks sehingga tingkat kecemasan dapat berkurang.(Gunasyah, Aziz, 2024)

Penelitian menyebutkan bahwa metode bermain konstruktif dengan media clay berpengaruh terhadap kemampuan motorik halus anak usia 5 – 6 tahun dengan menggunakan pengujian Uji Beda T Paired dengan nilai uji t sebesar 100,625 dengan nilai signifikansi sebesar $< 0,001$. (Kalsum, Astawa, Rachmayani, 2021) . Hal ini didukung oleh (Suhaenah, 2024) bahwa terapi bermain dengan jenis clay mampu meningkatkan kreatifitas anak usia 4 -5 tahun. Demikian juga penelitian (Yuliana, Febrianti, 2024) menyatakan bahwa anak anak yang diberikan terapi bermain clay selama 30 menit menunjukkan rasa senang. Hal ini juga berlaku pada anak dengan berkebutuhan khusus bahwa terapi bermain meningkatkan kemampuan anak retardasi mental dalam melakukan sosialisasi terhadap teman dan lingkungannya (Christiana & Safitri, 2021). Terapi bermain mampu mengurangi rasa malu dan kesulitan dalam adaptasi social. Adptasi sosial anak dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya, baik orang tua, keluarga atau teman sebayanya. Adaptasi sosial merupakan perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntunan sosial. Sosialisasi itu sendiri sangat penting bagi anak retardasi mental untuk belajar mewujudkan dirinya sendiri, dan diharapkan anak merasa dirinya memiliki pribadi yang ada persamaan dan perbedaan pribadi orang lain.

Peneliti (Aisyah et al., 2024) Menyatakan bahwa permainan plastisin terbukti dapat meningkatkan koordinasi jari tangan, kekuatan, dan ketahanan genggamannya pada siswa autis. Metode pelatihan yang konsisten dan bertahap, mulai dari pemodelan oleh fasilitator hingga pelaksanaan secara mandiri, memberikan hasil yang optimal dalam meningkatkan kemampuan motorik halus siswa autis. Penelitian (Kamala & Chandra, 2020) menunjukkan bahwa terapi bermain clay dapat meningkatkan perkembangan motorik halus anak usia 5 – 6 tahun , juga meningkatkan ketuntasan belajar maupun kreatifitas dan imajinasi anak. Didukung oleh penelitian (Arianti & Fitri, 2018) bahwa rerata kemampuan motorik halus pre dan post terapi bermain didapatkan hasil $p=0,002$, sehingga disimpulkan bahwa terapi bermain berpengaruh terhadap kemampuan motorik halus anak down syndrome. Dengan demikian terapi bermain dapat mendukung perkembangan motorik halus anak secara efektif.

Terapi bermain juga dapat menurunkan kecemasan dan kesedihan , hasil penelitian menyebutkan bahwa dari anak yang mengalami cemas sedang setelah dilakukan terapi bermain selama 2 hari didapatkan penurunan kecemasan dari skor 49 (cemas sedang) menjadi 26 (cemas

ringan) pada anak usia 3 – 6 tahun (Melynda et al., 2024) . Hal ini didukung oleh penelitian (Sari, 2019) yang dilakukan pada 24 anak usia 3 – 6 tahun di RSUD Balraja Tangerang dan didapatkan hasil bahwa terapi bermain clay dapat mengurangi kecemasan pada anak usia 3 – 6 tahun dengan nilai (sig 0,000).(Lailaturohmah Kurniawati; Deby Putri angela; Dea, 2025) juga mengungkapkan dari hasil pengabdian kepada Masyarakat kelompok anak yang mengalami kecemasan , setelah dilakukan terapi bermain clay didapatkan hasil bahwa 95 % anak yang mengikuti terapi bermain mengalami penurunan kecemasan.

Program terapi bermain juga dapat dilakukan untuk pengembangan prilaku adaptif pada anak dengan berkebutuhan khusus, penelitian (Adimayanti & Siyamti, 2019) menyatakan bahwa terdapat peningkatan kemampuan adaptif pada self help general, self eating, self dressing, locotion, occupation, socialization dan komunikasi sehari hari pada anak tunagrahita dan autis. Terapi bermain mampu memberikan stimulus kepada anak untuk mampu berperilaku lebih baik.

Bermain adalah aktivitas yang sangat penting bagi perkembangan anak, termasuk anak sekolah luar biasa (anak berkebutuhan khusus). Bermain bagi anak-anak ini bukan hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran dan terapi yang dapat melatih berbagai aspek perkembangan seperti emosi, kesabaran, konsentrasi, motorik halus dan kasar, kemampuan komunikasi, serta interaksi sosial. Bermain memungkinkan anak untuk mengeksplorasi lingkungan, mengenal aturan, bersosialisasi, dan mengembangkan potensi diri secara menyeluruh.



**Gambar 3. Tim Pengabdian Dosen dan mahasiswa berfoto bersama pengasuh SLB untung
Tuah**



Gambar 4. Berfoto bersama di depan Sekolah Luar biasa Untung Tuah Samarinda



Gambar 5. Pelaksanaan terapi bermain menempel dan menggambar

4. Simpulan

Kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan di Sekolah Luar Biasa (SLB) Untung Tuah samarinda pada hari senin tanggal 26 Mei 2025 berjalan dengan lancar. Para siswa SLB sangat antusias dalam mengikuti kegiatan terapi bermain. Kegiatan dilakukan kurang lebih 2 jam. Kegiatan ini sangat memberikan perubahan secara emosional kepada anak anak, yang mana di di awal sebelum dilakukan terapi bermain ada anak yang merasa sedih , ada juga yang merasa biasa saja dan di akhir kegiatan semua anak merasa sangat bergembira, bahkan anak- anak meminta untuk datang kembali untuk melakukan kegiatan terapi bermain.

Diharapkan kepada sekolah agar dalam proses pembelajaran di sekolah dapat diterapkan terapi bermain dengan menggunakan plastisin, menggambar, menempel, sehingga siswa mendapatkan suasana belajar yang mengasyikan dan juga dapat menambah kemampuan mereka dalam berbagai aspek seperti kemampuan motorik halus, mengurangi kecemasan, kemampuan berkomunikasi dalam kelompok, dan perilaku adaptif.

Daftar Pustaka

- Adimayanti, E., & Siyanti, D. (2019). Program Bimbingan Pada Anak Tunagrahita Dan Autis Melalui Terapi Bermain Untuk Mengembangkan Perilaku Adaptif Di Slb Negeri Ungaran. *Dunia Keperawatan*, 7(2), 153. <https://doi.org/10.20527/dk.v7i2.6926>
- Aisyah, R., Utami, R., Mufida, F., & Dewi, A. (2024). Permainan Plastisin Terhadap Motorik Halus Siswa Autis Plasticine Games Against Fine. *Action Research Journal Indonesia*, 6(4), 451–458. <https://doi.org/10.61227>
- Arianti, D., & Fitri, A. E. (2018). Syndrome Di Slb Ypplb Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, 2(1), 23–30. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33757/jik.v2i1.79>
- Aryani, D., & Zaly, N. W. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 101. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.289>
- Christiana, I., & Safitri, A. (2021). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kemampuan Sosialisasi Anak Retardasi Mental. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 8(1), 37–52. <https://doi.org/10.55500/jikr.v8i1.132>
- Gunasyah, Aziz, I. (2024). Jurnal Kesehatan An - Nuur. *Jurnal Kesehatan An-Nuur*, 2(1), 15–27. <https://journal.ypps.or.id/index.php/jukes/article/view/9/11>
- Kalsum, Astawa, Rachmayani, A. (2021). Pengaruh bermain konstruktif dengan media clay terhadap kemampuan motorik halus anak usia 5 -6 tahu di desa maria Utara Kecamatan Wawo Kabupaten Bima. *Indonesian Journal of Elementary and Childhood Education*, 2(3), 300–307. <https://journal.publication-center.com/index.php/ijece/article/view/728>
- Kamala, D., & Chandra, R. D. A. (2020). Kajian Wacana Upaya Meningkatkan Motorik Halus Melalui Kegiatan Bermain Plastisin pada Anak Usia 5–6 Tahun. *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, 4(1), 35–42. <https://doi.org/10.31537/jecie.v4i1.494>
- Lailaturohmah Kurniawati; Deby Putri angela; Dea. (2025). Terapi bermain clay terhadap anxiety anak akibat Hospitalisasi di Magetan. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 2(1), 152–160. <https://doi.org/https://doi.org/10.62951/panggungkebaikan.v2i1.1215>
- Melynda, J. A., Palupi, E., & Kusumawati, I. A. (2024). Studi Kasus: Pengaruh Terapi Bermain Playdough Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Akibat Hospitalisasi. *Stikes Bethesda Proceeding*, 3(1), 82–95. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/p/article/view/463>

- Nasution. (2022). Pengertian Pendidikan, Sistem Pendidikan Sekolah Luar Biasa dan jenis jenis Sekolah Luar Biasa. *Edukasi Nonformal*, 3(2), 422–427. <https://core.ac.uk/download/pdf/553315213.pdf>
- Sari, A. (2019). Terapi Bermain Clay Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 51–63. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i1.151>
- Suhaenah, K. (2024). Media Clay Tepung sebagai Media Pembelajaran dalam Meningkatkan Kreativitas Anak Usia Dini. *Journal Ceria*, 7(1), 53–61. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/ceria/article/view/20950>
- Triana, N. Y., & Dewi, F. K. (2022). Pengaruh Clay Therapy Terhadap Perilaku Kooperatif Anak Pra Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi: Literature Review. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(2), 421–428. <https://bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/2909>
- Yuliana, Febrianti, R. (2024). Implementasi Clay Therapy pada Masalah Ansietas Anak Prasekolah dengan Hospitalisasi di Ruang Catelia RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah Implementation of Clay Therapy in Children ' s Anxiety Problems Preschool with Hospitality in the Catelia Room Und. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(11), 4382–4390. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i11.7075>