

THE EFFECTIVENESS OF THERAPEUTIC STORIES ON PROSOCIAL ASPECTS THROUGH PLAY THERAPY INTERVENTION

Wahyu Dwi Deniawan
Politenik Bentara Citra Bangsa
Email: wahyu.deniawan@bentaracampus.ac.id

Abstract

The aim of this research is to determine the effect of therapeutic stories on increasing prosocial aspects in children. The research method was a case study conducted on a 9 year old child who experienced psychological problems, namely never doing assignments in class, always disturbing his classmates and his academic grades dropping. Play therapy sessions were conducted in 12 sessions, therapeutic stories were given in 3 sessions, namely in session 4, session 7 and session 12. Data was collected through observations and observation when the therapeutic story was given during the therapy session and looking at the SDQ scoring results from the total pre-score. middle-post. Based on observations and observations during therapy sessions, changes in behavior were found that the child began to appear active and communicate with the therapist, made eye contact, and started asking questions to the therapist. This shows that therapeutic stories have a positive influence on the development of children's prosocial aspects.

Keywords: Therapeutic story, Prosocial, Play therapy, Play therapy

KEEFEKTIFAN CERITA TERAUPETIK UNTUK MENINGKATKAN PROSOSIAL ANAK DALAM TERAPI BERMAIN

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh cerita terapeutik terhadap peningkatan aspek prososial pada anak. Metode penelitian adalah studi kasus yang dilakukan kepada anak usia 9 tahun yang mengalami kendala psikologi yaitu di kelas tidak pernah mengerjakan tugas, selalu mengganggu teman kelasnya dan nilai akademiknya menurun. Sesi terapi bermain dilakukan sebanyak 12 sesi, cerita terapeutik diberikan sebanyak 3 kali sesi yaitu pada sesi 4, sesi 7 dan sesi 12. Data dikumpulkan melalui pengamatan dan observasi saat cerita terapeutik diberikan pada sesi terapi berlangsung serta melihat hasil scoring SDQ dari total *scoring pre-middle-post*. Berdasar pengamatan dan observasi selama sesi terapi dijumpai perubahan perilaku bahwa anak mulai terlihat aktif dan berkomunikasi dengan terapis, adanya kontak mata, serta memulai untuk bertanya kepada terapis. Hal ini menunjukkan bahwa cerita terapeutik memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan aspek prososial anak.

Kata kunci: Cerita terapeutik, Prosocial, Terapi bermain, *Play therapy*.

I. PENDAHULUAN

Orang tua siapapun dan dimanapun berada tentu memiliki mimpi memiliki anak yang berbakti kepada kedua orang tua dan prestasi yang tinggi. Namun realita berkata lain, ada anak yang memang benar-benar sesuai harapan orang tua dan sebaliknya ada juga yang tidak sesuai harapan. Masalah demi masalah bertubi-tubi datang meninggalkan bekas yang tidak pernah ada ujungnya. Semangat dan kesabaran orang tua benar-benar diuji dan menjadi taruhan dalam mendidik anak-anaknya agar menjadi anak yang sukses di masa yang akan datang.

Studi kasus ini berfokus pada kegiatan cerita terapeutik yang di dilakukan dalam sesi terapi bermain yang diikuti oleh seorang anak laki-laki inisial R berusia 9 tahun saat ini sedang duduk di kelas 2 (dua) di sekolah dasar negeri. Dari hasil wawancara orang tua dan guru

diperoleh bahwa R tidak pernah mengerjakan tugas sekolah, dirumah kurang disiplin dan sulit berkomunikasi dengan kedua orang tuanya. Sedangkan di sekolah R suka sekali mengganggu teman sekelasnya (memukul, berkelahi, mencari perhatian dengan cara berteriak keras dalam kelas), tidak pernah mengerjakan tugas saat di kelas, tidak ada keberanian dalam mengungkapkan sesuatu dalam dirinya, cenderung diam ketika diminta untuk kedepan mengerjakan soal latihan di papan tulis. Selain itu nilai akademis R juga menurun dan kurangnya bergaul dengan teman dikelas dan lingkungan sekolah. R mengikuti sesi *Play Therapy* atau terapi bermain di sekolah sebanyak 12 sesi pertemuan. Dengan perincian waktu sesi adalah satu minggu sekali dengan 45 menit satu sesinya. Setiap sesi atau pertemuan 6 (enam) maka akan ada pertemuan bersama kedua orang tua hal ini disebut dengan *reviewe*. Dalam *review* nanti akan membicarakan progress atau perkembangan anak. Pengukuran dilakukan melalui SDQ yang diberikan sebelum sesi terapi dimulai yaitu pre kemudian SDQ pada pertengahan sesi atau *middle* dan diakhir sesi atau *post*. Hasil *scoring* SDQ tersebut merupakan nilai yang dapat melihat perubahan perkembangan anak secara kuantitatif. Selain itu juga melakukan pengamatan dan observasi terhadap anak selama cerita terpeutik diberikan ketika sesi bermain dilakukan. Cerita Terapeutik merupakan salah satu tools yang ada dalam terapi bermain (*Play Therapy*). Pendekatan yang digunakan dalam terapi bermain itu sendiri adalah *non-directive*. Perubahan pada aspek prososial merupakan tujuan yang ingin dilihat dalam studi kasus ini.

II. KAJIAN TEORI

1. Prososial

Aspek prososial menjadi satu hal yang sangat penting untuk kita ketahui dan dikaji lebih dalam. Tidak sedikit anak-anak kita mengalami permasalahan di area ini misal, tawuran, *bullying*, bolos sekolah, melanggar aturan sekolah dan melawan orang tua bahkan guru di sekolah, dan masih banyak permasalahan lainnya. Hakikatnya aspek prososial memiliki nilai positif terhadap seseorang dan lingkungan sekitar. Seperti halnya yang dikatakan oleh wispe dalam Hogg dan Voughan (2002) mendefinisikan bahwa perilaku prososial sebagai perilaku yang memiliki konsekuensi sosial positif yang menyambung bagi kesejahteraan fisiologis atau psikologis orang lain.

Perilaku prososial memiliki bentuk suatu tindakan yang sebelumnya direncanakan dan dilakukan untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan timbal balik dari yang ditolong. Menurut Mussen, dkk (2002), dituliskan bahwa prososial mencakup tindakan berbagi (*sharing*), kerjasama (*cooperation*), menyumbang (*donating*), menolong (*helping*), kejujuran (*honesty*), kedermawanan (*generosity*) serta mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain.

Menurut Stewart dan Parke dalam buku *Social Development* (2011) dikatakan bahwa perilaku prososial adalah perilaku yang bermanfaat bagi orang lain, dan anak yang menunjukkan perilaku ini biasanya memiliki kemungkinan kecil untuk memperoleh keuntungan bagi dirinya sendiri.

Berbeda dengan pendapat dari seorang ahli Baron dan Byne dalam bukunya Psikologi Sosial (2005) terkait definisi prososial itu sendiri dikatakan bahwa perilaku prososial merupakan suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut.

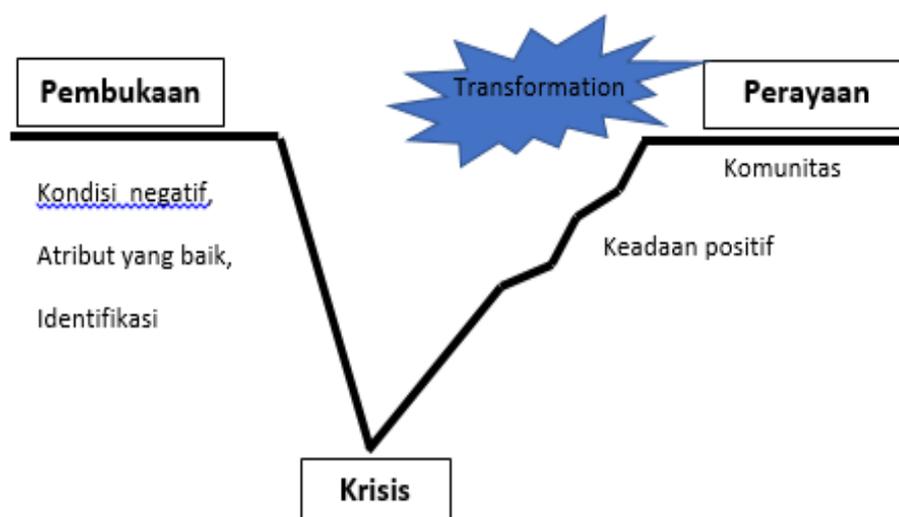
Erni Wulandari dan Satiningsih dalam jurnalnya dituliskan bahwa beberapa penelitian seperti yang dilakukan oleh Cahyaningroom (2015) dan Darmawan (2015) menunjukkan bahwa permasalahan yang sering muncul dikalangan siswa SMA yakni kurangnya perilaku prososial yang meliputi sikap siswa apatis, hanya mau menolong orang yang dikenal, tidak mau meminjamkan catatan kepada teman, bekerja sama dengan teman dekat saja, dan enggan berbagi dengan orang yang lebih membutuhkan.

2. Cerita Terapeutik

Dimasyarakat luas tentu banyak yang mengenal istilah cerita. Cerita itu sendiri memiliki definisi tersendiri. Menurut para ahli dikatakan bahwa bercerita bermakna melisankan suatu naskah dalam bentuk lisan. Melalui cerita naskah atau suatau karangan akan lebih mudah dipahami dan diyakini isinya. Majid (2008) dalam jurnal ilmiah Aries Setia Nugaraha dituliskan bahwa pemindahan cerita ke dalam bentuk lisan dinamakan penceritaan. Maksud dari hal itu adalah cerita kerap disamakan dengan karangan dalam bentuk tulis. Masih dalam jurnal yang sama dituliskan pula bahwa Mcdrury dan Alterio (2003:38) mengatakan *“Storytelling processes that assit them to understand practice event and enable layers of meaning to be uncovered”*. Pernyataan tersebut menerangkan bahwa suatu cerita dapat membantu mereka dalam memahami peristiwa serta mampu mengungkapkan suatu makna yang terkandung didalamnya.

Terapeutik itu sendiri menurut KBBI adalah sesuatu yang berkaitan dengan terapi. Susan Perrow (2012) menuliskan dalam bukunya *Therapeutic Storytelling; 101 Healing Stories for Children* bahwa definisi terapeutik adalah penyembuhan yaitu mengembalikan kesehatan, mengembalikan keseimbangan, menjadi sehat dan utuh, maka cerita terapeutik dapat digambarkan sebagai cerita yang membantu mengembalikan keseimbangan dan keutuhan pada perilaku atau situasi yang tidak seimbang. Semua cerita berpotensi menyembuhkan atau bersifat terapeutik. Pengalaman mendengarkan cerita apapun isinya, bisa menjadi ‘penyembuhan’. Selain potensi penyembuhan dari cerita, cerita spesifik juga dapat memabantu atau menyembuhkan perilaku dalam situasi tertentu. Selain itu dituliskan juga bahwa bercerita yang terapeutik adalah cara yang lembut dan mudah sehingga sangat efektif untuk mengatasi kasus-kasus yang terjadi pada anak-anak.

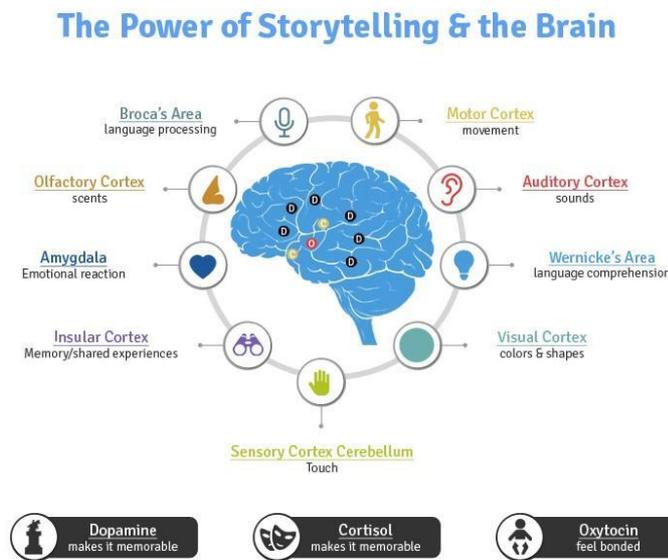
Jeff Thomas APAC (2009) dalam PPT Play Therapy Indonesia dipaparkan bahwa sebuah cerita adalah metaforikal ketika dipakai untuk mengkomunikasikan sesuatu lebih dari kejadian-kejadian dalam cerita itu sendiri. Lebih banyak pusat otak yang terbuka sebagai respon atas metafora daripada dengan bentuk komunikasi lainnya membentuk jalur-jalur syaraf yang baru (Levin, F 1997 and Modell, A.H 1997). Prinsip terapeutik itu sendiri menggunakan teori Milton Erickson yaitu pengalaman, pemberdayaan dan secara tidak langsung. Dalam penyampaian cerita terapeutik memerlukan time line sebagai bagian dari *framework* itu sendiri sebagai berikut:



Gambar 1: Frame work Cerita Terapeutik
(Sumber: PPT Play Therapy Indonesia 2009)

Pamela Rulege dalam artikel yang berjudul *Story Power: The Psychology of Story* menuliskan bahwa otak manusia berada pada lintasan evolusi yang jauh lebih lambat dibandingkan teknologi. Otak kita merespons konten dengan mencari cerita yang masuk akal dari pengalaman tersebut. Keberhasilan sebuah cerita, baik transmedia atau platform tunggal, bergantung pada resonansi, keaslian, dan kekayaan narasi yang diciptakan oleh pendongeng.

Susana Martinez-Conde dkk (2019) dalam jurnalnya berjudul *The Storytelling Brain: How Neuroscience Stories Help Bridge the Gap between Research and Society* menuliskan bahwa akan terjadi sesuatu hal pada saraf otak ketika mendengarkan cerita atau dongeng dengan fokus. Ilmu saraf mengamati bahwa dalam bagian otak (*Precuneus/posterior cingulate korteks*) akan menjadi aktif secara konsisten ketika seseorang mendengarkan cerita. Sebagian para ahli tertarik meneliti hal ini dibagian saraf otak. Dikatakan juga bahwa penelitian terbaru banyak menggunakan cerita untuk memperoleh hasil tentang ilmu saraf.



Gambar 2. The Power of Storytelling & the Brain
(Sumber: <https://pressbooks.pub/storytelling/chapter/what-is-storytelling/>)

Pada gambar yang ada diatas menjelaskan tentang aktivitas yang terjadi di otak pada saat mendengarkan cerita. Dalam syaraf otak terdapat banyak zat kimia syaraf terdiri dari dua komponen yaitu kortisol dan oksitosin. Kortisol sendiri merupakan zat kimia dalam otak yang dilepaskan saat seseorang mengalami suatu tekanan atau ketegangan ketika mendengarkan suatu cerita. Dalam artikel ini dituliskan bahwa di tahun 2012, seorang ekonom Amerika bernama Paul J. Zak mengidentifikasi peran oksitosin dalam memediasi kepercayaan antara manusia yang tidak saling mengenal. Penelitian ekstensifnya menunjukkan bahwa zat kimia saraf ini menghasilkan sikap “aman untuk mendekati orang lain” terhadap orang dewasa yang tidak kita kenal, memotivasi kerja sama, meningkatkan empati, dan membuat kita lebih peka terhadap petunjuk sosial. Menariknya disini adalah ketika mendengarkan cerita berdasarkan suatu karakter tertentu dapat menghasilkan sintesis oksitosin, yang mana suatu proses terjadi dalam syaraf otak seiring meningkatnya suatu keadaan tegang sesuai dengan cerita yang disampaikan. Apabila kondisi ketegangan ini berlangsung dan bertahan dengan waktu yang lama, maka pendengar cerita akan terlihat gejala emosi dengan menunjukkan karakter tertentu serta menunjukkan empati seseorang tersebut. Dalam artikel “*How Stories Change the Brain,*” Zak berpendapat bahwa cerita memang bisa mengubah otak. Saat pendengar cerita mulai fokus pada cerita yang disampaikan disini pendengar mulai meniru perasaan dan perilaku karakter, hal ini dikatakan bahwa terjadi suatu keterlibatan emosional dan Zak menyebutnya sebagai “transportasi.” Proses yang terjadi dalam syaraf otak adalah

menyebabkan seseorang pendengar cerita “mensimulasikan” emosi sehingga terjadilah perubahan dalam otak. Oleh sebab itu suatu cerita mampu mengubah otak seseorang yang mendengarnya.

III. METODELOGI PENELITIAN

Studi kasus ini menggunakan metode kualitatif dan kuantitatif. Metode kualitatif diperoleh dari orang tua dan guru kelas tentang sejauh mana pengaruh cerita terapeutik berdasar penilaian subjektif dari orang tua dan guru. Sedangkan penilaian kuantitatif yaitu dengan membandingkan skor *pre-post* pada SDQ yang diberikan kepada orang tua dan guru. SDQ singkatan dari *Strength and Difficulties Questionnaires*. SDQ itu sendiri adalah alat atau kuosioner untuk mengetahui kekuatan dan kesulitan pada diri anak. Kuosioner tersebut di isi oleh guru kelas dan orang tua sebelum diberikan intervensi terapi bermain dan sesudah diberikan intervensi terapi bermain.

Sesi terapi bermain dilakukan sesuai standar International yang telah ditentukan oleh *Play Therapy International-UK* yaitu satu kali pertemuan dalam satu minggu dengan durasi 45 menit, dengan jumlah sesi minimal 12 sesi terapi yang dilakukan secara konsisten.

Berdasar penjelasan dari sumber yang ada bahwa *Play Therapy* atau terapi bermain merupakan sebuah proses terapeutik yang dipelopori oleh *Virginia Axline*. Beliau berada dibawah bimbingan Karl Rogers dan beliau mengembangkan *Play Therapy* sebagai sebuah pendekatan yang berfokus pada klien, dalam menangani anak-anak yang mengalami problem emosi, perilaku, hubungan antar teman (*peer*), *Hyper-aktif*, dan *prosocial*. Melalui terapi bermain anak mampu mengungkapkan perasaannya lewat kegiatan bermain. Dari sinilah anak bisa berkomunikasi dengan orang dewasa yaitu terapis tentang masalah yang dihadapi saat itu. Dalam proses terapi bermain anak bisa menggunakan berbagai macam alat atau *tools* yang ada diruangan terapi bermain seperti; pasir, *clay* atau tanah liat, *drawing* atau *painting*, *role play* atau drama, cerita terapeutik atau *storytelling*, *puppet*, seni, topeng, musik, gerak dan tari.

SDQ yang wajib dilengkapi orang tua dan guru dilakukan pada *Pre*, *Review* dan *Post*. Skor dari SDQ merupakan acuan dasar dalam melihat perkembangan atau perubahan yang terjadi pada klien. Berikut nilai dari SDQ yang dilengkapi oleh orang tua dan guru:

Tabel: 1. Nilai SDQ orang tua

Aspek yang dinilai	Normal	Borderline	Abnormal
<i>Total Difficulties Score</i> (Total Nilai Kesulitan)	0-13	14-16	17-40
<i>Emotional Symptoms Score</i> (Nilai Gejala-Gejala Emosional)	0-3	4	5-10
<i>Conduct Problems Score</i> (Nilai Masalah Perilaku)	0-2	3	4-10
<i>Hyperactivity Score</i> (Nilai Hiperaktif)	0-5	6	7-10
<i>Peer Problems Score</i> (Nilai Masalah Sebaya)	0-2	3	4-10
<i>Prosocial Behaviour Score</i> (Nilai Perilaku Prosocial)	6-10	5	0-4

(Sumber: Robert Goodman, November 1997; SDQ Scoring doc)

Tabel: 2. Nilai SDQ Guru

Aspek yang dinilai	Normal	Borderline	Abnormal
<i>Total Difficulties Score</i> (Total Nilai Kesulitan)	0-11	12-15	16-40
<i>Emotional Symptoms Score</i> (Nilai Gejala-Gejala Emosional)	0-4	5	6-10
<i>Conduct Problems Score</i> (Nilai Masalah Perilaku)	0-2	3	4-10
<i>Hyperactivity Score</i> (Nilai Hiperaktif)	0-5	6	7-10
<i>Peer Problems Score</i> (Nilai Masalah Sebaya)	0-3	4	5-10
<i>Prosocial Behaviour Score</i> (Nilai Perilaku Prososial)	6-10	5	0-4

(Sumber: Robert Goodman, November 1997; *SDQ Scoring doc*)

Pada Proses dilakukannya *Play Therapy*, harus menggunakan 8 prinsip axline yaitu: 1) Membangun hubungan yang hangat dan bersahabat dengan anak, 2) Menerima anak apa adanya, 3) Membangun perasaan “permisif” dalam hubungan antara terapis dan anak sehingga anak merasa bebas untuk mengekspresikan perasaannya bebas, 4) Mengenali perasaan yang ditunjukkan anak dan merefleksikan kembali perasaan tersebut kepada anak sehingga anak memperoleh *insight* mengenai perilakunya, 5) Menghormati kemampuan anak dalam menyelesaikan kesulitan dan memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukannya. Tanggung jawab untuk membuat pilihan dan mengadakan perubahan pada anak, 6) Tidak berusaha untuk mengarahkan tindakan anak atau percakapan dengan anak, Anak memimpin, terapis mengikuti, 7) Tidak berusaha untuk mempercepat proses terapi, 8) Terapis hanya menerapkan batasan yang diperlukan untuk menghubungkan proses terapi dengan dunia nyata dan untuk membantu anak menyadari tanggung jawab anak di dalam hubungan terapeutik.

Proses cerita Terapeutik dilakukan sesuai dengan keinginan anak selama proses terapi bermain berlangsung. Anak memiliki hak dan pilihan untuk menentukan permainan apa yang ingin digunakan. Selama sesi terapi bermain diberikan mulai dari sesi 1 hingga pada sesi 12, anak memilih atau menentukan sendiri tema bermain salah satunya berupa cerita terapeutik. Anak memilih cerita terapeutik pada sesi 4, sesi 7 dan sesi 12.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

R mendapatkan sesi terapi sebanyak 12 pertemuan dan dalam sesinya terdapat kegiatan bercerita terapeutik sebanyak 3 kali yaitu pada pertemuan ke 4, 7 dan 12. Proses terapi disebut dengan *special time* dan mengedepankan prinsip *Virginia Axline*. Keluhan yang disampaikan orang tua melalui sesi wawancara diperoleh sebagai berikut:

Pengamatan melalui percakapan anak saat cerita diberikan serta refleksi terapis sebagai berikut;

Sesi 4:

Tabel: 3. Percakapan anak dan refleksi terapis.

No	Kalimat verbal anak	Refleksi Terapis	Perilaku dan emosi anak
1	Ini buku apa pak??	R bertanya ini buku apa	Memegang buku sambil membuka lembar demi lembar.
2.	Buku cerita ya pak	R bilang itu buku cerita	Wajah tersenyum dan semangat membuka lembaran buku cerita.
3.	Ceritanya tentang apa pak?	Kata R ceritanya tentang apa, menurut R apa?	Masih terus membuka lembaran demi lembaran melihat gambar.

4.	Kudanya kenapa ini pak?	R bertanya ke bapak kuda ini kenapa	Menunjuk gambar kuda yang belang sekujur tubuh. Penasaran.
5.	Coba pak ceritakan.	R mau bapak ceritakan	Memberikan buku cerita ke terapis dan memohon untuk diceritakan.
6.	Taksa di olok-olok kuda lain ya pak.	R bilang bahwa Taksa diolok-olok kuda yang lain	Melihat ke gambar Taksa kuda belang dan terdiam seperti berpikir.
7.	Pohon besar banyak setannya pak	R bilang kalau menurut R pohon besar banyak setannya.	Ekspresi wajah semakin serius melihat gambar
8.	Perinya bercahaya ya	R bilang perinya bercahaya	Tangan kanan menopang dagu tatapan semakin fokus ke gambar.
9.	“wah kudanya berubah kak!”.	Kudanya berubah	Wajah R semakin sumringah dan sangat senang melihatnya.

Sesi 7:

Tabel: 4. Percakapan anak dan Refleksi Terapis

No	Kalimat verbal anak	Refleksi Terapis	Perilaku dan emosi anak
1.	Cerita kuda lagi pak	R bilang cerita kuda lagi	Memegang gambar cerita
2.	Pak Kudanya itu gak punya teman	Bapak dengar R bilang kuda tidak punya teman.	Wajah sedikit masam
3.	Kenapa Perinya tinggal di pohon?	R tanya kenapa peri tinggal di pohon.	Penuh penasaran dan dan menyentuh gambar peri
4.	Ada cahayanya terbangnya cepat sekali ya peri	R bilang peri bercahaya dan terbang cepat	Keheranan dan yakin
5.	Pak kudanya terangkat ke atas waktu pohon besar keluar cahaya	R bilang kudanya terangkat k atas saat pohon besar keluar cahaya	Kedua mata melebar dan R penuh keheranan.

Sesi 12:

Tabel: 5. Percakapan dan Refleksi Terapis

No	Kalimat verbal anak	Refleksi Terapis	Perilaku dan emosi anak
1.	Cerita lagi pak	R bilang cerita lagi	Ada eye contac dan percaya diri saat bicara
2.	Taksa pak yang terbang	R bilang Taksa yang terbang	Menunjuk buku bergambar
3.	Kuda terbangnya warna putih	Kuda terbang warna putih	Percaya diri dan terlihat bahagia mendengar cerita
4.	Kapan-kapan cerita lagi pak	R bilang ke bapak kapan-kapan cerita lagi	Terlihat semangat dan percaya diri.

Hasil *scoring* SDQ klien (R) sebagai berikut:

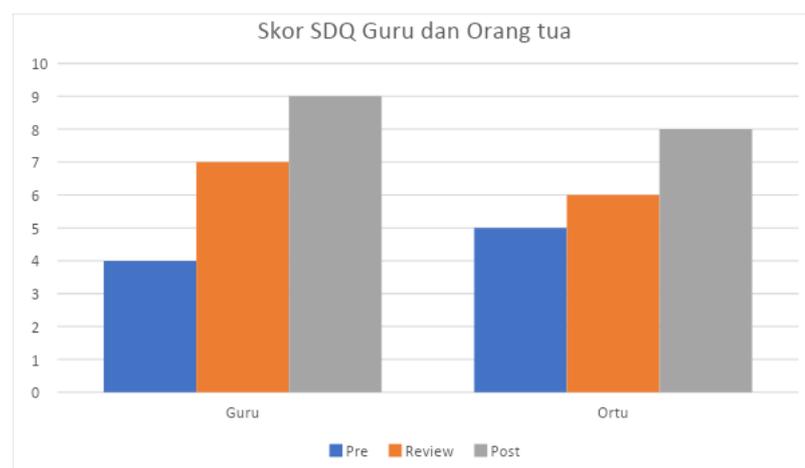
Tabel:5. Skor dari SDQ anak

Nilai-nilai	Guru	Orang tua
PRE		
PROSOCIAL	4	5
Jumlah	4	5
HYPERACTIVE	9	8
EMOTIONAL	1	1
CONDUCT	3	4
PEER	1	2
Jumlah	14	15
REVIEW (Sesi 6)		
PROSOCIAL	7	6
Jumlah	7	6
HYPERACTIVE	8	6
EMOTIONAL	2	1
CONDUCT	4	3
PEER	1	5
Jumlah	15	15
POST (sesi 12)		
PROSOCIAL	9	8
Jumlah	9	8
HYPERACTIVE	3	6
EMOTIONAL	2	2
CONDUCT	2	0
PEER	3	2
Jumlah	10	10

Terlihat secara signifikan jumlah skor aspek prososial pada SDQ anak dalam sesi *special time* (Terapi bermain). Ada peningkatan jumlah pada aspek prososial yaitu;

1. Guru: *PRE*: 4, *Review*: 7, *POST*: 9
2. Orang tua: *PRE*: 5, *Review*: 6, *POST*: 8

Secara grafik dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar: 3 Grafik skor SDQ Guru dan Orang tua klien

Dari grafik diatas diperoleh data dan dapat dilihat bahwa anak mengalami perubahan yang signifikan terkait aspek prososial. SDQ pada guru nilai pada pre; batang grafik berwarna biru masih rendah setelah sesi 6 pada *Review* nilai semakin naik hal ini ada perubahan dan

kenaikan aspek prososial. Kemudian pada Post nilai semakin naik hal ini memiliki arti bahwa anak mengalami perubahan prososial yang baik dengan tingkat nilai yang tinggi.

Pembahasan

Klien berinisial R mendapatkan sesi terapi bermain (*special time*) sebanyak 12 sesi, sebelum sesi mulai orang tua dan guru harus mengisi SDQ (Pre). Orangtua mendapatkan sesi wawancara bertujuan untuk menggali informasi terkait keluhan dan harapan terhadap klien atau anak. Wawancara dilakukan sebelum sesi *special time* dimulai. Begitu pula pengisian SDQ diberikan saat sesi wawancara. Fokus studi kasus adalah pada aspek prososial anak. Disini kita melihat perkembangan anak melalui jumlah skor yang ditunjukkan setelah dilakukan pengisian SDQ dan di lakukan penjumlahan secara keseluruhan mulai dari *Pre*, *Review* dan *Post*. Aspek prososial seharusnya memiliki perubahan nilai dari angka “0” (rendah) hingga angka “10” (tinggi). Berikut penjelasan skor prososial berdasarkan tabel:

Tabel: 5. Skor aspek prososial

	Normal	Borderline	Abnormal
Guru	6-10	5	0-4
Orang Tua	6-10	5	0-4

(Sumber: Robert Goodman, November 1997; SDQ Scoring doc)

Tabel diatas menjelaskan bahwa SDQ yang dilengkapi oleh guru dan orang tua apabila skor diperoleh pada angka 6-10 maka termasuk pada tingkat normal, ini mendakan bahwa aspek prososial pada anak mengalami kenaikan jumlah pada angka. Jika angka diperoleh 5 maka termasuk pada tingkat sedang atau borderline hal ini memiliki arti bahwa anak ada perubahan aspek prososial pada tingkat sedang. Jika skor diperoleh pada nilai 0-4 maka anak masih belum ada peningkatan atau perubahan sama sekali dan hal tersebut masih pada tingkat abnormal. Apabila anak atau klien masih tetap pada tingkat abnomral maka sesi umumnya diberi penambahan samapai diperoleh skor pada tingkat normal.

Cerita terapeutik dilakukan pada sesi 4, sesi 7 dan sesi 12 dengan durasi cerita 7 menit. Peraga dipilih dalam penyampaian cerita adalah cerita bergambar. Dari berbagai sumber dikatakan bahwa cerita dengana peraga gambar memiliki manfaat yang baik salah satunya mendukung daya imajinasi anak. Dalam hal ini daya imajinasi akan bermanfaat untuk memunculkan bakat, membantu untuk terampil dan percaya diri dalam berkomunikasi dan bersosialisasi, memperkaya wawasan, mampu berpikir kreatif, pintar dalam menganalisa, mandiri dan lebih percaya diri (ibudanbalita.com). Mengapa saya membuat peraga cerita bergambar? berdasar dari pengalaman ketika berproses dengan anak dalam membacakan cerita terdapat beberapa manfaat dari peraga tersebut diantaranya;

1. Untuk si pencerita (terapis):
 - a. Dapat dengan mudah menghafal isi cerita
 - b. Mudah mengetahui alur ceritanya
 - c. Penyampaian cerita langsung pada intinya artinya tidak melebar sehingga sulit dicerna anak atau klien.
 - d. Terapis bisa dengan tenang dan mampu menyamoaikan cerita dengan intonasi dan artikulasi yang jelas serta *volume* yang dinamis.
2. Untuk anak atau klien:
 - a. Mudah mencerna cerita karena terbantuan dengan adanya gambar

- b. Dapat secara bersamaan mengimajinasikan sesuai cerita yang disampaikan terapis
- c. Anak/klien mampu masuk kedalam cerita dan menjadikan cerita yang ada sebagai bagian dari pengalaman hidupnya saat itu
- d. Anak/klien dapat menciptakan metafora yang ada selaras dengan tokoh cerita di dalamnya.
- e. Anak/klien dapat menangkap pesan yang tersirat dalam cerita bergambar
- f. Dengan peraga bergambar anak/klien lebih mudah mengerti isi cerita.

Anak yang menentukan sendiri untuk dibacakan cerita di saat proses terapis bermain berlangsung. Dari sekian banyak sesi yang ada anak memilih cerita di tiga sesi tersebut. Prinsipnya adalah anak yang memimpin selama proses dan anak diberi kebebasan dalam menentukan jenis permainan apa yang dipilihnya hal ini sesuai dengan prinsip Virginia Axline. Sebelum cerita diberikan terapis harus menyusun cerita berdasarkan data yang diperoleh baik dari wawancara bersama orang tua, *scoring* SDQ dan selama proses *special time* berlangsung di awal-awal sesi yaitu sesi 1 dan sesi 2 terapis sudah mulai mengamati atau mengobservasi terkait perilaku dan karakter anak. Tujuannya adalah mencari dan menentukan metafora apa yang tepat dalam penyusunan cerita nanti. Setelah melalui hal tersebut, maka terapis sudah bisa memulai untuk menyusun cerita dan diperoleh Judul cerita terapeutik adalah Taksa si Kuda Terbang. Membacakan Cerita Kepada klien; Saat membacakan cerita ada banyak refleksi yang dilakukan terapis. Mengapa harus merefleksikan seba terapi kali ini adalah *Non Directive*. Pendekatan *Non Directive* sangat powerfull sehingga banyak progress yang terjadi pada diri klien atau anak. R memilih cerita di akhir sesi *special time* yaitu pada 10 menit terakhir. Berikut adalah *checklist* penyusunan cerita terapeutik untuk klien:

Tabel: 4. Checklist Cerita Terapeutik

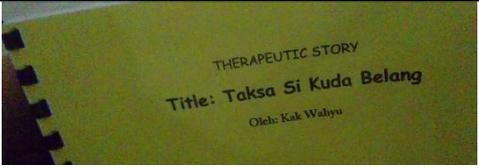
Mengenali masalah atau isu emosional	KURANG PERCAYA DIRI
Tetapkan tujuan Therapeutic – apa yang ingin anda ubahkan	Anak menjadi pribadi yang Confident dan baik hati.
Pikirkan suatu strategi untuk mencapai perubahan	Secara kontinyu dalam memberikan cerita, mengarahkan anak ‘Dia’, menentukan target yang dicapai dan adanya peningkatan.
Dasarkan cerita pada suatu konflik metafora dalam keadaan yang bisa dimengerti oleh anak – seorang tokoh, sebuah tempat, suatu alur – yang bergumul dengan masalah emosi yang sama dengan anak. Cerita-cerita atau pengalaman-pengalaman hidup apa yang mirip yang bisa digunakan?	<ul style="list-style-type: none"> • Tokoh: Kuda Belang • Tempat: alam dan sekitarnya • Alur: mulai dari minder-bangkit-percaya diri-pribadi yang baik. • Resolusi: Tokoh kuda belang berubah menjadi kuda terbang menunjukkan rasa percaya diri yang kuat adanya keberaniannya serta menjadi pribadi yang baik.
Mulailah membuat cerita dengan memikirkan bagian akhir dalam sebuah outline dan susun tahap-tahap utama bagaimana untuk sampai kesana. (Mulai dengan menentukan suatu keadaan yang mirip, krisis, jembatan untuk perubahan, perubahan, perjalanan yang positif, hasil yang positif, perayaan)	Bagian akhir: <ul style="list-style-type: none"> • Kuda belang berubah menjadi kuda yang memiliki sayap dan bisa terbang • Itu semua karena kesadaran dalam diri kuda belang bahwa ia mempunyai kelebihan yang tersimpan di dalam diri, • Mencoba fokus dengan kelebihannya • Berlatih serta sabar • Hingga akhirnya menjadi kuda yang bersayap serta menolong sesama

<p>Tuliskan awal ceritanya – tetapkan adegannya</p>	<p>Awal Cerita:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dimulai dari rasa benci para kuda terhadap kuda belang yang bau, dekil serta jelek. • Kuda belang sedih dan selalu merenung diri setiap hari. • Ketika duduk sendiri ditelaga yang ada di dalam hutan tiba-tiba muncul peri air menegurnya dan mengajak bermain • Kuda belang mulai bermain kejar-kejaran bersama peri air hingga pada satu tempat • Terlihat ada pohon raksasa di hutan tersebut, kuda belang terpesona dan kagum sementara peri air menghilang • Ketika itu kuda belang memutuskan untuk berteduh dan melepas lelah dibawah pohon. • Tiba-tiba si pohon raksasa bergerak dan berbicara • Kuda belang terkaget dan terjadilah dialog antar keduanya • Kuda belang mulai sadar akan kelebihan dirinya karena nasehat dari pohon raksasa • Kuda belang diberi hadiah oleh pohon raksasa berupa mutiara putih yang bersinar. • Ketika itu mutiara putih melayang pelan hingga pada dahi si kuda belang • Seketika itu berubahlah si kuda belang menjadi kuda yang luar biasa • Kini kuda belang menjadi kuda yang gagah, berwarna putih terang dan memiliki sayap yang kuat. • Akhirnya dengan penuh percaya diri terbanglah ia mengelilingi hutan karena bahagia.
<p>Kembangkan alurnya dengan menunjukkan tokoh utamanya menggunakan metode yang mirip dengan yang digunakan anak untuk mengatasi masalah – personifikasikan proses dan potensi yang tidak disadari.</p>	<p>Tokoh Utama: Kuda Belang Cara Dia mengatasi masalahnya; fokus pada diri sendiri, bernafas pelan (visualisasi terjadi), dan semangat dimunculkan dalam dirinya. Proses: ketika kurang percaya diri muncul mulailah mengambil napas panjang lalu pikirkan kelebihan dalam diri lalu katakan dalam diri bahwa “saya adalah luar biasa dan saya percaya diri”</p>
<p>Capai suatu krisis metafora</p>	<p>Kuda belang benar-benar fokus atas kelebihannya yaitu memiliki tubuh yang sempurna, mampu berlari kencang, baik kepada makhluk di sekeliling dan tidak sombong.</p>
<p>Bangun peralihan, perubahan arah, menggunakan situasi-situasi pembelajaran yang paralel Gunakan suatu bagian jembatan untuk menghindari bergerak terlalu cepat.</p>	<p>Tokoh lain yang muncul: Peri air: ketika kuda belang merenung di telaga ia muncul dan mengajak bermain bersama yaitu kejar-kejaran. Pohon Raksasa: pemberi nasehat dan menghadiahkan mutiara putih bersinar Kuda lainnya: teman-teman kuda belang yang suka mengejek dan benci terhadap kuda belang karena bau, dekil dan jelek.</p>
<p>Tunjukkan perjalanan mulai dari krisis menuju solusi yang positif dan suatu kesadaran baru akan identifikasi</p>	<p>Ketika kuda belang ingin bergabung dengan teman-temannya untuk ikutan bermain, ia ditolak karena badannya yang bau, dekil dan jelek. Selain itu dia sebatang kara. Akhirnya sedihlah kuda belang. Ia selalu menyendiri dan senang bermain sendiri di tengah hutan. Hingga pada suatu saat bertemulah ia dengan peri air di tengah telaga</p>

	<p>yang ada di dalam hutan. Bertemanlah ia dengan peri air dan bermain bersama. Ketika asik bermain tiba-tiba kuda belang sampai pada sebuah pohon raksasa dan saat itu pula si peri air menghilang tanpa sebab. Kejadian yang ajaib terjadi saat itu terhadap kuda belang.</p>
<p>Akhiri cerita dengan perayaan dan kesadaran akan komunitas.</p>	<p>Karena nasehat dan hadiah dari si pohon raksasa akhirnya kuda belang berubah seketika menjadi kuda yang gagah, berwarna putih terang, dan memiliki sayap yang kuat. Kuda belang bahagia sekali sehingga ia mencoba terbang kelangit dan mengelilingi hutan rimba. Ia begitu senang bahwa ia memiliki kelebihan yang tiada dipunyai kuda-kuda yang lain.</p> <p>Saat ia asik terbang tiba-tiba ia melihat ada seekor kuda sedang terperosok dan hampir jatuh ke jurang. Saat itu pula kuda terbang melesat dan menolong kuda tadi sehingga terselamatkan.</p>

Gambar pada buku cerita terapeutik adalah sebagai berikut:

Tabel: 5. Gambar dalam cerita

NO	GAMBAR DALAM CERITA	KETERANGAN
1.		Sampul luar buku cerita bergambar
2.		Halaman 2 Taksa kuda yang penuh dengan belang disekujur tubuhnya.
3.		Halaman 3 Taksa berjalan sendirian ke hutan karena tidak ada yang mau berteman

4.		Halaman 4 gambar peri yang baik hati penunggu pohon besar.
5.		Halaman 5 Pohon besar tempat Taksa di gembelng hingga menjadi seekor kuda terbang; Karakter muncul Berani, percaya diri, kuat dan baik hati.
6.		Halaman 6 Taksa berubah menjadi kuda putih bersih dan bersayap serta bisa terbang tinggi.

V. KESIMPULAN

Melalui kegiatan cerita terapeutik dapat membantu perubahan aspek prososial pada anak. Hal ini terbukti dari nilai skor yang diperoleh dari SDQ guru dan orang tua. Anak berinisial R mengalami perubahan aspek prososial dari nilai yang rendah menjadi nilai yang tinggi baik pada guru dan orang tua. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa cerita terapeutik mempunyai pengaruh terhadap perubahan aspek prososial pada anak (R usia 9 tahun) melalui terapi bermain.

DAFTAR PUSTAKA

- Perrow, Susan, 2012. *Therapeutic Storytelling: 101 Healing Stories for Children*. Hawthorn Press, Hawthorn House, 1 Lansdown Lane, Stroud, Gloucestershire, GL5 1 BJ, UK
- Sunderland, Margot, 2000. *Using Story Telling as a Therapeutic Tool with Children*, Speechmark Publishing Ltd, United Kingdom.
- Bimo, Kak, 2011. *Mahir Mendongeng*. Pro-U Media, Yogyakarta.
- Howard, Gardner, JURNAL DAKWAH DAKWAH & KOMUNIKASI Jurusan Dakwah STAIN Purwokerto KOMUNIKA ISSN: 1978-1261 Vol.6 No.1 Januari - Juni 2012 pp.

- Jurnal Penelitian Psikologi Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prosocial pada Siswa Kelas XI di MAN 1 Tuban. Volume 05. Nomor 03. (2018).
- The Journal of Neuroscience, October 16, 2019. The Storytelling Brain: How Neuroscience Stories Help Bridge the Gap between Research and Society, 39(42):8285– 8290 • 8285
- Pamela Rutledge, Dr. Artikel Psikologi Story Power: The Psychology of Story <https://www.pamelarutledge.com/story-power-the-psychology-of-story/> di akses 18 Maret 2024.
- Pressbooks Chapter *What is Storytelling* <https://pressbooks.pub/storytelling/chapter/what-is-storytelling/> diakses 19 Maret 2024.
- Manfaat Bercecerita, internet <https://www.ibudanbalita.com/artikel/7-manfaat-memberikan-cerita-bergambar-pada-si-kecil>, diakses tanggal 19 Maret 2024.