



## Efektifitas Terapi Bermain Terhadap Perkembangan Komunikasi dan Sosial Pada Anak Autis

### *The Effectivity of Playing Therapy on Communication and Social Development on Autistic Children*

Sri Mulyani<sup>a)</sup>, Mujahidatul Musfiroh<sup>b)</sup>, Udi Heru Nefihancoro<sup>c)</sup>

<sup>a)</sup>Sekolah Vokasi, Universitas Sebelas Maret, Jl. Kolonel Sutarto No. 150K, Jebres, Surakarta, Indonesia.

<sup>b,c)</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir. Sutami 36 A, Ketingan Surakarta 57126 telp. (0271) 662622

Korespondensi: [srimumlyani67@staff.uns.ac.id](mailto:srimumlyani67@staff.uns.ac.id)

#### ABSTRAK

**Latar belakang:** Autis adalah suatu gangguan perkembangan yang kompleks terkait dengan komunikasi, interaksi sosial dan aktivitas imajinasi. Sampai saat ini belum ditemukan secara pasti penyebab autisme, namun beberapa penelitian menemukan bahwa autisme disebabkan oleh virus seperti Rubella, Toxoplasmosis serta vaksin Morbili dan Rubella (MMR). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat efektifitas terapi bermain terhadap perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis,

**Subjek dan Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental kuasi dengan rancangan *one group pre and posttest design*. Kegiatan terapi bermain berupa pembentukan kelompok bermain yang pesertanya adalah 19 responden dengan terapis sebagai fasilitator. Penelitian dilakukan pada bulan Februari-Maret 2020. Teknik uji statistik yang digunakan adalah Uji T Berpasangan (*Paired T Test*).

**Hasil :** Perkembangan komunikasi dan sosial anak autis sebelum 2 bulan mendapatkan terapi bermain mempunyai rerata nilai 4.67 dan Perkembangan komunikasi dan sosial anak autis setelah 2 bulan mendapatkan terapi bermain mempunyai rerata nilai 7.2. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan Uji T Berpasangan (*Paired T Test*) didapatkan  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan terbukti terdapat pengaruh antara pemberian terapi bermain dengan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh antara terapi bermain terhadap peningkatan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis. Hasil rerata nilai *posttest* lebih besar daripada rerata nilai *pretest* membuktikan bahwa terapi bermain dapat meningkatkan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis.

Kata Kunci: Autis, Komunikasi, Perkembangan Terapi Bermain

**ABSTRACT**

**Background:** Autism is a complex developmental disorder associated with communication, social interaction and imagination activity. Until now, the exact cause of autism has not been found, but several studies have found that autism is caused by viruses such as Rubella, Toxoplasmosis and the Morbili and Rubella (MMR) vaccine. The purpose of this study was to determine the effectiveness of play therapy on communication and social development in autistic children,

**Subjects and Methods:** The research design used quasi-experimental design with one group pre and post-test design. The play therapy activity was in the form of forming a play group with 19 respondents with the therapist as a facilitator. The study was conducted in February-March 2020. The statistical test technique that used in this study was the Paired T Test.

**Results:** The communication and social development of autistic children before 2 months of receiving play therapy had an average value of 4.67 and the communication and social development of autistic children after 2 months of receiving play therapy had an average value of 7.2. Based on the results of data analysis using the Paired T Test, it was obtained  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) so  $H_0$  is rejected and it is proven that there is an effect between giving play therapy and communication and social development in autistic children.

**Conclusion:** There is an influence between play therapy on improving communication and social development in autistic children. The average post-test score is greater than the average pre-test value, proving that play therapy can improve communication and social development in autistic children.

**Keywords:** Autism, Communication, Play Therapy Development

---

**PENDAHULUAN**


---

Autis adalah suatu gangguan perkembangan yang kompleks terkait dengan komunikasi, interaksi sosial dan aktivitas imajinasi<sup>[1]</sup>. Prevalensi kelahiran anak autis semakin menunjukkan angka yang dramatis dari tahun ke tahun. Stimulasi perkembangan dan kelainan tumbuh kembang anak semakin marak dibicarakan menyusul semakin banyak kasus yang ditemukan pada semua golongan<sup>[2]</sup>. Terapi merupakan hal penting yang harus diberikan pada anak dengan autisme untuk meringankan gejala autisme dan mengurangi prognosis yang buruk di masa dewasa, meskipun mereka memiliki keterbatasan dan permasalahan yang bisa mengganggu pelaksanaan terapi tersebut<sup>[3]</sup>. Terdapat beberapa macam

terapi yang dapat diberikan pada penderita autisme, salah satunya adalah terapi bermain<sup>[4]</sup>.

Terapi bermain adalah usaha mengubah tingkah laku bermasalah dengan menempatkan anak dalam situasi bermain. Bermain merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial. Bermain juga merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain anak-anak akan berkata-kata (berkomunikasi), belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, melakukan apa yang dapat dilakukannya, dan mengenal waktu, jarak serta suara<sup>[5]</sup>. Terapi bermain adalah pemanfaatan permainan sebagai media yang efektif oleh terapis untuk membantu klien mencegah atau menyelesaikan kesulitan-kesulitan psikososial dan meningkatkan perkembangan melalui kebebasan eksplorasi dan ekspresi diri<sup>[4]</sup>. Terapi bermain mampu

membangun perilaku positif individu dan membangun kemampuan dan keterampilan sosial, serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi secara verbal dengan orang lain. Terapi bermain juga mampu diterapkan oleh anggota keluarga dalam situasi yang menyenangkan sehingga anak tidak merasa bosan dan takut dengan situasi terapi<sup>[6]</sup>.

Fungsi otak anak dapat ditingkatkan dengan adanya rangsangan. Rangsangan disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing anak, namun pada umumnya adalah pemenuhan kebutuhan berkomunikasi dan dukungan keluarga berupa kasih sayang. Rangsangan pada perkembangan anak dapat dilakukan dengan penyediaan mainan dan sosialisasi<sup>[5]</sup>. Terapi bermain merangsang anak belajar memahami dan berempati pada orang lain, memahami aturan dan peran yang harus dilakukan, serta memahami instruksi dan aturan main yang telah ditentukan. Anak akan mendapatkan perlakuan yang kurang menyenangkan jika dalam kelompok bermain anak tidak dapat memahami semua itu, misalnya hukuman dan sanksi sosial dari teman. Sebaliknya bila anak dapat berperan sesuai dengan harapan sosial, maka anak mendapatkan pujian dan perlakuan yang sesuai harapan. Anak autis dituntut untuk berkomunikasi dan bersosial, sehingga melalui terapi bermain ini mereka dapat meningkatkan perkembangan komunikasi dan sosial<sup>[6]</sup>.

---

## METODE PENELITIAN

---

Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental kuasi dengan rancangan *one group pre and posttest design* yaitu penelitian yang digunakan untuk mempelajari dinamika korelasi sebab-akibat dengan memberikan

perlakuan pada subyek. Subyek penelitian berjumlah satu kelompok. Kelompok tersebut diukur dua kali yaitu sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Perbedaan kedua hasil pengukuran tersebut dianggap sebagai efek, dalam hal ini untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh terapi bermain terhadap perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis.

Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh anak autis. Populasi aktual dalam penelitian ini adalah anak yang terdiagnosa sebagai penderita autis yang bersekolah di SLB sebanyak 19 anak. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*. *Total sampling* adalah penggunaan semua anggota populasi sebagai sampel<sup>[7]</sup>. Kegiatan terapi berupa pembentukan kelompok bermain yang pesertanya adalah subyek penelitian dengan terapis sebagai fasilitator. Alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data adalah lembar *checklist*. Pengumpulan data dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah penelitian. Cara pengumpulan data adalah dengan meminta anak autis melakukan kegiatan-kegiatan perkembangan sesuai dengan checklist yang berjumlah 10 nomor. Apabila anak mampu melakukan kegiatan tersebut, maka anak diberi nilai 1 dan apabila gagal anak diberi nilai 0 pada lembar checklist.

Teknik uji statistik yang digunakan pada variabel yang berskala numerik adalah Uji T Berpasangan (*Paired T Test*). Pemilihan uji statistik tersebut berdasarkan uji normalitas data yaitu uji *Shapiro Wilk* (sampel < 50) yang menyatakan nilai kemaknaan 0.729 pada hasil *posttest* dan 0.065 pada hasil *pretest* sehingga disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Interpretasi hasil dilihat dari signifikansi *p*, jika  $p < 0.05$  maka artinya

terdapat pengaruh dari pemberian terapi bermain terhadap perkembangan komunikasi dan sosial<sup>[7]</sup>.

## HASIL

Tabel 1 Kualifikasi Akademik

No	Kualifikasi Akademik	Jumlah	Persentase
1	S1 Pendidikan Luar Biasa	5	56%
2	S1 Psikologi	4	44%
	Jumlah	9	100%

Berdasarkan tabel tersebut terapis yang bekerja di SLB dan bertugas melakukan terapi bermain bagi anak autis 56% merupakan lulusan S1 Pendidikan Luar Biasa dan 44% merupakan lulusan S1 Psikologi.

Tabel 2 Hasil uji T-berpasangan

	Group	Saphiro Wilk	<i>p-value</i>
Rata-rata Pre-test	4.67	0.729	0.001
Rata-rata Post-test	7.2	0.065	

Data berdistribusi normal diketahui dari hasil uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro Wilk* yang menyatakan nilai kemaknaan 0.729 pada hasil *posttest* dan 0.065 pada hasil *pretest*.

Dari hasil analisis diketahui *p* atau signifikansi uji T berpasangan (*Paired T Test*) dengan interval kepercayaan 95% adalah 0.001. Nilai tersebut kurang dari 0.05 sehingga *H<sub>0</sub>* ditolak dan dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara terapi bermain dengan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis.

Tabel hasil rerata *pretest* dan *posttest* menunjukkan rerata nilai *pretest* adalah 4.67 dan rerata nilai *posttest* adalah 7.2. Tampak bahwa rerata nilai *posttest* lebih besar daripada rerata nilai *pretest* sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terapi bermain dapat meningkatkan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis.

## PEMBAHASAN

Perbedaan rerata nilai *post-test* dan *pre-test* adalah 2.53. Berdasarkan hasil tersebut, terdapat dua anak mempunyai nilai ekstrim dimana perbedaan nilai *posttest* dan *pretest* mencapai 7 poin dan satu anak mendapatkan nilai 0 konstan. Nilai ekstrim timbul karena kedua anak tersebut mengikuti pendidikan lain selain di SLB Autis Harmony Surakarta sehingga perkembangan komunikasi dan sosialnya meningkat lebih jauh dibanding anak lain. Nilai konstan timbul akibat kurangnya dukungan dari keluarga anak autis. Keluarga cenderung tidak peduli dengan perkembangan anak. Mereka tidak memberikan stimulasi saat anak di rumah. Nilai ekstrim dan nilai 0 konstan ini timbul akibat variabel luar yang tidak dapat dikontrol peneliti

Terapi bermain yang dilaksanakan oleh SLB Autis Harmony Surakarta bertujuan untuk meningkatkan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis. Anak autis yang bersekolah di SLB Autis Harmony Surakarta mendapatkan diagnosa dari dokter bahwa mereka benar menderita autis. Association for Play Therapy menyatakan bahwa setiap sesi terapi bermain setidaknya membutuhkan waktu 30-50 menit dan membutuhkan rata-rata 20 sesi untuk

dapat menangani masalah anak. Penelitian ini dilaksanakan selama 2 bulan dengan pelaksanaan terapi sebanyak 5 kali dalam seminggu sehingga total terapi bermain yang dilaksanakan selama penelitian adalah 40 sesi dan setiap sesi membutuhkan waktu 50 menit. Terapis merupakan guru yang bekerja di SLB Harmony Surakarta dan merupakan lulusan S1 Pendidikan Luar Biasa serta S1 Psikologi sejumlah 9 guru.

Dari analisis *Paired Samples Test* diketahui  $p$  atau signifikansi uji  $T$  berpasangan (*Paired T Test*) dengan interval kepercayaan 95% adalah 0.001. Nilai tersebut kurang dari 0.05 sehingga  $H_0$  ditolak dan dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara terapi bermain dengan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis.

Hasil rerata *pretest* dan *posttest* menunjukkan rerata nilai *pretest* adalah 4.67 dan rerata nilai *posttest* adalah 7.2. Tampak bahwa rerata nilai *posttest* lebih besar daripada rerata nilai *pretest* sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terapi bermain dapat meningkatkan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis. Terapi bermain bertujuan untuk memberikan sejumlah stimulasi terhadap sensoris yang diharapkan akan meningkatkan kerja otak dalam memproses stimulasi yang masuk melalui organ sensoris tadi. Stimulus ini diharapkan dapat memperbaiki struktur otak yang selanjutnya dapat memperbaiki gangguan perkembangan komunikasi dan sosial pada anak autis<sup>[8]</sup>.

---

### KESIMPULAN

---

Bermain dan bergerak mendukung perkembangan bicara,

bahasa dan sosial anak autis. Bermain mengajarkan anak melatih otot motorik, sensoris, bergiliran dan berkontak mata dengan kawan bermainnya. Berbicara memerlukan gerakan otot (motorik) dan merasakan (sensoris), berkomunikasi memerlukan giliran untuk mendengar dan mengucapkan. Bermain tidak membutuhkan mainan dengan harga mahal, yang terpenting adalah adanya kontak mata, interaksi dan usaha komunikasi dua arah.

---

### DAFTAR PUSTAKA

---

1. Andrian H. Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kemampuan Komunikasi Anak Autis di SLB TPA Kabupaten Jember. 2012;
2. Depkes. Pelayanan Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. 2010;
3. Nirahma C, Yuniar I. Metode dukungan Visual Pada Pembelajaran Anak dengan Autisme. *J Psikol Klin dan Kesehatan Ment* 2012;1(2).
4. Hasdianah. Autis pada anak (pencegahan, perawatan dan pengobatan). Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
5. Adriana D. Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak. Jakarta: Salemba; 2013.
6. Chusairi A, Hamidah, Leonardi T. Efektivitas terapi bermain sosial untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan sosial bagi anak dengan gangguan autism. *Insa Media Psikol* 2005;7(2).
7. Dahlan MS. Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika; 2010.
8. Tiel JM van. Anakku terlambat bicara : Anak berbakat dengan

disinkronitas perkembangan  
memahami dan mengasuhnya  
membedakan dengan Autisme,  
ADHD, dan permasalahan  
gangguan belajar. 1st ed. Jakarta:  
Prenada; 2007.