

BAB II
DESKRIPSI TEORETIS, KERANGKA
BERPIKIR, DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

A. Deskripsi Teoretis

1. Fase Perkembangan Akhir Masa Kanak-Kanak (*late childhood*)

a. Ciri Akhir Masa Kanak-Kanak

Menurut Hurlock, permulaan masa awal kanak-kanak ditandai dengan masuknya anak ke kelas satu SD. Bagi sebagian besar anak, hal ini merupakan perubahan besar dalam pola kehidupan anak. Sementara menyesuaikan diri dengan tuntutan dan harapan baru dari kelas satu, kebanyakan anak berada dalam keadaan tidak seimbang; anak mengalami gangguan emosional sehingga sulit untuk hidup bersama dan bekerja sama. Masuk kelas satu SD merupakan peristiwa penting bagi anak sehingga dapat mengakibatkan perubahan dalam sikap, nilai dan perilaku.¹

Selama setahun dan dua tahun terakhir dari masa kanak-kanak terjadi perubahan fisik yang menonjol dan hal ini juga dapat mengakibatkan perubahan dalam sikap, nilai dan perilaku dengan mempersiapkan diri, secara fisik dan psikologi, untuk memasuki masa remaja. Perubahan fisik yang terjadi menjelang berakhirnya

¹ Hurlock. E., Psikologi Perkembangan, (Jakarta: Airlangga, 1980), hal. 146.

masa kanak-kanak menimbulkan keadaan ketidakseimbangan di mana pola kehidupan yang sudah terbiasa menjadi terganggu dan anak selama beberapa saat merasa terganggu sampai tercapainya penyesuaian diri terhadap perubahan ini.²

Tiba akhirnya masa kanak-kanak dapat secara tepat diketahui, tetapi orang tidak dapat mengetahui secara tepat kapan periode ini berakhir karena kematangan seksual -yaitu kriteria yang digunakan untuk memisahkan masa kanak-kanak dengan remaja- timbulnya tidak selalu pada masa usia yang sama. Bagi rata-rata anak perempuan akhir masa kanak-kanak berlangsung antara enam sampai tiga belas tahun, sedangkan anak laki-laki berlangsung antara enam sampai sebelas tahun.³

Menurut Satrock, masa akhir anak-anak sekitar usia 10-12 tahun. Tugas perkembangan yang harus dilakukan pada masa akhir anak-anak menurut Santrok adalah: (1) perkembangan fisik, meliputi: perkembangan rangka dan otot, mengembangkan keterampilan motorik; (2) perkembangan kognitif, meliputi: pembentukan sistem-sistem keyakinan, mengembangkan bakat dan kreatifitas, kebutuhan untuk berprestasi dan mampu mengelola emosi; (3) perkembangan pemahaman diri dalam membentuk

² *Loc.cit.*

³ *Loc.cit.*

adanya pengakuan lingkungan terhadap keberadaan dirinya dan identitas diri, dan (4) perkembangan interaksi antar keluarga, meliputi: belajar menyesuaikan diri dengan keadaan dirinya sendiri maupun teman sebaya dan lingkungan sekitarnya.⁴

Para pendidik melebelkan akhir masa kanak-kanak dengan usia sekolah dasar. Sebagaimana ketentuan yang berlaku dalam sistem pendidikan Indonesia pada UU no. 20 Tahun 2003 pada pasal 6 yang berbunyi bahwa "Setiap warga negara yang berusia tujuh sampai dengan lima belas tahun wajib mengikuti pendidikan dasar."⁵ Pada usia tersebut anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa; dan mempelajari berbagai keterampilan tertentu, baik keterampilan kurikuler maupun ekstrakurikuler.⁶

Sedangkan bagi ahli psikologi, akhir masa kanak-kanak adalah usia berkelompok karena ditandai dengan adanya minat dan aktivitas teman-teman dan meningkatnya keinginan yang kuat untuk diterima sebagai anggota suatu kelompok, merasa tidak puas bila tidak bersama-sama temannya. Oleh karena itu, anak ingin

⁴ Naurika P. Agustina dan N.E.D Soeharto, *Tindakan Kekerasan yang Dilakukan oleh Ibu dan Pengaruhnya terhadap penyesuaian Diri Anak*, Jurnal Penelitian Psikologi, vol.2, hal. 177 (2011)

⁵ Departemen Pendidikan Nasional, UU Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS, (Jakarta: DEPDIKNAS, 2003), hal. 4

⁶ Hurlock. E, *Op.cit.*, hal 146

menyesuaikan dengan standar yang disetujui kelompok dalam penampilan, berbicara dan perilaku. Keadaan ini mendorong ahli psikologi untuk menyebut periode ini sebagai usia penyesuaian diri.⁷

Anak-anak hendaknya belajar memperoleh kepuasan yang lebih dari kehidupan sosial bersama teman sebayanya. Proses pembelajaran dalam memasuki kelompok sebaya merupakan proses pembelajaran “kepribadian sosial” yang sesungguhnya. Anak-anak belajar cara-cara mendekati orang asing, malu-malu atau berani, menjauhkan diri atau bersahabat. Anak belajar bagaimana memperlakukan teman-teman. Ia belajar apa yang disebut bermain jujur (*fair play*) dalam permainan. Seseorang yang telah mempelajari kebiasaan-kebiasaan sosial tersebut, cenderung melanjutkannya dalam seluruh kehidupannya.⁸

b. Tugas Perkembangan Akhir Masa Kanak-Kanak

Untuk memperoleh tempat di dalam kelompok sosial, anak harus menyelesaikan berbagai tugas perkembangan. Salah satu dari tugas perkembangan akhir masa kanak-kanak yang berkaitan dengan keterampilan sosial adalah menyesuaikan diri dengan

⁷ Ibid., hal 147.

⁸ Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005)., hal. 186.

teman-teman seusianya karena pada masa akhir kanak-kanak disebut sebagai usia berkelompok.

Tugas perkembangan ini berkaitan dengan keterampilan sosial karena dengan keterampilan sosial, anak mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan teman sebaya. Keterampilan dan kompetensi sosial mempengaruhi status sosiometris anak. Seperti diterangkan oleh Gottman dkk., “ Anak yang populer lebih pandai mencari teman.”⁹ Oleh karena itu anak yang pandai mencari teman dan juga disukai oleh teman-temannya adalah anak yang memiliki keterampilan sosial.

2. Keterampilan Sosial

a. Pengertian Keterampilan Sosial

Social skills atau keterampilan sosial memiliki penafsiran akan arti dan maknanya. Menurut beberapa ahli yang memberikan pendapatnya tentang *social skill* atau keterampilan sosial adalah sebagai berikut:

Bellack and Hersen (1977) mengemukakan bahwa: “*social skills as individual's ability to express both positive and negative feelings in the interpersonal context without suffering consequences loss of sosial reinforcement..in a large variety of interpersonal contexts (involving) the coordinated delivery of appropriate verbal and nonverbal responses*”¹⁰.

⁹ Hurlock. E., Op.cit., hal. 158

¹⁰ Bellack. As. & Hersen. *Research and Practice In Social Skills*, (New York: Plenum, 1977), hal. 145

Menurut definisi tersebut keterampilan sosial mempunyai makna sebagai kemampuan individu dalam mengungkapkan perasaan baik positif maupun negatif dalam hubungannya dengan orang lain tanpa kehilangan penguatan sosial dan dalam berbagai ragam hubungan dengan orang lain yang mencakup respon verbal dan non verbal.

Combs & Slaby (Gimpel dan Merrell, 1998) memberikan pengertian keterampilan sosial (*Social Skills*) adalah kemampuan berinteraksi dengan orang lain dalam konteks sosial dengan cara-cara khusus yang dapat diterima secara sosial maupun nilai-nilai dan disaat yang sama berguna bagi dirinya dan orang lain.¹¹

Definisi ini mengungkapkan bahwa keterampilan sosial merupakan kemampuan seseorang atau warga masyarakat dalam mengadakan hubungan dengan orang lain dan kemampuan memecahkan masalah sehingga memperoleh adaptasi yang harmonis di masyarakat.

Dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial adalah kemampuan berinteraksi, berkomunikasi secara efektif baik secara verbal maupun nonverbal, kemampuan untuk dapat menunjukkan perilaku yang baik, serta kemampuan menjalin hubungan baik

¹¹Kenneth W. Merrel & Gretchen A. Gimpel. *Social Skills of Children and Adolescents (Conceptualizations, Assessment, Treatment)*, New York: Psychology Press, 1998), hal. 4.

dengan orang lain sehingga dapat digunakan untuk berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan oleh sosial.

Sesuai dengan konsep situasi khusus yang dikemukakan oleh Bellack and Hersen (dalam Cartledge & Milburn, 1995) yang menyatakan bahwa efektivitas suatu perilaku tergantung pada konteks dan parameter situasi, maka individu yang memiliki keterampilan sosial akan lebih efektif karena ia mampu memilih dan melakukan perilaku yang tepat sesuai dengan tuntutan lingkungan. Berdasarkan prinsip situasi khusus ini pula, sulit untuk menyusun daftar yang lengkap tentang keterampilan sosial apa yang harus dimiliki anak agar selalu berhasil dalam sosialisasi, karena sebagaimana kehidupan sosial, kesempatan untuk berhasil secara sosial juga dapat berubah sesuai waktu, konteks dan budaya. Namun demikian, menurut Schneider dkk. (dalam Rubin, Bukowski & Parker, 1998) agar seseorang berhasil dalam interaksi sosial, maka secara umum dibutuhkan beberapa keterampilan sosial yang terdiri dari pikiran, pengaturan emosi dan perilaku yang tampak, yaitu:¹²

- 1) Memahami pikiran, emosi dan tujuan atau maksud orang lain,

¹² Desvy Yanti Mutkhar dan Noor Rochman Hadjam, *Efektivitas art therapy untuk meningkatkan keterampilan sosial anak yang mengalami gangguan sosial*, Jurnal PSIKOLOGI, vol.2, hal. 19 (Juni 2006)

- 2) Menangkap dan mengolah informasi tentang partner sosial serta lingkungan pergaulan yang potensial menimbulkan terjadinya interaksi,
- 3) Menggunakan berbagai cara yang dapat dipergunakan untuk memulai pembicaraan atau berinteraksi dengan orang lain, memeliharanya dan mengakhirinya secara positif.
- 4) Memahami konsekuensi dari sebuah tindakan sosial, baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain.
- 5) Membuat penilaian moral yang matang yang dapat mengarahkan tindakan sosial,
- 6) Bersikap sungguh-sungguh dan memperhatikan kepentingan orang lain,
- 7) Mengekspresikan emosi positif dan menghambat emosi negatif secara tepat,
- 8) Menekan perilaku negatif yang disebabkan karena adanya pikiran dan perasaan yang negatif tentang partner sosial.
- 9) Berkomunikasi secara verbal dan nonverbal agar partner sosial memahaminya,
- 10) Memperhatikan usaha komunikasi orang lain dan memiliki kemauan untuk memenuhi permintaan partner sosial.

Secara lebih spesifik Elksnin dan Elksnin mengidentifikasi keterampilan sosial dengan beberapa ciri, antara lain:¹³

1) Perilaku interpersonal

Merupakan perilaku yang menyangkut keterampilan yang dipergunakan selama melakukan interaksi sosial. Perilaku ini disebut juga keterampilan menjalin persahabatan, misalnya memperkenalkan diri, menawarkan bantuan, dan memberikan atau menerima pujian. Keterampilan ini juga berhubungan dengan usia dan jenis kelamin.

2) Perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri

Merupakan keterampilan mengatur diri sendiri dalam situasi sosial, misalnya keterampilan menghadapi stress, memahami perasaan orang lain, dan mengontrol kemarahan. Dengan kemampuan ini, anak dapat memperkirakan kejadian-kejadian yang mungkin akan terjadi dan dampak perilakunya pada situasi sosial tertentu.

3) Perilaku yang berhubungan dengan kesuksesan akademis

Merupakan perilaku atau keterampilan sosial yang dapat mendukung prestasi belajar di sekolah, misalnya mendengarkan dengan tenang saat guru menerangkan

¹³ *Ibid.*, hal. 20

pelajaran, mengerjakan pekerjaan sekolah dengan baik, melakukan apa yang diminta oleh guru, dan mengikuti aturan kelas.

4) Penerimaan Teman Sebaya (*Peer acceptance*)

Merupakan perilaku yang berhubungan dengan penerimaan sebaya, misalnya memberi salam, memberi dan meminta informasi, mengajak teman terlibat dalam suatu aktivitas, dan dapat menangkap dengan tepat emosi orang lain.

5) Keterampilan komunikasi

Keterampilan komunikasi merupakan salah satu keterampilan yang diperlukan untuk menjalin hubungan sosial yang baik. Kemampuan anak dalam berkomunikasi dapat dilihat dalam beberapa bentuk, antara lain menjadi pendengar yang responsif, mempertahankan perhatian dalam pembicaraan dan memberikan umpan balik terhadap kawan bicara.

b. Arti Penting Keterampilan sosial

Johnson dan Johnson (1999) mengemukakan 6 hasil penting dari memiliki keterampilan sosial, yaitu:¹⁴

¹⁴ Tita Setiani, *Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Penerapan Metode Simulasi pada Pembelajaran IPS Kelas V SD Negeri Pakem 2 sleman*, Skripsi: Fakultas Ilmu Pendidikan, UNY, 2014, hal. 15

1) Perkembangan Kepribadian dan Identitas

Hasil pertama adalah perkembangan kepribadian dan identitas karena kebanyakan dari identitas masyarakat dibentuk dari hubungannya dengan orang lain. Sebagai hasil dari berinteraksi dengan orang lain, individu mempunyai pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri. Individu yang rendah dalam keterampilan interpersonalnya dapat mengubah hubungan dengan orang lain dan cenderung untuk mengembangkan pandangan yang tidak akurat dan tidak tepat tentang dirinya.

2) Mengembangkan Kemampuan Kerja, Produktivitas, dan Kesuksesan Karir

Keterampilan sosial juga cenderung mengembangkan kemampuan kerja, produktivitas, dan kesuksesan karir, yang merupakan keterampilan umum yang dibutuhkan dalam dunia kerja nyata. Keterampilan yang paling penting, karena dapat digunakan untuk bayaran kerja yang lebih tinggi, mengajak orang lain untuk bekerja sama, memimpin orang lain, mengatasi situasi yang kompleks, dan menolong mengatasi permasalahan orang lain yang berhubungan dengan dunia kerja.

3) Meningkatkan Kualitas Hidup

Meningkatkan kualitas hidup adalah hasil positif lainnya dari

keterampilan sosial karena setiap individu membutuhkan hubungan yang baik, dekat, dan intim dengan individu lainnya.

4) Meningkatkan Kesehatan Fisik

Hubungan yang baik dan saling mendukung akan mempengaruhi kesehatan fisik. Penelitian menunjukkan hubungan yang berkualitas tinggi berhubungan dengan hidup yang panjang dan dapat pulih dengan cepat dari sakit.

5) Meningkatkan Kesehatan Psikologis

Penelitian menunjukkan bahwa kesehatan psikologis yang kuat dipengaruhi oleh hubungan positif dan dukungan dari orang lain. Ketidakmampuan mengembangkan dan mempertahankan hubungan yang positif dengan orang lain dapat mengarah pada kecemasan, depresi, frustrasi, dan kesepian. Telah dibuktikan bahwa kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain dapat mengurangi distress psikologis, yang menciptakan kebebasan, identitas diri, dan harga diri.

6) Kemampuan Mengatasi Stress

Hasil lain yang tidak kalah pentingnya dari memiliki keterampilan sosial adalah kemampuan mengatasi stress. Hubungan yang saling mendukung telah menunjukkan berkurangnya jumlah penderita stress dan mengurangi

kecemasan. Hubungan yang baik dapat membantu individu dalam mengatasi stress dengan memberikan perhatian, informasi, dan *feedback*.

c. Dimensi Keterampilan Sosial

Caldarella dan Merrel mengemukakan 5 dimensi paling umum yang terdapat dalam keterampilan sosial, yaitu:¹⁵

- 1) Hubungan dengan teman sebaya (*peer relation*), ditunjukkan melalui perilaku yang positif terhadap teman sebaya seperti memuji atau menasehati orang lain, menawarkan bantuan kepada orang lain, dan bermain bersama orang lain.
- 2) Manajemen diri (*Self-management*), merefleksikan individu yang memiliki emosional yang baik, yang mampu mengontrol emosinya, mengikuti peraturan dan batasan-batasan yang ada, dapat menerima kritikan yang baik.
- 3) Kemampuan akademis (*Academic*), ditunjukkan melalui pemenuhan tugas secara mandiri, menyelesaikan tugas individual, menjalankan arahan guru dengan baik.
- 4) Kepatuhan (*Compliance*), menunjukkan individu yang dapat mengikuti peraturan dan harapan, menggunakan waktu dengan baik dan membagikan sesuatu.

¹⁵ Kenneth W. Merrel, *Behavioral, Social and Emotional Assessment of Children and Adolescents: Second Edition*, (New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc, 2003) hal. 315

- 5) Ketegasan (*Assertion*), didominasi oleh kemampuan-kemampuan yang membuat individu dapat menampilkan perilaku yang tepat dalam situasi yang diharapkan, kemampuan dalam memberikan pernyataan secara terbuka dan ramah terhadap orang lain.

Tabel 2.1

5 Dimensi Paling Umum Keterampilan Sosial Dikembangkan dari Ulasan dan Analisis oleh Caldarella dan Merrell (1997)¹⁶

<i>Dimension of Social Skills</i>	<i>Specific Skills</i>
<i>Peer relation</i>	<i>Social interaction, prosocial, interpersonal, peer preferred social behavior, empathy, social participation, sociability-leadership, peer reinforcement, general, peer sociability</i>
<i>Self-management</i>	<i>Self-control/social convention, social independence, social competence, social responsibility, rules, frustration tolerance</i>
<i>Academic</i>	<i>School adjustment, respect for</i>

¹⁶ Ibid., hal. 316.

	<i>social rules at school, task orientation, academic responsibility, classroom compliance, good student</i>
<i>Compliance</i>	<i>Social cooperation, competence, cooperation-compliance Assertion</i>
<i>Assertion</i>	<i>Assertive social skills, social initiation, social activator, gutsy</i>

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Sosial

Sebagai kemampuan yang diperoleh melalui proses belajar, maka perkembangan keterampilan sosial anak tergantung pada berbagai faktor, yaitu kondisi anak sendiri serta pengalaman interaksinya dengan lingkungan sebagai saran dan media pembelajaran. Secara lebih rinci, faktor-faktor tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:¹⁷

1) Kondisi anak

Ada beberapa kondisi anak yang mempengaruhi tingkat keterampilan sosial anak, antara lain temperamen anak

¹⁷ Desvy Yanti. Op.Cit., hal. 20

(Kagen & Bates dalam Rubin, Bukowski & Parker, 1998), regulasi emosi (Rubin, Coplan, Fox & Calkins dalam Rubin, Bukowski & Parker, 1998), serta kemampuan sosial kognitif (Robinson & Garner, 1995).

Penelitian memperlihatkan bahwa anak-anak yang memiliki temperamen sulit dan cenderung mudah terluka secara psikis biasanya akan takut atau malu-malu dalam menghadapi stimulus sosial yang baru, sedangkan anak-anak yang ramah dan terbuka lebih responsif terhadap lingkungan (Kagen & Bates dalam Rubin, Bukowski & Parker, 1998). Kedua kondisi ini menyebabkan kesempatan mereka untuk berinteraksi dengan teman sebaya berkurang, padahal interaksi merupakan media yang penting dalam proses belajar keterampilan sosial.

Kemampuan mengatur emosi juga mempengaruhi keterampilan sosial anak. Penelitian yang dilakukan oleh Rubin, Coplan, Fox dan Calkins (Rubin, Bukowski & Parker, 1998) membuktikan bahwa pengaturan emosi sangat membantu bagi anak yang bersosialisasi atau tidak. Anak yang mampu bersosialisasi dan mengatur emosi akan memiliki keterampilan sosial yang baik sehingga kompetensi sosialnya

juga tinggi. Anak yang kurang mampu bersosialisasi namun mampu mengatur emosi, maka walau jaringan emosinya tidak luas tetapi ia tetap mampu bermain secara konstruktif dan berani bereksplorasi saat bermain sendiri. Sedangkan anak-anak yang mampu bersosialisasi namun kurang mengontrol emosi, cenderung akan berperilaku agresif dan merusak. Adapun anak-anak yang tidak mampu bersosialisasi dan mengontrol emosi, cenderung lebih pencemas dan kurang berani bereksplorasi.

Perkembangan keterampilan sosial anak juga dipengaruhi oleh kemampuan sosial kognitifnya yaitu keterampilan memproses informasi yang ada dalam proses sosial. Kemampuan ini antara lain kemampuan mengenali isyarat sosial, menginterpretasi isyarat sosial dengan cara yang tepat dan bermakna, mengevaluasi konsekuensi dari beberapa kemungkinan respon serta memilih respon yang akan dilakukan (Dodge, dkk dalam Robinson & Geber, 1995). Kemampuan sosial kognitif lainnya yang juga penting adalah kemampuan melihat dari perspektif orang lain (*perspective taking*) dan kemampuan empati (Robinson & Garber, 1995). Semakin baik keterampilan memproses informasi sosial anak,

maka akan semakin mudah baginya untuk membentuk hubungan suportif dengan orang lain, yang berarti akan menambah luas jaringan sosial sebagai media pengembangan keterampilan sosialnya (Robinson & Garber, 1995).

2) Interaksi anak dengan lingkungan

Secara umum, pola interaksi anak dan orang tua serta kualitas pertemanan dan penerimaan anak dalam kelompok merupakan dua faktor eksternal atau lingkungan yang cukup berpengaruh bagi perkembangan sosial anak (Rubin, Bukowski & Parker, 1998). Anak banyak belajar mengembangkan keterampilan sosial yang baik dengan proses *modeling* (peniruan) terhadap perilaku orangtua dan teman sebaya, ataupun melalui penerimaan penghargaan saat melakukan sesuatu yang tepat dan penerimaan hukuman saat melakukan sesuatu yang tidak pantas menurut orangtua dan teman sebaya.

Keterampilan sosial anak terutama dipengaruhi oleh proses sosialisasinya dengan orangtua yang mulai terjalin sejak awal kelahiran. Melalui proses sosialisasi ini, orangtua menjamin bahwa anak mereka memiliki standar perilaku, sikap, keterampilan dan motif-motif yang sedapat mungkin

sesuai dengan yang diinginkan atau tepat dengan perannya dalam masyarakat (Hetherington & Parke, 1999). Proses sosialisasi yang berawal sejak bayi ini, menjadi lebih disadari dan sistematis seiring dengan bertambahnya kemampuan anak dalam keterampilan motorik dan penggunaan bahasa. Pelukan yang diberikan oleh orangtua dan pujian yang mereka terima saat memperoleh kemampuan baru atau larangan saat melakukan sesuatu merupakan beberapa contoh sosialisasi yang secara sistematis mempengaruhi anak. Nilai, kepercayaan, keterampilan, sikap dan motif yang disosialisasikan oleh orang tua ini kemudian diinternalisasikan oleh anak dan menjadi dasar perilakunya dalam kehidupan. (Kuczynski, Marshall & Shell, 1997)

Orang tua sebagai figur yang paling dekat dengan anak, tidak hanya berperan dalam mengajarkan keterampilan sosial secara langsung pada anak, tetapi juga berperan dalam pembentukan hubungan dengan lingkungan terutama dengan teman sebaya. Menurut Petit & Mize (dalam Rubin, Bukowski dan Parker, 1998), orangtua mempengaruhi perkembangan perilaku sosial, pola interaksi dan kualitas hubungan anak dengan sebayanya melalui:

- a) Memberi anak kesempatan untuk berhubungan dengan teman sebayanya;
- b) Mengawasi pertemuan anak dengan teman sebayanya (bila dibutuhkan);
- c) Mengajarkan anak untuk mampu memenuhi tugas-tugas yang berkaitan dengan hubungan interpersonal dengan teman sebayanya; dan
- d) Menegakkan disiplin terhadap perilaku yang tidak dapat diterima dan maladaptif.

Pemberian kesempatan pada anak untuk menjalin hubungan dengan teman sebaya ini merupakan media bagi anak untuk mencoba dan mengembangkan keterampilan sosial yang telah didapatnya dari orangtua. Dengan adanya pengawasan, orangtua dapat memastikan bahwa anak tetap menginternalisasikan nilai-nilai yang disosialisasikannya.

Seiring anak tumbuh besar, pengaruh teman sebaya sangat menonjol sebagai sumber penguat dan model. Anak memperoleh rentang pengetahuan yang luas dan bermacam respon dengan cara mengobservasi dan melakukan imitasi perilaku teman sebayanya, dengan adanya *reinforcement* atau penguat anak akan mampu menilai respon mana yang dapat

diterima oleh teman-temannya (Hetherington & Parke, 1999). Proses imitasi dan pengukuhan ini biasanya diikuti dengan peningkatan interaksi sosial yang pada akhirnya berpengaruh pula pada peningkatan keterampilan sosial anak.

Stoscker & Dunn (dalam Rubin, Bukowski & Parker, 1998) menyebutkan bahwa anak yang memiliki hubungan sosial yang positif dan lebih populer memiliki keterampilan sosial yang lebih baik dibandingkan anak- yang kurang mampu bersosialisasi. Begitu pula anak-anak yang jaringan sosialnya lebih luas akan lebih terampil dalam bersosialisasi dibandingkan anak yang jaringan sosialnya terbatas (Robinson & Gerber, 1995).

Dengan demikian, keterampilan sosial merupakan hal yang penting di dalam kehidupan social individu karena secara tidak langsung individu tersebut dapat mengaktualisasikan dirinya di lingkungan sekitar. Selanjutnya jika seseorang tidak mampu menyesuaikan diri atau dapat dikatakan mengasingkan diri (terisolir), hal itu menunjukkan bahwa individu tersebut tidak mampu menunjukkan keterampilan sosial dirinya.

3. Siswa Terisolir

Pada masa pertengahan dan akhir anak-anak, anak mulai mengembangkan suatu penilaian terhadap orang lain dengan berbagai cara. Pada anak-anak kelas dua dan tiga yang telah memiliki stereotipe budaya tentang tubuh. Dalam hal ini mereka misalnya menilai bahwa anak laki-laki yang tegap (berotot) lebih disenangi dari pada anak laki-laki yang gemuk atau kurus. Kemudian pemilihan teman dari anak-anak ini terus meningkat dengan lebih mendasarkan pada kualitas pribadi, seperti kejujuran, kebaikan hati, humor dan kreativitas.¹⁸

Para ahli psikologi perkembangan telah lama mempelajari pembentukan kelompok teman sebaya dan status dalam kelompok untuk mengetahui mana anak-anak yang sering sendiri dan mana yang disenangi oleh anak-anak lain. Bagi anak yang sering sendiri bisa dikatakan anak yang tidak populer atau terisolasi. Siswa terisolir merupakan siswa yang tidak mempunyai sahabat, jarang dipilih, selalu ditolak oleh teman sebayanya, tidak mempunyai minat untuk mengikuti kegiatan kelompok, tidak dapat menyerap dan menerima norma-norma

¹⁸ Desmita. *Op.Cit.*, hal. 185

dalam kepribadiannya, dan tidak mampu berperilaku yang pantas atau menyesuaikan diri menurut tuntutan lingkungan yang ada.¹⁹

Menurut Hurlock, Isolasi atau *isolate* dibagi menjadi dua macam, yaitu *voluntary isolate* dan *involuntary isolate*. *Voluntary isolate* adalah suatu perbuatan yang menarik diri dari kelompok karena adanya rasa kurang memiliki minat untuk menjadi anggota suatu kelompok. Sedangkan *involuntary isolate* adalah sikap atau perbuatan menolak terhadap orang lain dalam kelompoknya meskipun dia ingin menjadi anggota kelompok tersebut. *Involuntary* yang subyektif beranggapan bahwa dia tidak dibutuhkan oleh kelompoknya dan menjauhkan diri dari kelompok, sedangkan *involuntary* yang obyektif sebaliknya dia benar-benar ditolak oleh kelompoknya.²⁰

Selanjutnya, Graham dan Stuart menjelaskan siswa terisolir adalah siswa yang mempunyai pengaruh dan penerimaan social yang rendah. Sedangkan siswa populer adalah siswa siswa yang memiliki pengaruh dan penerimaan sosial yang tinggi. Bagi anak-anak yang tidak memiliki atau kurangnya ciri-ciri pribadi seperti yang dimiliki oleh seseorang yang diterima oleh kelompok teman sebayanya, misalnya kerapian, aktif dalam urusan kelompok, berinisiatif dan memikirkan kepentingan kelompok, sabar, jujur, suka

¹⁹ Wartini, Asmidir Ilyas, Zikra, *Karakteristik Belajar Siswa Terisolir*, Jurnal Ilmiah Konseling, volume 2, 1 (Januari 2012)

²⁰ Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 294.

menolong, suka bekerjasama dan membantu anggota kelompok, bertanggung jawab dan pemurah.²¹ Graham dan Stuart menjelaskan bahwa anak yang terisolasi dari lingkungannya mempunyai ciri sebagai berikut:²²

- 1) Penampilan diri yang kurang menarik.
- 2) Kurang sportif.
- 3) Penampilan yang tidak sesuai dengan standar teman.
- 4) Perilaku yang menonjolkan diri, mengganggu orang lain, suka memerintah, tidak bekerjasama dan kurang bijaksana.
- 5) Kurangnya kematangan, terutama kelihatan dalam hal pengendalian emosi, ketenangan, kepercayaan diri dan kebijaksanaan.
- 6) Mementingkan diri sendiri dan mudah marah.
- 7) Status sosioekonomis berada di bawah sosioekonomis kelompok.
- 8) Tempat yang terpencil dari kelompok.

Menurut E.B. Hurlock, bahwa siswa yang tidak diterima atau ditolak akan mengalami gangguan psikologis antara lain:²³

- 1) Akan merasa kesepian karena kebutuhan sosial mereka tidak terpenuhi.

²¹ Yaya Sunarya, *Beberapa Karakteristik Siswa Terisolir*, (Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan vol. 1-3, 2005, hal.21

²² Ibid., hal 24

²³ Elizabeth Hurlock, *Op.cit.*, hal. 295.

- 2) Akan merasa tidak bahagia dan tidak aman.
- 3) Kurang memiliki pengalaman belajar yang dibutuhkan untuk menjalani proses sosialisasi.
- 4) Akan merasa sedih karena tidak mendapat kegembiraan yang dimiliki oleh teman sebaya.
- 5) Akan mencoba memaksakan diri untuk memasuki kelompok dan ini akan meningkatkan penolakan kelompok terhadap mereka.
- 6) Akan hidup dalam ketidakpastian tentang reaksi sosial terhadap mereka, dan ini menyebabkan mereka merasa cemas, takut dan sangat peka.
- 7) Sering melakukan penyesuaian diri secara berlebihan dengan harapan akan dapat meningkatkan penerimaan sosial mereka.

Berdasarkan berbagai penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa siswa terisolasi dapat mengakibatkan gangguan psikologis yang berujung pada penderitaan diri yang tidak dapat bergaul dengan yang lain. Oleh karena itu masalah siswa terisolasi memang membutuhkan penanganan yang serius agar siswa tersebut dapat terlepas dari keterisolasiannya, dapat bergaul dengan teman dan dapat belajar dengan baik.

4. Teori Adlerian Play Therapy

a. Teori Psikologi Individual Adler

Psikologi yang digunakan Adler adalah “Psikologi Individual” merupakan terjemahan dari *individual psychologie* dalam bahasa Jerman dan tidak berarti psikologi tentang individu-individu melainkan dimaksudkan psikologi sosial dimana individu dilihat dan dipahami dalam konteks sosialnya.²⁴ Adler merancang intervensi-intervensi tidak hanya untuk pasien-pasien individual tetapi juga untuk keluarga-keluarga dan sekolah-sekolah. Psikologi Individual dari Adler mengemukakan bahwa orang-orang lahir kecil dan lemah, serta kondisi fisik yang tidak memadai. Hal tersebut menyebabkan perasaan inferioritas. Kemudian, orang-orang berusaha mengompensasikan perasan inferioritas ini dengan berjuang ke arah superioritas atau keberhasilan.²⁵ Adler mengemukakan suatu ciri psikologi dengan dasar filosofi bahwa:²⁶

- 1) Tingkah laku manusia dimotivasi oleh dorongan sosial karena manusia pada dasarnya makhluk sosial. Ia menghubungkan diri dengan orang lain, ikut dalam kegiatan-kegiatan sosial, menempatkan kesejahteraan sosial di atas kepentingan diri

²⁴ Yustinus Semiun, OFM. *Teori-Teori Kepribadian Psikoanalitik Kontemporer-1*, (Yogyakarta: Kanisius, 2013), hal. 209.

²⁵ *Ibid.*, hal. 209.

²⁶ Ladidlaus, Naisaban, *Para Psikolog Terkemuka Dunia: riwayat hidup, pokok pikiran, dan karya*, (Jakarta: Grasindo 2003), hal. 6.

sendiri.

- 2) Manusia memiliki diri yang kreatif. Konsep ini baru untuk mengimbangi objektivisme dari psikoanalisis klasik. Diri sebagai penyebab penting tingkah laku manusia.
- 3) Setiap orang merupakan konfigurasi unik dari motif-motif, sifat-sifat, minat-minat, dan nilai-nilai.
- 4) Kesadaran sebagai pusat kepribadian.

Manusia adalah makhluk sosial yang untuknya setiap komunikasi, tingkah laku, dan perasaan memiliki tujuan.²⁷ Menurut Adler, masalah hidup selalu bersifat sosial. Fungsi hidup sehat bukan hanya mencintai dan berkarya tetapi juga merasakan kebersamaan dengan orang lain dan memperdulikan kesejahteraan mereka. Manusia dimotivasi oleh dorongan sosial, bukan dorongan seksual. Cara orang memuaskan kebutuhan seksual ditentukan oleh gaya hidupnya bukan sebaliknya dorongan seks yang mengatur tingkah laku. Dorongan sosial adalah sesuatu yang dibawa sejak lahir, meskipun kekhususan hubungan dengan orang dan pranata sosial ditentukan oleh pengalaman bergaul dengan masyarakat.²⁸ Bagi Adler, manusia itu lahir dalam keadaan tubuh

²⁷ Manford A. Sonstegard, James Robert Bitter, *Adlerian Group Counseling and Therapy Step-by-Step*, (New York: Taylor & Francis Books, Inc, 2004), hal. 98.

²⁸ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2011), hal. 63.

yang lemah, tak berdaya. Kondisi ketidakberdayaan itu menimbulkan ketergantungan kepada orang lain. Psikologi individual memandang individu sebagai makhluk yang saling tergantung secara sosial. Perasaan bersatu dengan orang lain (ketertarikan atau minat sosial) ada sejak manusia dilahirkan dan menjadi syarat utama kesehatan jiwa.²⁹ Konsep dasar setiap individu berkaitan dengan dunia, orientasi personal seseorang terhadap kehidupan sosial, dan diungkapkan dalam sebuah pola yang dapat dipahami.

Pada penelitian ini, keterampilan sosial merupakan bagian dari minat sosial sejalan dengan konsep minat sosial teori Adler. Minat sosial menjadi terjemahan yang kurang tepat dari Bahasa Jerman, *Gemeinschaftsgefühl*. Terjemahan yang tepat mungkin “perasaan sosial”. Namun *Gemeinschaftsgefühl*, mempunyai makna yang tidak dapat diekspresikan dalam kata-kata bahasa Inggris. Istilah itu mengandung makna suatu perasaan menyatu dengan kemanusiaan, menjadi anggota komunitas manusia. Individu yang *Gemeinschaftsgefühl*-nya berkembang baik, berjuang bukan untuk superioritas pribadi, melainkan untuk kesempurnaan semua orang dalam masyarakat luas. Jadi, minat sosial (*social interest*) adalah sikap keterikatan diri dengan

²⁹ *Ibid.*, hal. 64.

kemanusiaan secara umum, serta empati kepada setiap orang. Menurut Adler, minat sosial adalah bagian dari hakekat manusia dan dalam besaran berbeda muncul pada tingkah laku setiap orang. Minat sosial lah yang membuat individu mampu berjuang mengejar superiorita dengan cara yang sehat.³⁰

Adlerian percaya bahwa minat sosial yang rendah merupakan bukti dari kurangnya kepercayaan diri dan harga diri. Bukti perilaku minat sosial yang rendah dapat dideteksi dalam kebiasaan menyalahkan, mengeluh, ketakutan dan ketidakmampuan melaporkan.³¹ Adler berpendapat bahwa manusia dapat diubah menjadi lebih baik dengan cara menciptakan kondisi-kondisi sosial yang dirancang untuk mengembangkan gaya hidup yang realistik dan adaptif.³² Berdasarkan penjelasan tersebut, individu dapat mengubah gaya hidupnya ke arah positif jika iklim konseling yang bersahabat dapat terjalin antara konselor dengan konseli. Untuk itu, peneliti menggunakan *Adlerian play therapy* untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa terisolir kelas V di SDN Keroncong 2.

³⁰ *Loc.cit.*

³¹ Thomas, J.S., *Adlerian Counseling and Psychotherapy*, Routledge , New York, 2009, hal. 119.

³² Yustinus, Semiun, *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*, (Yogyakarta: Kansius, 2006, hal. 19.

b. Penerapan Prinsip-prinsip Psikologi Individual dalam Konseling Individu *Adlerian Play Therapy*

Adlerian play therapy adalah intervensi konseling didasarkan pada prinsip-prinsip psikologi individu (Adler, 1927/1998) yang mengintegrasikan non direktif dan teknik bermain direktif. Kottman (2003), pencipta AdPT, melaporkan bahwa AdPT terutama cocok untuk anak-anak yang memiliki kebutuhan yang meningkat untuk kekuasaan dan kontrol, telah mengalami peristiwa traumatis, memiliki konsep diri yang buruk, putus asa, atau memiliki keterampilan kerja sama yang lemah dan/atau keterampilan sosial yang lemah. Dalam proses AdPT, anak-anak diberikan kesempatan untuk mempraktekkan perilaku sosial dan bereksperimen dengan pikiran dan perasaan yang baru, semua dalam hubungan yang aman dan mendukung. Proses bermain dan keterampilan terapeutik dari AdPT memungkinkan anak-anak untuk, baik secara langsung maupun tidak langsung, melatih mengubah persepsi, sikap, dan perilaku mereka.³³

Secara historis terapis yang bekerja menggunakan pendekatan dari model yang dikembangkan oleh Alfred Adler biasanya bekerja dengan anak-anak dalam konteks keluarga atau

³³ Kristin K. Meany-Walen, Sue C. Bratton, and Terry Kottman, *Effect of Adlerian Play Therapy on Reducing Students' Disruptive Behaviors*, journal of Counseling & Development, volume 92, hal. 47 (January 2014)

sekolah. Dalam terapi bermain Adlerian, terapis:³⁴

- 1) Menetapkan hubungan yang egaliter dengan anak, orangtua, guru, dan orang-orang penting lainnya dalam kehidupan anak.
- 2) Menggali pikiran, perasaan, perilaku, hubungan, dan sikap anak
- 3) Menggali persepsi diri anak, orang lain dan dunia.
- 4) Menggali pikiran, perasaa, perilaku, hubungan, dan sikap orangtua dan orang-orang yang berpengaruh dalam kehidupan anak.
- 5) Mengembangkan konsep tentang dinamika intrapersonal dan interpersonal anak dan orangtuanya, anggota keluarga lainnya, teman-temannya dan guru.
- 6) Berguna untuk membantu mendapatkan wawasan anak dalam dinamika intrapersonal dan interpersonal dan membuat keputusan baru tentang diri sendiri, dunia, dan lain.
- 7) Membantu anak belajar dan berlatih keterampilan interpersonal yang baru.
- 8) Menyediakan konsultasi bagi orangtua dan guru yang bertujuan membantu mereka mengembangkan perspektif positif pada anak dan mempraktekkan cara-cara yang lebih konstruktif untuk berhubungan dengan anak.

Konstruksi teoritis penting dari terapi bermain Adlerian

³⁴ Charles E. Schaefer, *foundation of play therapy*, (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2003) hal. 37.

didasarkan pada pernyataan Adler bahwa dalam diri orang sudah tertanam jiwa sosial, tujuan yang diarahkan, subjektif, dan makhluk kreatif. “Adlerian” percaya bahwa dalam diri orang sudah tertanam jiwa sosial, yang artinya setiap orang akan saling membutuhkan.³⁵ Terapis dalam *Adlerian play therapy* terus menilai bagaimana anak membuat koneksi dan mendapatkan rasa penting dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat untuk membantu meningkatkan kemampuan mereka untuk secara positif berhubungan dengan orang lain.³⁶

Para terapis membantu anak-anak belajar untuk berhubungan dengan orang lain, percaya bahwa mereka mampu, percaya bahwa mereka dapat diandalkan dan berarti, dan memiliki keberanian mengambil resiko dan mencoba hal-hal baru.³⁷

c. Langkah-langkah Pelaksanaan *Adlerian Play Therapy*

Penelitian ini dilaksanakan dalam layanan konseling individu. Pada fase pertama sampai ketiga berfokus pada sesi konseling individu, dan sesi keempat peneliti melibatkan teman-teman yang mengisolir SH sebagai media untuk mengembangkan keterampilan sosialnya. Langkah-langkah dalam melaksanakan konseling individu dengan menggunakan terapi bermain Adlerian

³⁵ *Ibid.*, hal 38.

³⁶ *Loc.cit.*

³⁷ *Ibid.*, hal. 43.

adalah:³⁸

Tahap pertama: Membangun hubungan egaliter

Tujuan utama dari tahap bermain Adlerian adalah membangun sebuah hubungan yang egaliter dengan anak. Adlerians percaya bahwa hubungan adalah sebuah pondasi yang sangat penting untuk terapi agar dapat berlangsung dengan sukses. Dalam fase ini, terapis bermain menggunakan pelacakan, penyajian kembali isi, refleksi dari perasaan, tanggung jawab anak, dorongan, pembatasan dan membersihkan ruangan bersama-sama untuk membangun hubungan kolaboratif dengan anak.

Tracking bertujuan membiarkan anak melakukan apapun dan apapun yang anak lakukan adalah penting dan perlu dicatat. Cara ini membangun hubungan dengan anak karena anak merasa spesial dan dipedulikan. Bagian yang perlu dicatat pada fase ini adalah konselor tidak boleh memberi label buruk pada anak.

Cara lain bagi terapis bermain untuk membangun hubungan adalah mengulang komunikasi verbal anak. Teknik ini memungkinkan anak tahu bahwa terapis mendengarkannya. Ketika mengulang, penting bagi terapis untuk menggunakan

³⁸ Ibid., hal. 44

intonasi dan kata-kata sendiri sehingga anak tidak merasa dipermainkan. Terapis juga harus berhati-hati untuk menggunakan bahasa dalam berbagai kosakata yang semestinya dan sekiranya dapat dimengerti anak.

Refleksi perasaan merupakan keterampilan penting selama fase terapi. Dengan mencerminkan perasaan anak, baik secara eksplisit atau implisit, terapis membuat koneksi afektif dengan anak dan membantu anak mengeksplorasi dan mengekspresikan emosinya.

Dorongan adalah teknik penting dalam semua empat fase terapi bermain Adlerian. Dorongan melibatkan unsur-unsur berikut:

- 1) Menyampaikan penerimaan tanpa syarat dengan berkomunikasi bahwa anak adalah berharga, siapapun dia.
- 2) Menunjukkan kepercayaan terhadap kemampuan anak dengan mengakui prestasinya saat ini dan memberikan kesempatan anak untuk membuat kemajuan.
- 3) Memberikan pengakuan atas upaya anak.
- 4) Berfokus pada kekuatan anak serta kemampuannya.
- 5) Memberikan penghargaan pada anak untuk bagian dari apa yang telah dilakukannya dan mengabaikan bagian-bagian yang tidak memenuhi standar.

6) Menunjukkan rasa peduli kepada minat anak.

Terapis bermain Adlerian juga percaya bahwa membersihkan ruang bermain bersama-sama juga dapat membangun hubungan dengan anak. Dengan membangun kemitraan yang kolaboratif dengan anak dalam mengambil tanggung jawab untuk mainan dan bahan di ruang bermain, terapis bermain dapat memperkuat hubungan positif dengan anak secara lebih lanjut.

Tahap kedua: Mengeksplorasi gaya hidup anak

Selama tahap kedua, tujuan dari proses terapi bermain adalah untuk mengeksplorasi gaya hidup anak sehingga terapis bermain bisa mendapatkan pemahaman yang jelas soal interpersonal anak dan dinamika interpersonal.

Teknik menggambar seperti *Kinetic School Drawing* dapat mengungkapkan pola interaksi dengan temannya di sekolah, gambaran diri sendiri, orang lain, dan dunia. Teknik lain yang penting dalam proses menyelidiki gaya hidup anak adalah mengajukan pertanyaan. Kadang-kadang, terapis memilih untuk bertanya tentang gambar atau bentuk lain dari seni ekspresif. Pada waktu lain, terapis mengajukan pertanyaan secara langsung kepada anak tentang hidupnya. Sering, terapis mengajukan

pertanyaan tentang kehidupan anak melalui metafora dalam permainan atau cerita anak itu sendiri.

Tahap ketiga: Membantu anak untuk mendapatkan pemahaman terhadap gaya hidupnya

Tujuan dari tahap ketiga ini adalah membantu anak mendapatkan wawasan terhadap gaya hidupnya. Teknik yang digunakan dalam fase ini meliputi cerita (metafora) dan pemutaran video singkat. Dalam terapi bermain Adlerian, terapis memanfaatkan komunikasi alami anak dengan menggunakan teknik metafora untuk membantu memperoleh anak memperoleh wawasan ke dalam gaya hidup mereka.

Teknik ini juga bertujuan untuk menyampaikan informasi penting kepada konseli tentang gaya hidup, keyakinan yang keliru, perilaku yang menyimpang dan aset anak tersebut. Setelah anak mendapatkan pemahaman tentang dinamika dirinya, terapis membantu anak menentukan sikap, keyakinan, dan perilaku untuk berlanjut dan menggantinya dengan sikap yang lebih konstruktif.

Tahap keempat: Reorientasi/Reedukasi

Fase ini dirancang untuk membantu anak belajar dan melatih sikap, persepsi, keyakinan, perasaan, dan tingkah laku yang lebih positif. Terapis menggunakan beragam strategi

mengajar (seperti peragaan, *brainstorming*, bermain peran, metafora, dsb) untuk membantu tumbuh kearah yang positif. Fase ini meliputi banyak teknik direktif yang dirancang untuk membantu anak belajar keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, keterampilan negosiasi, dan keterampilan lainnya yang kurang dalam tingkah laku mereka.

Bermain *game* memungkinkan anak mengevaluasi keterampilan sosial yang ada dan mempelajari serta mempraktikkan keterampilan sosial yang baru. Keterampilan sosial mencakup komunikasi verbal dan nonverbal, memberkan pengaruh, mengajukan pertanyaan yang tepat, memberikan informasi, kerjasama, berbagi, dan kolaborasi. *Game* juga dapat membantu anak untuk mengubah sikap dan nilai yang tidak tepat dalam masyarakat. *Games* yang digunakan dalam *Adlerian play therapy* ini adalah *cooperative and competitive games*.

Berikut adalah *game* yang akan digunakan:

1) Permainan 1 : Jika-maka

Tujuan : untuk meredakan ketegangan atau stres yang dialami oleh anggota kelompok

Media : Pensil dan kertas

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Minta semua anggota menyediakan kertas selebar dan alat tulis.
- Anggota kelompok dibagi 2 (kelompok 1: jika dan kelompok 2 maka)
- Minta kelompok 1 untuk menuliskan kalimat dengan awalan jika (contoh: jika saya makan), dan kelompok 2 menuliskan kalimat dengan awalan maka (contoh: maka saya akan tidur) secara bersamaan.
- Anggota kelompok berdiri saling berpasangan dan berhadapan.
- Pemimpin permainan meminta siswa yang berhadapan membacakan tulisannya

2) Permainan 2 : badai berhembus.

Tujuan : Membuat para peserta latihan bergerak, tertawa, dan menjadikan para peserta lebih mengenal satu sama lain.

Media : kursi

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Aturlah kursi-kursi ke dalam sebuah lingkaran. Mintalah peserta untuk duduk di kursi yang telah disediakan.
- Jelaskan kepada peserta aturan permainan, untuk putaran pertama pemandu akan bertindak sebagai angin.
- Pemandu sebagai angin akan mengatakan ‘ angin berhembus kepada yang memakai – misal : kacamata’ (apabila ada beberapa peserta memakai kacamata).
- Peserta yang memakai kacamata harus berpindah tempat duduk, pemandu sebagai angin ikut berebut kursi.
- Akan ada satu orang peserta yang tadi berebut kursi, tidak kebagian tempat duduk. Orang inilah yang menggantikan pemandu sebagai angin.
- Lakukan putaran kedua, dan seterusnya. Setiap putaran yang bertindak sebagai angin harus mengatakan ‘angin berhembus kepada yang (sesuai dengan karakteristik peserta, misal : baju biru, sepatu hitam, dsb)

3) Permainan 3 : singa-samson-dahlia

Tujuan : Mengembangkan kerjasama tim dan berkolaborasi

Media : -

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Permainan ini berkisar pada kisah Samson dan Delilah dan singa. Peserta dibagi menjadi dua tim dan berdiri dalam dua baris, dengan posisi punggung mereka berhadapan saling berhadapan.
- Setiap tim memutuskan apakah mereka akan Samson, Delila atau singa, tanpa memberitahu tim lain.
- Mereka berbalik untuk menghadapi tim lain dan gaya tindakan mewakili siapa mereka. Misalnya, pose seksi bisa mewakili Delilah, menegangkan otot-otot bisa Samson, dan raungan ganas bisa mewakili singa.
- Delila mengalahkan Samson, Samson mengalahkan singa, dan singa kekalahan Delilah.

4) Permainan 4 : Pecah balon

Tujuan : Meningkatkan sifat kompetitif pada anak

Media : Balon dan tali

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Bagikan balon untuk setiap peserta dengan seutas tali kira-kira sepanjang 2 jengkal
- Minta setiap anggota meniup balon masing-masing dan mengikatkan pada kaki kiri dengan tali yang tersedia
- Minta semua anggota berdiri di tengah ruangan
- dimulai dari anggota jika dan dilanjutkan anggota maka.

5) Permainan 5 : Sepatu lapangan

Tujuan : untuk mendorong proses kerjasama Tim, bahwa dalam sebuah Tim setiap orang akan belajar mendengar pendapat orang lain dan merekam masing-masing pendapat secara cermat dalam pikirannya, sebelum memutuskan pendapat apa yang terbaik menurut kelompok.

Media : -

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Bagilah peserta ke dalam kelompok-kelompok kecil (5-6 orang), 1 orang akan menjadi pembicara kelompok.

- Mintalah setiap kelompok untuk mendiskusikan tentang sepatu lapangan apa yang cocok untuk bekerja di 'lapangan' dan peralatan apa lagi yang dibutuhkan (waktunya sekitar 5 menit)
- Mintalah pembicara kelompok untuk mengingat pendapat yang berbeda dan pendapat yang sama dari setiap orang di kelompoknya masing-masing.
- Mintalah pembicara kelompok untuk menyampaikan hasil diskusi ini sekaligus memperkenalkan nama anggota kelompoknya dan apa pendapat orang – orang tersebut mengenai topik diskusi di atas.
- Setelah semua kelompok selesai, kemudian diskusikan: Apakah pembicara telah menyampaikan pendapat semua anggota kelompoknya secara tepat? Apa yang dikurangi? Apa yang ditambah? Apa yang tidak tepat.

6) Permainan 6 : komunikata

Tujuan : untuk melatih kerja sama dalam menyampaikan informasi kepada orang lain dan mengajukan pertanyaan atau pernyataan yang tepat.

Media : -

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Bagi 2 regu, masing-masing regu terdiri dari 5 orang.
- Pemimpin permainan membisikkan kalimat kepada ketua kelompok
- Pemimpin regu membisikkan kata atau kalimat dari satu anggota regu ke anggota yang lain
- Terakhir, pemain terakhir meneriakkan kata atau kalimat yang dibisikkan dari temannya.

7) Permainan 7 : Tembak Negara

Tujuan : untuk melatih konsentrasi, kerjasama tim dan merespon cepat

Media : -

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Bagi 6 regu, masing-masing regu terdiri dari 4/5 orang. Selanjutnya masing-masing kelompok memilih nama negara.
- Setiap anggota membuat barisan berdasarkan kelompoknya
- Bagi negara yang ditembak, setiap anggota negara tersebut merespon dengan ancang-ancang menembak

- Berikut respon orang pertama dengan berteriak “bersedia”, kedua berteriak “siap”, orang ketiga berteriak “tembak” dan orang terdepan meneriakkan nama negara yang akan ditembak.

8) Permainan 8 : Estafet Kelereng

Tujuan : untuk melatih kerja sama dan kekompakkan tim

Media : Kelereng dan sendok

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Peserta dibagi kedalam kelompok yang terdiri dari 5 orang
- Peserta berdiri membuat barisan dengan jarak 2 meter dengan barisan kelompoknya
- Setelah barisan rapi, semua peserta mulai menggigit gagang sendok
- Pemimpin permainan menaruh kelereng di orang pertama yang nantinya akan di oper ke temannya hingga ke ujung
- Kelompok yang paling cepat mengantarkan gundu tersebut sampai ke orang terakhir adalah pemenangnya

9) Permainan 9 : Estafet gelang

Tujuan : untuk melatih kerja sama dan kekompakkan tim

Media : sumpit dan gelang

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Peserta dibagi kedalam kelompok yang terdiri dari 5 orang
- Peserta berdiri membuat barisan dengan jarak 2 meter dengan barisan kelompoknya
- Setelah barisan rapi, semua peserta mulai menggigit sumpit
- Pemimpin permainan menaruh gelang di orang pertama yang nantinya akan di oper ke temannya hingga ke ujung
- Tim yang paling banyak mengumpulkan gelang adalah pemenangnya

10) Permainan 10 : Nilailah diriku

Tujuan : untuk mengetahui sifat apa yang disukai dan tidak disukai oleh teman

Media : kertas dan pulpen

Waktu : 30 menit

Langkah-langkah dalam melakukan permainan:

- Pemimpin meminta siswa menyiapkan selembar kertas dan pulpen, lalu di kertas tsb diberi nama
- Pemimpin menginstruksikan membuat tabel dengan kolom kiri "sifat yang disukai" dan yang kanan "sifat yang tidak disukai"
- Siswa duduk melingkar

- Kertas dioper kesebelah kanan, lalu tulis sifat yang disukai dan tidak disukai dari nama yang tercantum di kertas.

B. Kerangka Berpikir

Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan untuk membantu siswa mencapai tugas perkembangan. Sekolah tidak hanya mendidik siswa dalam aspek kognitif saja, tetapi juga mengembangkan aspek lainnya termasuk keterampilan sosial. Tetapi kenyataannya, dalam lingkungan sekolah banyak ditemukan masalah sosial, salah satunya adalah siswa terisolir. Keterisoliran tidak hanya terjadi pada tingkat SMP atau SMA/SMK, tetapi ada juga di SD. Padahal jika ditinjau dari fase perkembangan, pada usia tersebut merupakan usia berkelompok. Menjadi siswa yang terisolir bukanlah hal yang mengengakkan bagi yang mengalaminya. Apabila siswa terisolir dari lingkungan pergaulannya, maka akan berdampak buruk bagi kehidupan pribadi, motivasi belajar dan juga perkembangan kariernya. Oleh karena itu, peran guru bimbingan dan konseling di sekolah perlu ditunjukkan untuk mengatasi permasalahan siswa yang terisolir. Salah satunya melalui layanan responsif. Bentuk layanan responsif ini yaitu konseling, baik individu maupun kelompok. Berbagai teknik dapat digunakan dalam pelaksanaan konseling, salah satunya dengan menggunakan *Adlerian play therapy*. *Adlerian play therapy* adalah intervensi konseling yang didasarkan pada

prinsi-prinsip psikologi individu adler yang mengintegrasikan teknik non-direktif dan terknik bermain direktif. Pendekatan ini cocok untuk anak-anak yang memiliki konsep diri yang buruk, memiliki keterampilan kerjasama yang buruk dan keterampilan sosial yang lemah. Dalam hal ini, penelitian berupa konseling individu yang terdiri dari 4 fase yaitu: (1) Membangun hubungan egaliter, (2) Mengeksplorasi gaya hidup anak (3) Membantu anak memahami gaya hidupnya (4) reorientasi/reedukasi. Namun pada fase terakhir melibatkan kelompok (teman yang mengisolirnya). Keterlibatan kelompok dinilai lebih efektif karena anak dilibatkan langsung dengan teman-temannya melalui aktivitas permainan dalam upaya mengembangkan keterampilan sosialnya.

C. Penelitian yang Relevan

Penyusunan skripsi sangat diperlukan data pendukung yang relevan mengenai *Adlerian play therapy* dan juga keterampilan sosial. Ini diperlukan agar mempermudah peneliti untuk melihat sejauh mana keterampilan sosial siswa tersilir perlu diteliti.

Kristen K. Meany-Walen, Sue C. Bratton, dan Terry Kotman pernah melakukan penelitian menggunakan *Adlerian play therapy* untuk mengurangi perilaku yang mengganggu siswa (melanggar aturan, membuat masalah,

perilaku yang berlawanan, mencari perhatian, hiperaktif, atau agresif). Jumlah responden pada penelitian ini adalah 58 siswa Sekolah Dasar (SD) Amerika Serikat (48% Latin, 33% Eropa-Amerika, 19% Afrika-Amerika) yang diambil secara acak dengan partisipan siswa kelas I, II, dan III. Metode penelitian yang digunakan adalah *control group design* (*experimental group* dan *active control group*). Grup eksperimen yang diberikan treatment *AdPT* berjumlah 27 anak, sedangkan grup kontrol berjumlah 31 anak. Teknik pengumpulan data menggunakan *Teacher Report Instrument (TRF)*, *DOF*, dan *Index of Teaching Stress (ITS)*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan:

Tabel 2.2
Mean Scores on the Externalizing Scale of the Teacher's report Form (TrF),
Total Problems Scale and On-Task Scale of the Direct Observation Form (DOF),
and Total Stress Scale of the index of Teaching Stress (ITS)

Measure	Experimental Group			Control Group		
	<i>n</i>	Pretest	Posttest	<i>n</i>	Pretest	Posttest
TRF						
Externalizing	27			31		
<i>M</i>		65.67	64.22		66.00	67.55
<i>SD</i>		5.42	5.83		7.39	8.66
DOF						
Total Problems	26			28		
<i>M</i>		74.00	54.04		71.96	67.25
<i>SD</i>		11.66	7.51		11.71	10.59
On-Task	26			28		
<i>M</i>		33.08	40.15		33.79	33.21
<i>SD</i>		5.71	6.27		7.16	7.45
ITS						
Total Stress	27			31		
<i>M</i>		207.30	188.26		199.68	208.13
<i>SD</i>		53.08	53.51		58.20	70.04

Penurunan skor pada TRF, *DOF Total Problems* dan ITS menandakan perbaikan pada target perilaku, sedangkan peningkatan skor *DOF On-Task* menandakan perbaikan pada target perilaku. Dengan

demikian, dapat disimpulkan bahwa *Adlerian play therapy* efektif untuk menurunkan perilaku bermasalah yang dialami siswa di jenjang Sekolah Dasar (SD).³⁹ Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah *Adlerian play therapy* digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial dalam konteks layanan konseling individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Achmad Chusairi, Hamidah dan Tino Leonardi dengan subjek penelitian 11 siswa yang mengalami gangguan autisme di TK Citra Cendekia Sidoarjo, menyatakan bahwa terapi bermain sosial dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan sosial anak dengan gangguan autisme, dengan waktu penerapan 6 minggu serta dalam seminggunya dilaksanakan 5 hari.⁴⁰ Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah subjek penelitian tidak mengalami autisme sehingga waktu yang dilakukan relatif lebih cepat. Selain itu pendekatan permainan yang digunakan pun berbeda.

Penelitian yang serupa dilakukan oleh Euis Kurniati dengan judul program bimbingan untuk mengembangkan keterampilan sosial anak melalui permainan tradisional. Penelitian tersebut dilaksanakan di kelas 1, 2

³⁹ Kristin K. Meany-Walen, Sue C. Bratton, and Terry Kottman, *Effect of Adlerian Play Therapy on Reducing Students' Disruptive Behaviors*, *Journal of Counseling & Development*, volume 92. (January 2014)

⁴⁰ Achmad Chusairi, Hamidah, dan Tino Leonardi, 2004, Efektifitas Terapi Bermain Sosial Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Bagi Anak Dengan Gangguan Autism. Diakses dari <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/JURNAL%20DIKS-HAMIDAH.pdf>

dan 3 di SDN Bukanegara. Data dikumpulkan dengan menggunakan observasi, studi dokumentasi, dan interview. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu memberikan peranan positif terhadap pengembangan keterampilan sosial anak. Melalui permainan tradisional anak mampu mengembangkan kerjasama, mampu menyesuaikan diri, saling berinteraksi secara positif mampu mengontrol diri, mampu mengembangkan sikap empati terhadap teman, memiliki kemampuan dalam menaati aturan, serta menghargai orang lain. Hal yang berbeda dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah pendekatan dan jenis permainan yang digunakan. Pendekatan yang digunakan adalah *Adlerian play therapy*, sedangkan permainannya tidak spesifik permainan tradisional melainkan permainan umum.

D. Pengajuan Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir diatas maka hipotesis penelitian yang diajukan sebagai berikut: Terdapat pengaruh yang positif terhadap penggunaan *Adlerian play therapy* dalam layanan konseling individu terhadap keterampilan sosial siswa terisolir.