

**Pengembangan Model Permainan Kecil Berbasis *Play Therapy*
Untuk Mengurangi Trauma Pada Anak Usia 9-12 Tahun
Korban Bencana**



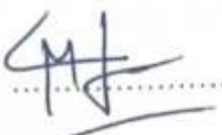
**Shofwah Labibah
1605621032**

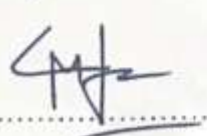
**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana**

**OLAHRAGA REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Masnur Ali, M.Pd NIP.199209012019031014		5-6-2026
Pembimbing II		
dr. Marco Ariono Nainggolan, Sp.K.O NIP. 198903262024061002		5-6-2026

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE NIP.197203022005011002		9-6-2026
Dzulfiqar Diyananda, S.T., M.Pd NIP. 199005172022031004		8-6-2026
Masnur Ali, M.Pd NIP.199209012019031014		5-6-2026
dr. Marco Ariono Nainggolan, Sp.K.O NIP. 198903262024061002		5-6-2026
Prof. Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.Si NIP.196911302000031001		5-6-2026

Tanggal Lulus : 9 Juni 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 04 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



Shofwah Labibah

NIM. 1605621032



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Shofwah Labibah
NIM : 1605621032
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Alamatemail : labibahshofwah2112@gmail.com

Demipengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul:

Pengembangan Model Permainan Kecil Berbasis *Play Therapy*

Untuk Mengurangi Trauma Pada Anak Usia 9-12 Tahun

Korban Bencana

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selam tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Nilai, 21 Juni 2026

Penulis

(Shofwah Labibah)

Pengembangan Model Permainan Kecil Berbasis *Play Therapy*
Untuk Mengurangi Trauma Pada Anak Usia 9-12 Tahun
Korban Bencana

ABSTRAK

Bencana bisa membuat anak-anak merasakan dampak psikologis, seperti merasa takut, cemas, mengalami mimpi buruk, dan menjauh dari lingkungan sosial. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk membantu anak yang mengalami trauma adalah dengan menggunakan terapi bermain atau *play therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model permainan kecil yang menggunakan terapi bermain. Pengembangan model ini ditujukan untuk membantu mengurangi trauma pada anak-anak berusia 9-12 tahun yang menjadi korban bencana di Kapuk Muara, Penjaringan, Jakarta Utara. Penelitian ini memakai metode *Research and Development* (R&D) dengan model ADDIE. Pengembangan model ini terdiri dari lima tahap, yaitu analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Penelitian ini melibatkan 15 anak yang menjadi korban bencana, dengan usia antara 9-12 tahun. Produk yang dikembangkan terdiri dari 21 model permainan kecil yang menggunakan terapi bermain. Permainan ini meliputi permainan yang bersifat ekspresif, sensorik, dan imajinatif. Instrumen yang dipakai untuk pre-test dan post-test dalam mengukur gejala trauma adalah *Child and Adolescent Trauma Screen* (CATS). Penelitian menunjukkan bahwa 21 model permainan yang telah dibuat telah di validasi oleh para ahli permainan dan psikologi, dan dinyatakan cocok untuk diterapkan. Pengembangan model permainan dirancang dengan cara yang sederhana, menarik, aman, dan mudah dipahami oleh anak-anak. Ini bisa digunakan sebagai media terapi bermain untuk membantu mengurangi gejala trauma pada anak-anak yang menjadi korban bencana. Hasil akhir dari penelitian ini adalah buku panduan yang berisi pengembangan model permainan kecil yang menggunakan terapi bermain. Buku ini bisa dipakai oleh relawan atau pendamping anak-anak yang menjadi korban bencana.

Kata Kunci: Model, Permainan Kecil, *Play Therapy*, Trauma, Anak Korban Bencana.

Developing a Small Game Model Based on Play Therapy
To Reduce Trauma in Children Aged 9-12
Disaster Victims

ABSTRACT

Disasters can cause psychological impacts on children, such as fear, anxiety, nightmares, and social isolation. One way to help children experiencing trauma is through play therapy. This study aims to develop a small game model that utilizes play therapy. This model is intended to help reduce trauma in children aged 9-12 who were victims of the disaster in Kapuk Muara, Penjaringan, North Jakarta. This study used the Research and Development (R&D) method with the ADDIE model. The development of this model consists of five stages: analysis, design, development, implementation, and evaluation. This study involved 15 children who were victims of the disaster, aged 9-12 years. The product developed consisted of 21 small game models that utilized play therapy. These games included expressive, sensory, and imaginative games. The instrument used for pre-test and post-test to measure trauma symptoms was the Child and Adolescent Trauma Screen (CATS). Research shows that 21 game models have been validated by game and psychology experts and are considered suitable for implementation. The game models are designed to be simple, engaging, safe, and easy for children to understand. They can be used as play therapy to help reduce trauma symptoms in children affected by disasters. The final result of this research is a guidebook containing the development of small game models using play therapy. This book can be used by volunteers or child advocates who are victims of disasters.

Keywords: Model, Small Games, Play Therapy, Trauma, Children Victims of Disaster.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat ALLAH SWT, karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Pengembangan Model Permainan Kecil Berbasis *Play Therapy* Untuk Mengurangi Trauma Pada Anak Usia 9-12 Tahun Korban Bencana. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga, program studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Bapak Dr. Drs. Zulham, M.Si. MCE Koordinator Program Studi Olahraga Rekreasi, Bapak Prof. Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.Si. Pembimbing Akademik, Bapak Masnur Ali, M.Pd Selaku Pembimbing I, Bapak dr. Marco Ariono Nainggolan, Sp.K.O Selaku Pembimbing II, Bapak Dr. Arisman, M.Pd Selaku Dosen Ahli Validasi Permainan, Ibu Dr. Mela Aryani, S.Si, M.Pd Selaku Ahli Validasi Psikologi, serta para Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada keluarga tercinta. Tak lupa terima kasih buat kedua orang tua yang selalu memberikan semangat hingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik. Terima kasih tak terhingga kepada sahabat terdekat serta lagu "*Coming of Age Story*" dan "*Live My Live*". Kesempurnaan hanya milik Allah SWT semata, dan skripsi ini pastinya tak lepas dari berbagai kekurangan, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua yang membacanya.

Jakarta, Juni 2026

SL

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORITIK	9
A. Konsep Pengembangan Model	9
1. Pengembangan Model ADDIE (Dick & Carry).....	12
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	14
C. Kerangka Teoritik	15
1. Trauma.....	15
2. <i>Play Therapy</i> (Terapi Bermain)	31
3. Permainan sebagai Alat Terapi Trauma	34
D. Kerangka Berpikir	39
E. Rancangan Model.....	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	43
A. Tujuan Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Pelaksanaan.....	43
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	43
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	44
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model	45
1. Penelitian Pendahuluan (<i>Analyze</i>).....	45
2. Perencanaan Pengembangan Model (<i>Design</i>)	49

F. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model	51
1. Telaah Pakar.....	51
2. Evaluasi Model	52
3. Revisi Model.....	52
G. Implementasi.....	53
H. Subjek Penelitian.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	55
A. Hasil Pengembangan Model	55
1. Hasil Analisis Kebutuhan	55
2. Model Draft Awal	56
3. Model Draft Final.....	59
B. Kelayakan Model	60
C. Efektivitas Model	63
D. Pembahasan	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	75
RIWAYAT HIDUP	113

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tahapan Model ADDIE	12
Gambar 3.1 ADDIE Model	45



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kerangka Berpikir	41
Tabel 2.2 Perencanaan Rancangan Model	42
Tabel 3.1 Perencanaan Model Permainan Kecil.....	46
Tabel 3.2 Rancangan Model.....	48
Tabel 3.3 Rancangan Pengembangan Model Permainan.....	50
Tabel 3.4 Nama Para Ahli Dalam Uji Justifikasi	51
Tabel 4.1 Saran dan Masukan dari Dosen Ahli Permainan	57
Tabel 4.2 Saran dan Masukan dari Dosen Ahli Psikologi	58
Tabel 4.3 Hasil Model Final.....	59
Tabel 4.4 Hasil Validasi Model Permainan Kecil Berbasis <i>Play Therapy</i> ..	61
Tabel 4.5 Data Awal (Pre-Test).....	65
Tabel 4.6 Hasil Pre-Test dan Post-Test.....	66
Tabel 4.7 Jumlah Akhir Pre-Test dan Post-Test.....	67

