MUHAFADZAH
Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam
Jurnal Muhafadzah: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam
Volume. 3, Number. 1, November. 2022, Hlm: 37 - 39
p-ISSN: 2827-8011, e-ISSN: 2775-1112
https://e-journal.iai-al-azhaar.ac.id/index.php/muhafadhah

MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA DENGAN TEKNIK *PLAY THERAPY* DALAM KONSELING INDIVIDU

Fauzan Repi[1], M. Zuhdy Mukromin Khamzah[2], Bramana Nanditya Putra[3]
[1,2,3] Bimbingan Konseling Pendidikan Islam IAI Al-Azhar Lubuklinggau
[1,2]mzuhdy26@gmail.com, [3]bramana@iai-al-azhaar.ac.id

Abstrak: *Konseling merupakan sebuah wadah untuk membantu sesama dan untuk mengurangi masalah didalam masyarakat. Sering terjadi tidak adanya penyelesaian suatu hal yg dihadapi oleh seseorang oleh karena itu peran ini diperlukan. Seiring dengan perkembangan zaman sudah banyak sekali pengalaman yang dapat diambil, bahwa manusia itu adalah makhluk sosial yang artinya saling membutuhkan. Dan metode atau teknik yang akan digunakan dalam hal ini ada banyak sekali,maka dari itu metode yang akan digunakan ialah play therapy, metode atau teknik ini sudah lama dilakukan karena sesuai dengan berbagai umur walaupun sering digunakan untuk anak-anak 10-14 tahun. teknik ini juga bisa untuk kalangan dewasa disebabkan oleh Play therapy ini memiliki banyak konsep pelaksanaan serta memiliki seni dalam mempraktekkannya. Bukan hanya membantu tetapi juga bisa memberi warna dalam sebuah kegiatan, sehingga klien dalam konseling dapat menemukan penyelesaian masalah (problem solver). Jadi rasa percaya diri akan timbul sehingga dapat meningkatkan keterampilan melakukan suatu kegiatan ataupun problematika kehidupan sehari-hari, apabila rasa percaya diri sudah ada dan rasa semangat dalam diri untuk melakukan suatu hal maka keterampilan akan terus terasa dan itu dapat menjadi bekal untuk masa depan. Karena ada rasa yakin akan hal tersebut serta tidak takut untuk mengalami kegagalan, karena kegagalan akan dijadikan sebagi sebuah doping penyemangat dalam mencapai kesuksesan serta ketrampilan yang sudah terasah dengan baik.*

Kata kunci: *Konseling, Play therapy dan Keterampilan*

PENDAHULUAN

Keterampilan sosial merupakan salah satu hal penting dalam kehidupan begitu pula setiap siswa-siswi di sekolah. Dengan adanya keterampilan sosial yang baik maka siswa dalam mengembangkan dirinya dengan optimal baik dalam hal akademis maupun non akademis. Oleh karena itu keterampilan dapat dijadikan tolak ukur untuk kemampuan siswa, ada juga siswa ataupun siswi yang memiliki keterampilan yang kurang baik oleh sebab itu diperlukan sebuah usaha untuk memperbaiki keterampilan siswa ataupun siswi tersebut karena kedepannya hal itu akan menjadi bekal mereka di masa depan.

Oleh sebab itu maka diperlukan sebuah konseling terhadap siswa-siswi tersebut. Konseling dilakukan melalui teknik *play therapy*, teknik ini sudah lama dilakukan walaupun teknik ini bisa dilakukan untuk untuk siapa saja dan tidak memandang umur. *Play therapy* adalah salah satu disiplin ilmu yang sudah ada sejak tahun 1919.

Jadi apabila digabungkan antara konseling individual yang menggunakan teknik *play therapy* maka sangat cocok, karena konseling sendiri merupakan sebuah teknik untuk membantu orang lain dalam menyelesaikan suatu masalah yang ada dalam dirinya secara pribadi. Dengan cara ini keterampilan siswa maupun siswi bisa

ditingkatkan karena konseling dengan teknik *play therapy* memungkinkan untuk membuka suatu harapan bagi siswa atau siswi dalam menemukan keterampilan mereka

METODELOGI PENELITIAN

Secara umum *Play therapy* atau teknik bermain ialah metode atau pendekatan intervensi berdasarkan teori psikologis baik secara preventif maupun rehabilitasi, terhadap perkembangan kesehatan mental, dan perilaku anak-anak. *Play terapi* berdasarkan ide bahwa anak-anak berkomunikasi melalui bermain.

Teknik *Play therapy* memiliki kemungkinan yang besar dalam meningkatkan keterampilan siswa ataupun siswi karena dilakukan secara langsung dan tatap muka serta kontak langsung dengan klien tersebut. Jadi apabila siswa ataupun siswi itu mengalami kesulitan dia bisa langsung menyampaikan apa yang menjadi masalah ataupun problem dalam diri mereka secara pribadi, tidak hanya kemungkinan meningkatkan keberhasilan keterampilan tersebut cukup besar akan tetapi apabila masalah yang dihadapi sangat sensitif maka teknik ini juga kurang efisien. Teknik ini juga harus menggunakan seni kreatif yang untuk bertujuan mengatasi psikologis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagai contoh untuk metode ini seperti seorang siswa yang merasa kurang percaya diri untuk menekuni olahraga basket dikarenakan tinggi badannya tidak seperti teman-temannya yang lain, maka di situasi ini seorang konselor menjalankan perannya yaitu menjadi orang yang bisa membantu siswa tersebut seperti memberi kepercayaan diri, memotivasi dll.

Jika dikaitkan dengan teknik *Play therapy* maka seorang konselor memberi dia sebuah harapan. Seperti memberikan sebuah motivasi bahwa tidak hanya olahraga bola basket yang seru ada olahraga lain yang lebih menyenangkan, sebagai contoh badminton, bola pingpong, sepak bola dan lain-lain. Dengan ini seorang konselor mengajari juga memberi sebuah contoh bahwa ia tidak harus minder jika tidak bisa olahraga bola basket karena masih ada warga lain yang bisa membuat keterampilan dia lebih meningkat.

Dikarenakan play therapy ini menggunakan seni kreatif maka konser konselor juga menyampaikan bahwa seni dari olahraga-olahraga tersebut sama bagusnya dengan olahraga basket jadi dia bisa merasa percaya diri karena tidak harus bisa basket agar percaya diri tapi olahraga lain juga bisa memberi kita percaya diri.

KESIMPULAN

Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling dengan teknik *Play therapy* ini bisa dilakukan karena memiliki konsep yang hampir sama konseling gerobakan sebuah pemberian bantuan kepada klien secara pribadi dan teknik ini dilakukan secara individual juga tetapi juga ada yang dilakukan secara kelompok. Serta kelebihan yang ada dalam teknik ini ialah konselor dengan siswa ataupun siswi lebih dekat sehingga rasa percaya diri atau kepercayaan itu sangat dimungkinkan untuk ditingkatkan serta keterampilan yang dimiliki bisa meningkat. Jadi harapannya di kemudian hal ini dapat dilaksanakan ataupun dilakukan oleh konseling-konseling di kemudian hari. Sehingga masalah yang bersifat pribadi atau hubungannya antara dua orang itu bisa diselesaikan dengan baik karena teknik ini sangat cocok karena dia menggunakan seni kreatif visualisasi kreatif dan juga bermain bersama seperti saling berbagi pengalaman.

REFERENSI

Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 1999.

Vincen & Saripah Ipah. *Efektivitas play therapy untk meningkat kan keterampilan komunikasi. Edusentris, Jurnal ilmu Pendidikan dan Pengajaran*. 2-3, 2015.