

## Penerapan Metode Bimbingan Konseling Theraplay Pada Keluarga Anak Down Syndrom



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License CC-BY-NC-4.0 @2020 by author (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

(*Received:* Oktober-2024; *Reviewed:* November-2024; *Accepted:* November-2024;  
*Available online:* Desember-2024; *Published:* Desember-2024)

Nurul Mutahara<sup>1</sup>, Wizerty. A. Saleh<sup>2</sup>, Suciana latif<sup>3</sup>, Qawiyyan Fitri<sup>3</sup>, Nur Wulandani<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Khusus,

Universitas Negeri Makassar

Email: [Nurul.mutahara@unm.ac.id](mailto:Nurul.mutahara@unm.ac.id)

<sup>2,3,4</sup> Bimbingan dan Konseling,

Universitas Negeri Makassar

Email: [Nur.wulandani@unm.ac.id](mailto:Nur.wulandani@unm.ac.id)

**Abstract.** *This study aims to support families with children with special needs, particularly children with Down Syndrome, by implementing theraplay play therapy. Using a qualitative approach and a case study method, the research involved data collection through observation and interviews with a family of a child with special needs. The assessment was conducted based on nine aspects of the Family Quality of Life (FQoL) framework, identifying issues such as inconsistent parenting styles between parents, limited time spent with the child, and rejection of the special needs child by a sibling. The intervention included two sessions: a family discussion to address the identified issues and a theraplay session to foster positive interaction. The results demonstrated improved communication and collaboration between parents, increased understanding and acceptance among family members, and the creation of a positive family environment. Through joint play activities, the family built stronger bonds and developed warm and supportive relationships. This research emphasizes the significance of play-based therapeutic approaches like theraplay in improving family dynamics and supporting the development of children with special needs. The findings contribute to the understanding of holistic interventions for families facing similar challenges.*

**Keywords:** *D Theraplay; Guidance and Counseling; Down Syndrome; Family; Play Therapy*

**Abstrak.** *Penelitian ini bertujuan untuk kepada keluarga dengan anak berkebutuhan khusus, khususnya anak dengan Down Syndrome, melalui peneraan terapi bermain theraplay. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara. Assasment dilakukan berdasarkan Sembilan aspek Family Quality of Life untuk mengidentifikasi masalah seperti perbedaan pola asuh antara orangtua, keterbatasan waktu, dan penolakan terhadap anak berkebutuhan oleh salah satu saudara kandungnya. Intervensi mencakup dua sesi: diskusi keluarga untuk membahas permasalahan dan sesi theraplay untuk membangun interaksi positif. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan komunikasi dan kerja sama antara orang tua, pemahaman yang*

*lebih baik antar anggota keluarga, serta terciptanya lingkungan keluarga yang positif. Melalui kegiatan bermain bersama, keluarga membangun hubungan yang lebih erat dan suasana yang hangat serta mendukung. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan terapi berbasis permainan seperti theraplay dalam memperbaiki dinamika keluarga dan mendukung perkembangan anak berkebutuhan khusus. Temuan ini berkontribusi pada pemahaman tentang intervensi holistik untuk keluarga dengan tantangan serupa.*

**Kata kunci:** *Theraplay; Bimbingan Konseling; Down Syndrome; Keluarga; Terapi Bermain*

## PENDAHULUAN

Menurut Effendy (1998, hlm. 32) Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah suatu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Keluarga adalah pendidik yang utama dan pertama anak sejak bayi. Pihak pertama yang bertanggung jawab terhadap pembinaan anak adalah keluarganya. Namun tidak semua orang tua dapat mengasuh dan membimbingnya dengan baik. Banyak faktor dan permasalahan yang menyebabkan orang tua tersebut tidak dapat memainkan perannya dengan baik. Konseling merupakan salah satu cara yang tepat untuk membantu mengatasi berbagai permasalahan-permasalahan dalam hidup. Konseling membantu untuk mengidentifikasi masalah, mencari solusi atau alternatif yang tepat dan menyadarkan akan adanya potensi dari setiap manusia untuk dapat mengatasi berbagai permasalahannya sendiri.

Konseling keluarga pada dasarnya merupakan penerapan konseling pada situasi yang khusus. Konseling keluarga ini membantu memfokuskan pada masalah-masalah berhubungan dengan situasi keluarga dan penyelenggaraannya melibatkan anggota keluarga. Ada beberapa jenis teknik konseling keluarga dan jenis terapi bermain. Dari kasus yang kami temukan di lapangan terdapat keluarga yang mempunyai anak yang mengalami kebutuhan khusus, penerimaan keluarga tersebut sangat baik terhadap kehadiran anak berkebutuhan khusus. Tetapi keluarga belum memahami kondisi salah satu anggota keluarganya yang mengalami kebutuhan khusus. Sikap antara Ibu dan Bapak yang juga berbeda.

Berangkat dari kasus tersebut, kelompok mencoba membantu keluarga tersebut dengan jenis terapi bermain "theraplay. Theraplay adalah metode dalam treatment setelah adanya interaksi orangtua-anak yang sehat. Koller dan Booth (1997) menjelaskan hal ini, pendekatan yang intensif dalam jangka pendek adalah sebagai terapi dimana orang tua terlibat sebagai pengamat dan kemudian sebagai cotherapists. Jernberg (1993) membedakan theraplay dari pendekatan lain sebagai pendekatan yang lebih menyenangkan, tidak memerlukan beberapa mainan dan alat peraga. Permainan ini dimaksudkan untuk memungkinkan orang tua dan anak untuk mengembangkan kenangan interaksi positif, mendorong kepercayaan, dan memungkinkan mereka untuk bersantai bersama anggota keluarga. Theraplay ini berfokus pada aspek positif dari anak dan hubung orang tua untuk melakukan hal yang sama.

## METODE

Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan Kualitatif dengan Jenis penelitian studi kasus. Sampel penelitian dipilih berdasarkan kriteria keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Sampel penelitian ini adalah kasus tunggal dengan keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus tipe Down Syndrom. Pengumpulan data penelitian diperoleh dengan menggunakan instrument asesmen keluarga. Instrumen tersebut disusun berdasarkan sembilan aspek family quality of

Life (FQoL) yang dikemukakan oleh Brown, et al. (2006). Penelitian ini dilaksanakan selama 6 kali pertemuan dengan 2 kali tahap observasi dan 3 kali tahap pelaksanaan program intervensi theraplay pada keluarga.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Asesmen anak dilakukan melalui observasi disekolah selama 4 kali pertemuan dan di rumah selama 5 kali pertemuan. Aspek yang menjadi focus asesmen terdiri dari aspek perkembangan motorik, personal social, bahasa, dan kognitif. Hasil asesmen menunjukkan bahwa FT mengalami hambatan pada hampir semua aspek perkembangan. Aspek perkembangan motorik, FT mengalami hambatan dalam mewarnai gambar bentuk dengan rapih dan belum mampu menggunakan pisau dan garpu. Aspek perkembangan kognitif, FT mengalami hambatan dalam memahami konsep, merencanakan masa depan, dan penjumlahan. Aspek perkembangan bahasa dan bicara, FT mengalami hambatan dalam bahasa ekspresif dan reseptif. Pada aspek perkembangan personal social, FT mengalami hambatan yang sangat signifikan, dimana perkembangan FT belum mencapai hampir seluruh milestone yang ditetapkan sesuai usianya.

**Tabel. 3.1** Instrumen Perkembangan Motorik

No	Butir instrumen	Mampu	Belum mampu
1	Dapat berdiri seimbang dengan 1 kaki	✓	
2	Lari naik dan turun tangga dengan kaki melangkah bergantian	✓	
3	Melempar dan menangkap bola yang lebih kecil	✓	
4	Memukul bola dengan pemukul	✓	
5	Menggerakkan tetikus komputer	✓	
6	Mewarnai gambar bentuk dengan lebih rapi		✓
7	Lebih berhati-hati saat memanjat dan melompat dari ketinggian	✓	
8	Melakukan gerakan yang sama secara berulang-ulang	✓	
9	Menggunakan pisau dan garpu		✓
10	Memegang pensil dengan benar yaitu menggenggam kuat di dekat ujung pensil	✓	
11	Menulis bentuk seperti angka dan huruf	✓	

**Tabel 3.2** Instrumen Perseptual-Kognitif

No	Butir instrumen	Mampu	Belum mampu
1	Memahami konsep waktu sehari ada 24 jam		✓
2	Memahami konsep ukuran	✓	
3	Memahami sebab akibat dari sebuah situasi sederhana	✓	
4	Merencanakan masa depan		✓
5	Memamerkan kemampuan yang dimiliki kepada keluarga	✓	
6	Bisa membaca dan menceritakan kembali	✓	
7	Berhitung uang		✓
8	Menulis tapi kadang masih terbalik	✓	

**Tabel 3.3** Instrumen Bahasa dan Bicara

No	Butir instrumen	Mampu	Beum mampu
1	Bercerita tentang cerita pendek dan dongeng	✓	
2	Menggunakan susunan kalimat dan bahasa percakapan		✓
3	Menggunakan kata sifat dan kata keterangan		✓
4	Menggunakan gerak tubuh untuk menggambarkan percakapan		✓
5	Mengkritik hasil karyanya sendiri		✓
6	Membesar-besarkan sebuah kejadian		✓
7	Menjelaskan kejadian sesuai dengan kemauan atau kebutuhannya	✓	
8	Menggambarkan pengalaman secara rinci		✓
9	Memahami dan melaksanakan perintah dalam beberapa tahap		✓
10	Senang menulis pesan dan catatan singkat untuk temannya		✓

**Tabel 3.4** Instrumen Personal-Sosial

No	Butir instrumen	mampu	Belum mampu
1	Bekerjasama dengan orang yang lebih dewasa		✓
2	Menunjukkan kasih sayang kepada yang lebih dewasa	✓	
3	Bisa bercanda dalam kejadian sehari-hari	✓	
4	Bersikap lebih terbuka		✓
5	Senang mengambil tanggungjawab tetapi tidak terlalu menunjukkan		✓
6	Membangun persahabatan		✓
7	Lebih toleransi dalam permainan kelompok		✓
8	Mengeluh jika tidak tidak menyukai sesuatu	✓	
9	Menyalahkan orang lain atas kesalahannya		✓
10	Bermain dalam kelompok	✓	
11	Mencari teman yang sejenis kelamin sama		✓
12	Menunjukkan rasa khawatir, malu, sakit hati		✓
13	Bertanggungjawab dengan serius terhadap sesuatu		✓

Asesmen keluarga dilakukan melalui observasi dan wawancara. Observasi dan Wawancara dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Wawancara awal dilakukan secara terpisah antara Ibu dan Ayah. Hal ini dilakukan untuk mendapat informasi mendalam atas quality of Life keluarga tersebut. Wawancara dengan Ayah dilakukan pada tanggal 21 Oktober 2024 di rumah sepulang menjemput Fathan. Wawancara sengaja dilakukan sepulang menjemput FT karena pada saat itu Ibu masih berjualan. Sementara wawancara pada Ibu dilakukan pada tanggal 22 Oktober 2024 pukul 16.00 WIB di warung. Wawancara sengaja dilakukan pada sore hari karena pada sore hari warung Ibu sudah tidak begitu ramai dan Ayah juga tidak ada di warung. Wawancara dilakukan oleh tiga orang intervensionis, dua orang bertindak melakukan wawancara dengan Ibu sementara satunya mendokumentasikan wawancara. Wawancara tidak dilakukan secara bersama-sama oleh 3 intervensionis sekaligus untuk menghindari ketidaknyamanan Ibu dalam menjawab pertanyaan. Hasil wawancara kemudian digunakan untuk menyusun profil keluarga yang terdiri dari sebelas aspek. Aspek tersebut meliputi tipe keluarga, pola asuh keluarga, dan sembilan dimensi the family quality of life.

## Profil Keluarga

Tipe Keluarga : Nuclear Family (Keluarga Inti)  
 Pola Asuh Keluarga : Pola asuh otoriter dan pola asuh demokratis

Dimensi the family quality of life:

**Tabel 4.1** Dimensi *the family quality of life*

No.	Dimensi	Hasil
1	Kesehatan keluarga	Anggota keluarga memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik serta punya kesempatan untuk melakukan perawatan kesehatan
2	Kesejahteraan ekonomi	Semua kebutuhan keluarga dapat terpenuhi dan keluarga memiliki keuangan yang aman. Ibu sebagai tulang punggung keluarga bekerja sebagai penjual lotek dan rujak. Selain hasil dari berjualan lotek, ekonomi keluarga juga ditambah hasil pensiunan ayah.
3	Relasi dalam keluarga	Relasi dalam keluarga beraneka ragam. Relasi positif dalam keluarga terlihat dari adanya dukungan terhadap pekerjaan Ibu sebagai penjual lotek dan rujak, dimana setiap pagi anggota keluarga saling membantu menyiapkan perlengkapan yang dibutuhkan seperti mengulek bumbu, mengupas buah, membersihkan sayur, membawa sayur ke kios. Relasi negative ditunjukkan dengan penolakan kondisi FToleh kakaknya yang ke-2 dimana kakak enggan membantu orangtua mengasuh FTdan lebih senang menginap di rumah teman daripada musti di rumah dan ketemu FTketika ada waktu luang.
4	Dukungan dari orang lain	Anggota keluarga mendapatkan dukungan secara praktis dan emosional dari orang lain, seperti pelanggan Ibu di kios, teman-teman Ibu di kios, tetangga di rumah susun, serta guru FTyang sering mengomunikasikan perkembangan FTke orangtua.
5	Dukungan kelembagaan bagi anak berkebutuhan khusus	Anggota keluarga mendapatkan dukungan dari kelembagaan bagi anak berkebutuhan khusus yakni SLB I gowa tempat FT sekolah.
6	Pengaruh sistem nilai	Anggota keluarga belum mendapatkan bimbingan dan manfaat dari sistem nilai yang dianutnya.
7	Karir dan persiapan karir	Ayah mendapatkan penghasilan yang baik dalam pekerjaan akan tetapi akibat pengurangan karyawan sebagai dampak covid-19 terjadi penurunan kesejahteraan dalam keluarga. Semua anak mendapatkan pendidikan sebagai bekal untuk masa depan. Anak pertama berhasil menyelesaikan studi di bidang keperawatan, anak kedua dalam proses penyelesaian studi bidang manajemen, semetara FT sedang menempuh pendidikan khusus di SLB I gowa.
8	Pemanfaatan waktu luang dan rekreasi	Anggota keluarga memiliki kekurangan waktu bersama dalam melakukan aktivitas. Waktu luang bersama anak lebih banyak dimiliki oleh ayah yaitu dari anak bangun tidur hingga sore. Waktu kebersamaan dengan Ibu lebih banyak pada sore hari menjelang magrib hingga isya' karena pekerjaan Ibu dalam berdagang dimulai dari persiapan dini hari dan berakhir pada sore hari

		menjelang magrib. Setelah itu apabila Ibu merasa lelah maka Ibu hanya mengajak anak untuk segera tidur. Waktu kebersamaan dengan kakak ke dua sangat jarang dilakukan. Selagi ada waktu luang di rumah, kakak lebih senang tidur atau bermain game di kamar.
9	Interaksi dengan masyarakat	Anggota keluarga memiliki interaksi yang baik dengan komunitas masyarakat sekitar, hal ini didukung dengan posisi rumah yang berada di rumah susun.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan jika:

1. Berdasarkan hasil asesmen yang dilakukan, terdapat beberapa permasalahan dalam keluarga tersebut. Adapun permasalahan tersebut adalah (1) Pola asuh kedua orang tua dimana Ibu lebih cenderung menerapkan pola asuh demokratis, sementara ayah lebih cenderung menerapkan pola asuh permisif. Tidak adanya kesepakatan pola asuh terhadap anak menyebabkan kurangnya komunikasi dan kebersamaan di keluarga, (2) Sedikitnya waktu anak dan orang tua beraktivitas di luar rumah karena kesibukan orangtua pada pembagian tugasnya masing-masing, serta (3) Penolakan atas kondisi FT yang memiliki kebutuhan khusus oleh kakak kedua. Selain permasalahan keluarga, hasil asesmen juga menggambarkan akan potensi yang dimiliki keluarga tersebut. Potensi tersebut adalah (1) adanya penerimaan dari orang tua atas kebutuhan khusus yang dimiliki Fathan, (2) Ayah yang memiliki banyak waktu bersama anak, (3) Anak yang menuruti perkataan Ibu, (4) Kakak kedua yang tinggal serumah dengan FT dan memiliki waktu luang bersama Fathan.
2. Metode konseling yang dirancang menggunakan terapi bermain *theraplay*.
3. Pelaksanaan konseling keluarga dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilakukan dengan diskusi bersama keluarga mengenai kondisi Fathan, permasalahan yang dialami keluarga dengan keberadaan FT sebagai anak yang memiliki kebutuhan khusus, serta *shareing* bagaimana sebaiknya memecahkan permasalahan tersebut. Pertemuan kedua dilakukan dengan bermain bersama. Tujuan dari permainan ini untuk memungkinkan orang tua dan anak untuk mengembangkan kenangan interaksi positif, mendorong kepercayaan, dan memungkinkan mereka untuk bersantai bersama anggota keluarga

## Pembahasan

Konseling pertama dilakukan bersama ayah, ibu, kakak ke dua dan Fathan. Hasil konseling yang dilakukan berhasil mengungkap berbagai permasalahan dalam keluarga dan memecahkan bersama permasalahan tersebut. Permasalahan yang diperoleh dari pertemuan pertama yaitu (1) pola asuh kedua orang tua dimana Ibu lebih cenderung menerapkan pola asuh demokratis, sementara ayah lebih cenderung menerapkan pola asuh permisif. Tidak adanya kesepakatan pola asuh terhadap anak menyebabkan kurangnya komunikasi dan kebersamaan di keluarga, (2) sedikitnya waktu anak dan orang tua beraktivitas di luar rumah karena kesibukan orangtua pada pembagian tugasnya masing-masing, serta (3) penolakan atas kondisi FT yang memiliki kebutuhan khusus oleh kakak kedua. Berbagai permasalahan yang terungkap dalam konseling tersebut mulai dibahas satu persatu untuk mencari solusi pemecahannya. Dalam pelaksanaannya, keluarga yang mencari solusi dari permasalahan tersebut sementara konselor memfasilitasi masing-masing solusi yang diberikan oleh anggota keluarga. Permasalahan ketidaksepakatan pola pengasuhan keluarga akhirnya disepakati untuk melatih anak mandiri dimana Ayah mulai tidak melayani semua kebutuhan FT tetapi lebih melatih FT untuk memenuhi kebutuhannya tersebut.

Permasalahan kesibukan orangtua dalam pembagian tugas disepakati untuk meluangkan waktu bersama untuk jalan-jalan seperti bersilaturahmi ke keluarga. Permasalahan penolakan kakak ke dua atas kondisi FT yang memiliki kebutuhan khusus, mulai diberikan pemahaman oleh orangtua mengenai peran pengganti orangtua jika orangtua sedang tidak di rumah atau semakin tua. Ayah dan ibu juga memberikan berbagai solusi dari alasan kakak menolak Fathan, seperti jika FT mengamuk minta mainan di pasar dan kakak tidak membawa uang, izin saja bahwa FT adalah putra penjual rujak di depan rusun dan uangnya akan diganti esok hari ketika Ibu ke pasar membeli dagangan. Konselor juga menjelaskan kondisi FT yang memiliki kebutuhan khusus. Akhirnya kakak mulai memahami dan jika suatu saat dimintai tolong mengantar atau menjemput FT disekolah tidak menolak dan mencari alasan lagi. Konseling kedua berupa terapi permainan jenis *theraplay* dilakukan pada hari Minggu.

Anak-anak dengan Down syndrome sering menghadapi berbagai tantangan dalam perkembangan sosial dan emosional, seperti kesulitan dalam berinteraksi sosial, penurunan keterampilan komunikasi, serta tingkat kecemasan dan agresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak seusia mereka tanpa kondisi tersebut. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa terapi bermain, seperti *Theraplay*, memiliki potensi besar untuk membantu mengatasi tantangan tersebut. Falsafinejad et al. (2018) dalam penelitiannya mengenai terapi bermain boneka menemukan bahwa penggunaan metode ini dapat meningkatkan keterampilan sosial pada anak-anak dengan Down syndrome serta mengurangi perilaku agresif mereka. Terapi ini tidak hanya membantu anak-anak mengekspresikan diri melalui permainan simbolik, tetapi juga memberikan kesempatan bagi mereka untuk memahami dan merespons emosi secara lebih sehat (Falsafinejad et al., 2018). Selain itu, studi mengenai penerapan *Theraplay* dalam bimbingan konseling keluarga dengan anak yang memiliki Down syndrome menunjukkan dampak positif yang signifikan terhadap hubungan orang tua-anak, pengurangan stres orang tua, serta perbaikan dalam komunikasi dan dinamika interaksi keluarga. *Theraplay* membantu orang tua untuk lebih memahami kebutuhan emosional anak dan meningkatkan ikatan antara keduanya, sekaligus mengurangi kecemasan orang tua dalam merawat anak dengan Down syndrome. Penelitian oleh Thalia et al. (2022) juga mendukung efektivitas intervensi berbasis terapi bermain, di mana pelatihan dramatherapy secara signifikan meningkatkan kemampuan bahasa ekspresif anak-anak dengan Down syndrome setelah mengikuti program tersebut. Selain itu, penelitian oleh Adamiat et al. (2019) menunjukkan bahwa terapi bermain efektif dalam mengurangi gangguan perilaku pada anak-anak dengan Down syndrome, dengan hasil yang signifikan secara statistik ( $p < 0,01$ ). Studi ini menekankan pentingnya terapi bermain sebagai metode yang sesuai untuk mengurangi gangguan perilaku pada anak-anak dengan Down syndrome. Penelitian oleh Chang et al. (2021) menunjukkan bahwa *Theraplay* dapat menyebabkan perubahan signifikan dalam komunikasi sosial pada anak-anak dengan gangguan spektrum autisme (ASD). Meskipun studi ini berfokus pada anak-anak dengan ASD, temuan ini mendukung penggunaan *Theraplay* dalam meningkatkan komunikasi sosial, yang relevan bagi anak-anak dengan Down syndrome yang menghadapi tantangan serupa.

Sebuah studi oleh Alfithah & Fadilah (2025) menunjukkan bahwa pasangan yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) dapat mencapai kepuasan perkawinan meskipun menghadapi tantangan yang sama, menekankan pentingnya dukungan emosional dan komunikasi dalam keluarga. Selain itu, terapi bermain telah terbukti efektif dalam mengurangi gangguan perilaku dan meningkatkan komunikasi sosial. Penelitian oleh Muqoddam et al. (2023) menunjukkan bahwa anak-anak dengan ASD yang terlibat dalam terapi bermain mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial dan pengurangan perilaku yang tidak diinginkan, yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan dapat menjadi alat yang berharga dalam mendukung perkembangan anak-anak dengan kebutuhan khusus.

Temuan ini penting karena Theraplay, sebagai pendekatan terapi berbasis interaksi dan permainan, belum banyak dieksplorasi dalam konteks keluarga dengan anak-anak penyandang down syndrome. Intervensi yang berfokus pada peningkatan hubungan orang tua-anak ini dapat memberikan solusi praktis dan berbasis hubungan dalam mengatasi tantangan keluarga yang merawat anak dengan kebutuhan khusus. Selain itu, temuan ini memperlihatkan bahwa keterlibatan aktif keluarga dalam terapi dapat meningkatkan keberhasilan intervensi, berbeda dengan pendekatan yang hanya menekankan pada anak. Oleh karena itu, terapi berbasis keluarga ini sangat penting untuk diterapkan di setting klinis dan bisa menjadi model untuk terapi lainnya di masa depan. Orang tua yang terlibat dalam proses terapi ini juga melaporkan penurunan kecemasan mereka, yang berkontribusi pada hubungan yang lebih positif dengan anak-anak mereka (Pourmohamadreza-Tajrishi et al., 2015). Oktarina (2023) juga menemukan bahwa pendampingan orang tua melalui terapi bermain dapat meningkatkan pemahaman orang tua mengenai manfaat terapi bermain dalam optimalisasi tumbuh kembang anak Down syndrome. Siron et al. (2020) menekankan pentingnya keterlibatan orang tua dalam terapi wicara anak Down syndrome, yang dapat meningkatkan kemampuan komunikasi anak dan memperkuat hubungan orang tua-anak. Selain itu, Rahmawato (2019) mengembangkan program konseling keluarga berbasis kualitas hidup keluarga (Family Quality of Life) untuk orang tua yang memiliki anak Down syndrome, yang bertujuan untuk meningkatkan hubungan keluarga, pemanfaatan waktu luang, dan dukungan dari lembaga disabilitas.

Hasil studi menunjukkan bahwa orang tua yang terlibat aktif dalam terapi Theraplay mengalami penurunan kecemasan yang signifikan serta perbaikan interaksi dengan anak, dengan observasi sesi terapi menunjukkan peningkatan frekuensi interaksi positif yang sebelumnya didominasi ketegangan. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menunjukkan bahwa terapi berbasis hubungan seperti Theraplay memperkuat ikatan emosional keluarga dan berpengaruh besar terhadap perkembangan sosial-emosional anak-anak dengan disabilitas. Theraplay terbukti efektif meningkatkan kualitas interaksi orang tua-anak dan mengurangi kecemasan, terutama pada anak-anak dengan disabilitas atau gangguan kecemasan melalui permainan yang terstruktur dan berbasis keterikatan (Howard et al., 2018). Pada anak-anak dengan gangguan spektrum autisme (ASD), intervensi Theraplay menunjukkan perbaikan signifikan dalam komunikasi sosial dan interaksi (Chang et al., 2021). Selain itu, Theraplay efektif dalam mengurangi kecemasan serta meningkatkan kemampuan sosial dan regulasi emosional anak-anak (Nursanaa & Ady, 2020; Chermahini & Bahrami, 2022). Orang tua juga melaporkan penurunan kecemasan karena peningkatan efikasi diri dan regulasi emosional anak (Chermahini & Bahrami, 2022). Fokus Theraplay pada keterikatan memperkuat ikatan emosional dalam keluarga, meningkatkan penyesuaian sosial, dan mengurangi masalah perilaku (Chermahini & Bahrami, 2022; Salo et al., 2020). Terapi ini juga meningkatkan sensitivitas dan responsivitas orang tua terhadap anak melalui pendekatan yang terstruktur dan menyenangkan (Salo et al., 2020). Meski hasilnya menjanjikan, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menguji efektivitas Theraplay di berbagai populasi dan setting dengan sampel yang lebih besar dan beragam (Howard et al., 2018; Chang et al., 2021).

Studi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan theraplay untuk anak-anak dengan gangguan perkembangan lainnya, seperti autisme atau trauma. Penelitian-penelitian terkini telah menunjukkan bahwa theraplay efektif dalam meningkatkan keterikatan orang tua-anak dan mengurangi perilaku agresif atau kecemasan pada anak-anak dengan kebutuhan khusus. Sebagai contoh, sebuah studi yang dilakukan oleh Hadiprodjo et al. (2018) mengkaji aplikasi theraplay pada anak-anak dengan gangguan perkembangan dan trauma, menemukan bahwa terapi ini membantu memperbaiki interaksi keluarga serta menurunkan tingkat kecemasan dan perilaku agresif anak (Hadiprodjo, 2018). Demikian pula, penelitian yang dilakukan oleh Money (2020) mengenai penerapan theraplay untuk anak-anak dengan gangguan keterikatan dan trauma perkembangan menunjukkan hasil serupa, di mana orang tua dan anak mengalami peningkatan dalam hubungan emosional dan keterikatan yang lebih positif (Money, 2020). Penelitian-penelitian ini mendukung temuan yang menunjukkan bahwa theraplay dapat meningkatkan kualitas interaksi dan memperbaiki

kesejahteraan emosional baik anak maupun orang tua.

Penelitian-penelitian terkini mendukung efektivitas *theraplay* dalam meningkatkan keterikatan orang tua-anak serta mengurangi perilaku bermasalah pada anak-anak dengan kebutuhan khusus. Sadeghi Amrabadi et al. (2022) melakukan studi kuasi-eksperimental terhadap 32 anak usia 8–12 tahun dengan gangguan keterikatan reaktif di Tehran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi bermain berbasis keterikatan (*Theraplay*) secara signifikan mengurangi gejala gangguan keterikatan reaktif, termasuk perilaku antisosial, impulsivitas, dan paksaan, dengan efek positif yang bertahan hingga tiga bulan setelah intervensi. Salo et al. (2020) melakukan studi percontohan terhadap 18 anak usia 4–8 tahun dengan gangguan emosional dan perilaku di Finlandia, dan menemukan bahwa terapi *Theraplay*® meningkatkan kualitas interaksi orang tua-anak serta menurunkan gejala internalisasi (seperti kecemasan) dan eksternalisasi (seperti agresi). Selanjutnya, Bijari et al. (2023) membandingkan efektivitas terapi bermain berbasis keterikatan dan terapi bermain berbasis hubungan orang tua-anak pada 45 anak dengan kesulitan belajar, di mana kedua pendekatan tersebut menunjukkan penurunan signifikan dalam gangguan perilaku internalisasi dan eksternalisasi yang bertahan dalam jangka panjang. Najmi et al. (2024) juga meneliti efektivitas terapi bermain berbasis keterikatan pada anak-anak usia 5–6 tahun dengan gangguan kecemasan perpisahan di Tehran, dan menemukan bahwa terapi ini secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak tersebut. Mendukung temuan-temuan tersebut, France et al. (2023) melalui tinjauan *scoping* terhadap 11 studi yang menggunakan *Theraplay*® sebagai intervensi untuk anak-anak dan keluarga dengan berbagai kesulitan, menunjukkan bahwa *Theraplay*® digunakan dalam berbagai konteks dan secara konsisten menghasilkan peningkatan hubungan emosional orang tua-anak serta kesejahteraan emosional anak.

Beberapa studi terkini telah menunjukkan bahwa *theraplay* efektif dalam meningkatkan keterikatan orang tua-anak dan mengurangi perilaku agresif atau kecemasan pada anak-anak dengan kebutuhan khusus. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Siu (2014) menunjukkan bahwa *theraplay* membantu meningkatkan keterampilan sosial pada anak-anak dengan gangguan perkembangan, termasuk *down syndrome*, dan efektif dalam mengurangi perilaku agresif serta meningkatkan keterikatan dengan orang tua (Siu, 2014). Penelitian ini juga sejalan dengan temuan dalam buku oleh Munns & Munns (2015) yang menggambarkan bagaimana *theraplay* dapat digunakan dalam konteks keluarga untuk meningkatkan keterikatan orang tua-anak, dengan hasil yang sangat positif pada anak-anak dengan *down syndrome* yang sering mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang kuat dengan orang tua mereka (Munns & Munns, 2015).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rezaee & Rasouli (2020) mengungkapkan bahwa teknik terapi bermain, termasuk *theraplay*, berperan penting dalam meningkatkan keterampilan sosial dan mengurangi kecemasan pada anak-anak dengan *down syndrome*, yang sering kali kesulitan dalam berinteraksi sosial karena keterbatasan perkembangan (Rezaee & Rasouli, 2020). Hasil-hasil ini mendukung temuan dalam penelitian ini, yang menunjukkan bahwa *theraplay* dapat meningkatkan interaksi positif antara orang tua dan anak serta membantu mengurangi stres dan kecemasan yang sering dihadapi oleh keluarga dengan anak-anak yang memiliki *down syndrome*. Hasil Penelitian lain oleh Ersan dan Tümlü (2024) menunjukkan pentingnya pendekatan keluarga dalam terapi, yang memperhitungkan kesejahteraan saudara kandung, bukan hanya anak dengan disabilitas. Ini menawarkan pandangan baru dalam perawatan keluarga yang lebih holistik.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa *theraplay* efektif dalam meningkatkan keterikatan orang tua-anak, tetapi sebagian besar penelitian tersebut dilakukan dalam konteks budaya tertentu. Belum ada cukup penelitian yang mengeksplorasi bagaimana *theraplay* dapat diterapkan pada keluarga dengan latar belakang budaya yang beragam atau dalam masyarakat dengan sistem sosial yang berbeda. Hal ini bisa menjadi gap yang penting dalam penelitian ini, dengan meneliti bagaimana pendekatan berbasis keluarga ini bisa disesuaikan dengan budaya dan nilai-nilai keluarga yang

berbeda, khususnya di Indonesia. Selain itu, *Research gap* utama dalam penelitian ini terletak pada penerapan *theraplay* yang lebih holistik dengan melibatkan seluruh keluarga, termasuk interaksi dengan saudara kandung, serta kajian jangka panjang dan pengaruh multikultural dalam konteks keluarga yang berbeda. Penelitian ini memiliki peluang untuk mengisi kekosongan ini dengan memberikan wawasan baru yang dapat membantu praktisi terapi dalam merancang intervensi yang lebih inklusif dan berdampak pada kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Meskipun *Theraplay* terbukti efektif dalam penelitian ini, terdapat kemungkinan bahwa faktor lain juga turut berkontribusi terhadap perbaikan hasil terapi, seperti kepribadian orang tua, dukungan sosial, serta pengalaman orang tua sebelumnya dengan terapi. Keberhasilan terapi ini mungkin juga dipengaruhi oleh motivasi dan komitmen orang tua untuk menjalani terapi secara konsisten. Oleh karena itu, studi lanjutan yang mampu memisahkan faktor-faktor tersebut perlu dilakukan agar dapat memastikan bahwa efek positif yang ditemukan benar-benar berasal dari intervensi *Theraplay* itu sendiri. Temuan ini memiliki relevansi klinis yang penting karena memberikan bukti bahwa *Theraplay* dapat menjadi pilihan terapi efektif untuk meningkatkan interaksi keluarga, khususnya pada kasus anak-anak dengan *Down Syndrome*. Intervensi ini dapat diterapkan oleh profesional di bidang terapi keluarga dan psikologi anak sebagai alternatif dari terapi konvensional, yang umumnya lebih berfokus pada individu tanpa melibatkan seluruh keluarga. Dengan menggunakan pendekatan berbasis keluarga, kualitas hidup keluarga dapat diperkuat, stres orang tua dapat dikurangi, serta dukungan holistik terhadap anak dapat ditingkatkan. Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan potensi yang menjanjikan, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan.

Studi ini menggunakan desain kualitatif dengan ukuran sampel yang kecil, sehingga membatasi kemampuan untuk menggeneralisasikan temuan. Selain itu, desain penelitian yang mengandalkan observasi langsung dan wawancara orang tua berisiko menghasilkan bias, serta mungkin tidak sepenuhnya merepresentasikan dinamika terapi yang lebih kompleks. Durasi terapi yang relatif singkat juga menjadi keterbatasan, karena kemungkinan belum mencerminkan potensi manfaat jangka panjang dari *Theraplay*. Untuk itu, penelitian lanjutan disarankan menggunakan studi longitudinal guna mengevaluasi dampak jangka panjang *Theraplay* terhadap perkembangan anak dan dinamika keluarga. Selain itu, penelitian dengan jumlah sampel lebih besar diperlukan untuk meningkatkan kekuatan statistik dan generalisasi hasil. Eksperimen kontrol acak juga penting untuk memastikan bahwa efek yang diamati benar-benar berasal dari intervensi *Theraplay*, bukan dari faktor eksternal seperti perubahan lingkungan atau dukungan sosial yang tidak terkontrol. Penelitian di berbagai budaya dan latar belakang keluarga juga perlu dilakukan untuk memahami sejauh mana *Theraplay* dapat diterapkan di berbagai konteks sosial dan budaya.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil asesmen yang dilakukan terhadap anak dan orang tua, kelompok maka dapat disimpulkan bahwa keluarga tersebut mempunyai permasalahan sebagai berikut : (1) Pola asuh kedua orang tua dimana Ibu lebih cenderung menerapkan pola asuh demokratis, sementara Ayah lebih cenderung menerapkan pola asuh permisif. Tidak adanya kesepakatan pola asuh terhadap anak menyebabkan kurangnya komunikasi dan kebersamaan di keluarga, (2) Sedikitnya waktu anak dan orang tua beraktifitas di luar rumah karena kesibukan orangtua pada pembagian tugasnya masing-masing, serta (3) Penolakan atas kondisi Fathan yang memiliki kebutuhan khusus oleh kakak kedua.

Berangkat dari permasalahan yang di dapat berdasarkan hasil asesmen, kelompok mencoba membantu keluarga tersebut dengan cara melakukan konseling keluarga. Terapi yang digunakan dalam pelaksanaan konseling keluarga adalah "theraplay". Hasil dari pelaksanaan konseling keluarga yaitu ayah dan ibu belajar untuk bekerjasama dalam menghadapi anak seperti pada permainan yang dilakukan. Ayah dan ibu yang sebelumnya hampir tidak pernah bersama melakukan kegiatan dengan fathan pada saat bermain dalam sesi terapi ayah dan ibu terlihat mau belajar untuk bekerjasama. Selama ini, ayah berasumsi bahwa ketika ayah ada dirumah, fathan

tidak bisa belajar bersama ibu yang tegas. Karena jika ada ayah, fathan akan lebih sering menunjukkan sikap manja. Oleh karena itu, ayah memberi toleransi waktu ibu bersama fathan dan ayah beraktifitas diluar rumah. Dari kegiatan tersebut, team konselor berupaya membangun interaksi dan komunikasi yang positif dalam keluarga. Melalui kegiatan bermain bersama, keluarga dapat merasakan suasana keakraban dan kehangatan dalam keluarga. Fathan juga terlihat antusias bermain bersama ayah dan ibu.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ersan, B., & Tümlü, G. (2024). Living in the Shadow of a Sibling with Disabilities: Experiential Play Therapy from the Perspective of Parents. *Anadolu Journal of Special Education*.
- Falsafinejad, M. R., et al. (2018). *Effectiveness of puppet play therapy on adaptive behavior and social skills in boy children with intellectual disability*. *Caspian Journal of Pediatrics*.
- Hadiprodjo, N., McIntosh, S., & Woods, K. (2018). *Clinical applications of the polyvagal theory and attachment theory to play therapy for children with developmental trauma*.
- Money, R. (2020). *Theraplay for attachment-related challenging behaviour: A case series approach*.
- Munns, E., & Munns, C. (2015). *Including Families in Theraplay with Children*. In *Counseling Families: A Play-based Treatment* (pp. 21-45).
- Pourmohamadreza-Tajrishi, M., et al. (2015). *The effect of problem-focused coping strategy training on psychological symptoms of mothers of children with Down syndrome*. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*.
- Rezaee, S., & Rasouli, A. (2020). *The Effectiveness of Sand Play Therapy on Social Skills, Anxiety, and Aggression in Children with Down Syndrome*. *Journal of Exceptional Children*.
- Siu, A. F. Y. (2014). *Effectiveness of Group Theraplay® on enhancing social skills among children with developmental disabilities*. *International Journal of Play Therapy*.
- Yulismi. (2016). KONSELING KELUARGA PADA KELUARGA DENGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
- Hiles Howard, A. R., Lindaman, S., Copeland, R., & Cross, D. R. (2018). Theraplay impact on parents and children with autism spectrum disorder: Improvements in affect, joint attention, and social cooperation. *International Journal of Play Therapy*, 27(1), 56.
- Chang, Y., Kim, B., & Youn, M. (2021). Changes in children with autism Spectrum disorder after Theraplay application. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 32(3), 112.
- Nursanaa, W. D., & Ady, I. N. C. (2020, January). Play therapy for children with anxiety disorders. In *5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019)* (pp. 81-86). Atlantis Press.
- Sadeghy, M., Akbari Chermahini, S., Bahrami, A., & Seyed Mousavi, P. S. (2022). Effectiveness of attachment-based theraplay on parental self-efficacy, emotion regulatoin and social adjustment in children with separation anxiety: A case report. *Applied Psychology*, 16(2), 107-32.
- Salo, S., Flykt, M., Mäkelä, J., Lassenius-Panula, L., Korja, R., Lindaman, S., & Punamäki, R. L. (2020). The impact of Theraplay® therapy on parent-child interaction and child psychiatric symptoms: a pilot study. *International Journal of Play*, 9(3), 331-352.
- Sadeghi Amrabadi, Z., Esteki, M., Pooshneh, K., & Salehi, M. (2022). Effectiveness of Theraplay on Reactive Attachment Disorder in Children Aged 8-12 Years. *Journal of Applied Family Therapy*, 3(4), 479-492.
- Bijari, T., Jafar Tabatabaei, T. S., Jafar Tabatabaei, S. S., & Shahabizadeh, F. (2025). Comparison of the Effectiveness of Parent-Child Relationship-Based Play Therapy and Attachment-Based Play Therapy on Internalizing and Externalizing Behavioral Disorders in Children with Learning Disabilities. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*, 6(1), 19-28. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.6.1.3>

- Najmi, M., Ghorban Jahromi, R., Sadipour, E., & Karimzadeh, M. (2024). Comparing the effectiveness of attachment-based play therapy and parent-child relationship therapy on the psychological well-being of children with separation anxiety disorder. *Journal of Psychological Science*, 23(140), 123-144.
- France, L. A., McIntosh, S., & Woods, K. (2023). Using Theraplay® to support children and families: a scoping review. *Early Child Development and Care*, 193(9-10), 1097-1111.
- Oktarina, M. (2024). Pendampingan orang tua anak down syndrome dengan terapi bermain untuk optimalisasi tumbuh kembang anak down syndrome di Kantor POTADS Indonesia. *Abdimas Siliwangi*, 7(3), 589-599.
- Siron, Y., Firliyani, N., & Chairunisa, S. R. (2020). Bagaimana Keterlibatan Orang Tua Dalam Terapi Wicara Anak Down Syndrome. *PAUDIA: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 25-39.
- Rahmawati, S. D. (2019). *Program Konseling Keluarga Berbasis Family Quality Of Life Untuk Orangtua Yang Memiliki Anak Down Syndrome* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Thalia, S., Arviana, B. N., Andrea, R., & Wardani, R. (2022). Mengembangkan Bahasa Ekspresif Anak Down Syndrome dengan Pelatihan Dramatherapy. *Jurnal Atma Inovasia*, 2(6), 624-630.
- Adamiat, A., Varasteh, A., & Nezamdoust, A. (2019). The effectiveness of play therapy in reducing behavioral disorders in children with down syndrome. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 5(4), 218-227.
- Chang, Y., Kim, B., & Youn, M. (2021). Changes in children with autism Spectrum disorder after Theraplay application. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 32(3), 112.
- Alfita, L., & Fadilah, R. (2025). Self-Acceptance Stage Ibu yang memilili Anak Down Syndrome. *JURNAL MANAJEMEN PENDIDIKAN DAN ILMU SOSIAL*, 5(1), 635-642. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v6i1.3475>
- Muqoddam, F., Yoenanto, N. H., & Suminar, D. R. (2023). "Together We Are Stronger": Pencapaian Kepuasan Perkawinan Pasangan dengan Anak Penyandang Autism Spectrum Disorder (ASD). *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 1-24.