

**KONSELING KELOMPOK DENGAN *PLAY THERAPY* UNTUK
MENURUNKAN GEJALA *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER*
*PESERTA DIDIK PASCA COVID-19***

TESIS

*diajukan untuk memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan
dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling*



Oleh

Nurul Azkiyah

NIM. 2105648

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2024

i

**KONSELING KELOMPOK DENGAN *PLAY THERAPY* UNTUK
MENURUNKAN GEJALA *POST TRAUMATIC STRESS*
*DISORDER PESERTA DIDIK PASCA COVID-19***

Oleh
Nurul Azkiyah

S.Pd Universitas Pendidikan Indonesia, 2020

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Nurul Azkiyah 2024
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

HALAMAN PENGESAHAN

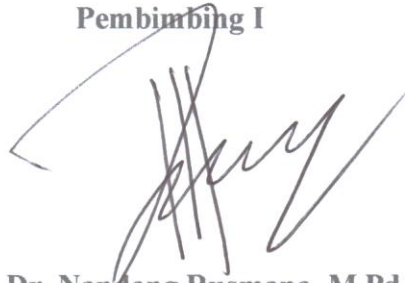
Nurul Azkiyah

NIM. 2105648

**KONSELING KELOMPOK DENGAN *PLAY THERAPY* UNTUK
MENURUNKAN GEJALA *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER*
*PESERTA DIDIK PASCA COVID-19***

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH:

Pembimbing I



Prof. Dr. Nandang Rusmana, M.Pd.

NIP. 196005011986031004

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.

NIP. 197710142001122001

ABSTRAK

Konseling Kelompok dengan *Play Therapy* untuk Menurunkan Gejala *Post Traumatic Stress Disorder* Peserta Didik Pasca Covid-19.

Individu yang merasakan suatu peristiwa yang tidak terduga serta memberikan efek pada segala aspek kehidupan tidak menjadi pengecualian menjadi bagian yang mengalami *post traumatic stress disorder*, sehingga diperlukan penanganan bagi individu-individu yang mengalami PTSD supaya tidak menghambat perkembangan yang tepat pada usianya. Penelitian ini bertujuan menghasilkan konseling kelompok dengan teknik *play therapy* yang efektif untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru pasca covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen *nonequivalent pretest-posttest control group design*. Sampel penelitian ini berjumlah 20 peserta didik (10 peserta didik kelompok eksperimen dan 10 peserta didik kelompok control). Instrumen yang digunakan ialah instrument daftar cek masalah. Penelitian ini menghasilkan konseling kelompok dengan *play therapy* yang efektif untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* pasca covid-19 bagi peserta didik.

Kata Kunci : *Post Traumatic Stress Disorder, Konseling Kelompok, Play Therapy.*

ABSTRACT

Group Counseling with Play Therapy to Reduce Post Traumatic Stress Disorder in Students Post Covid-19.

Individuals who experience an unexpected event and have an effect on all aspects of life are no exception to those who experience post-traumatic stress disorder, so treatment is needed for individuals who experience PTSD so as not to hinder proper development at their age. This study aims to produce group counseling with effective play therapy techniques to reduce symptoms of post-traumatic stress disorder in students of SMA Laboratorium Percontohan UPI Cibiru after Covid-19. The research method used is a quantitative approach with a nonequivalent pretest-posttest control group with design quasi-experimental method. The sample of this study was 20 students (10 students in the experimental group and 10 students in the control group). The instrument used was a problem checklist instrument. This research produced group counseling with effective play therapy to reduce symptoms of post-traumatic stress disorder after Covid-19 for students.

Keywords: Post traumatic stress disorder, Group Counseling, Play Therapy.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPANA TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I : PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	3
1.2 Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Sistematika Penulisan Tesis	5
BAB II : KAJIAN TEORETIK DASAR PENGEMBANGAN KONSELING KELOMPOK DENGAN <i>PLAY THERAPY</i> UNTUK <i>POST TRAUMATIC STRESS DISORDER</i>	7
2.1 Kajian Teori <i>Post traumatic stress disorders</i>	7
2.2 Kajian Teori <i>Play Therapy</i> sebagai Konseling Kelompok.....	16
2.3 Hasil Penelitian Terdahulu	25
2.4 Asumsi dan Hipotesis Penelitian	26
BAB III : METODELOGI PENELITIAN.....	27
3.1 Pendekatan Penelitian.....	27
3.2 Metode dan Desain Penelitian	27
3.3 Partisipan Penelitian	28
3.4 Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian	29
3.5 Instrumen Penelitian.....	29
3.6 Pengembangan Rumusan Konseling Kelompok dengan <i>Play Therapy</i>	40
3.7 Prosedur Penelitian.....	41
3.8 Teknis Analisis Data	42
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	44

4.1	Hasil Penelitian	44
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian.....	85
4.3	Keterbatasan Penelitian	92
4.4	Kebaruan Penelitian	92
BAB V : KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI		94
5.1	Kesimpulan	94
5.2	Implikasi	95
5.3	Rekomendasi.....	95
DAFTAR PUSTAKA		97

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan Stres dan Stres Pasca trauma.....	20
Tabel 3.1 <i>Pre- and Posttest Design</i>	40
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Daftar Cek Masalah.....	42
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Kriteria Diagnostik PTSD.....	43
Tabel 3.4. Pilihan Jawaban dan Pedoman Penyelesaian Instrumen PTSD.....	45
Tabel 3.5. Hasil Uji Validitas Item Instrumen <i>Post traumatic stress disorder</i>	47
Tabel 3.6. Kriteria Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> dalam <i>Rasch Model</i>	48
Tabel 3.7. Kriteria Reliabilitas <i>Person</i> dan <i>Item</i> dalam <i>Rasch Model</i>	49
Tabel 3.8. Kisi-kisi Instrumen PTSD setelah Uji Empirik.....	50
Tabel 3.9. Saran dan Masukan Uji Rasional.....	53
Tabel 4.1. Saran dan Masukan Uji Rasional.....	66
Tabel 4. 2. Uji Rasional Layanan Konseling Kelompok.....	66
Tabel 4.3. Tahapan Penyusunan Program Konseling Kelompok dengan <i>Play Therapy</i> di Kelas XI SMA Laboratorium UPI Kampus Cibiru.....	79
Tabel 4.4. Rancangan Operasional dan Strategi Konseling Kelompok dengan <i>Play Therapy</i> untuk mereduksi Kecemasan Pasca trauma Peserta Didik.....	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Diagram Ketepatan Skala.....	46
Gambar 3.2. Uji Validitas Item dengan <i>Rasch Model</i>	47
Gambar 3.3. Hasil Uji Reliabilitas Item Instrumen <i>Post traumatic stress disorder</i> melalui <i>Rasch Model</i>	48
Gambar 3.4. Uji Unidimensionalitas dengan <i>Rasch Model</i>	50
Gambar 4.1. Profil Gejala Fisik PTSD (<i>Pretest</i>).....	57
Gambar 4.2. Profil Gejala Emosi PTSD (<i>Pretest</i>).....	58
Gambar 4.3. Profil Gejala Mental PTSD (<i>Pretest</i>).....	59
Gambar 4.4. Profil Gejala Perilaku PTSD (<i>Pretest</i>).....	59
Gambar 4.5. Profil Gejala Spiritual PTSD (<i>Pretest</i>).....	60

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K. Jannah, M. dkk. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini : Aceh.
- Aprily, N. M., Insani, S. M., & Merliana, A. (2022). *Analisis Kecemasan Post traumatic stress disorder (Ptsd) Pada Peserta Didik Pasca Pandemi Covid-19*. *Jurnal Paud Agapedia*, 6(2), 221-227.
- Axline, Virginia. (1947). *Play Therapy : The Inner Dynamics of Childhood*, 1st ed, John Wiley&Sons.
- Budiman, N. (2012). *Deteksi Sindrom Trauma Pasca Gempa*. diakses dari: file.upi.edu pada 11-01-2023.
- Cardena, E., dkk. (2021). A Network Analysis to Identify Associations between PTSD and Dissociation among Teenagers. (*Journal of Trauma & Dissociation*).
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. New Jersey: Pearson Education.
- Dewa Ketut Sukardi (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta Tuntutan.
- Djiwandono, Sri Esti. W. (2005). *Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Etkin, A., Büchel, C., & Gross, J. J. (2015). The neural bases of emotion regulation. *Nature reviews neuroscience*, 16(11), 693-700.
- Frazier, P, dkk. (2009). Traumatic Events Among Undergraduate Students: Prevalence and Associated Symptoms. *Journal of Counseling Psychology*. 56, (3).

- Goff, B. S. N., Ruhlmann, L. M., Dekel, R., & Huxman, S. A. (2020). Trauma, posttraumatic stress, and family systems. *The handbook of systemic family therapy, 4*, 267-296.
- Hanesty, E., Neviyarni, N., & Karneli, Y. (2020). Factors affecting student learning motivation during the Covid-19 pandemic. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences, 2*(1), 100-107.
- Hatta, K. (2015). Peran Orang Tua dalam Proses Pemulihan Traumatis Anak. Gender Equality: *Internasional Journal of Child and Gender Studies. Vol 1, (2)*. 57-74
- Hatta, K. (2016). Trauma Dan Pemulihannya Sebuah Kajian Berdasarkan Kasus Pasca Konflik dan Tsunami. Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press
- Hernanto, D. A. (2022). *EFEKTIVITAS PLAY THERAPY BAGI ANAK YANG MENGALAMI PTSD (POST TRAUMATIC STRESS DISORDER) AKIBAT TANAH LONGSOR (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Siswa Kelas 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis Pangandaran Tahun Ajaran 2021/2022)* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Idoiaga, N., Legorburu, I., Ozamiz-Etxebarria, N., Lipnicki, D. M., Villagrasa, B., & Santabárbara, J. (2022). Prevalence of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) in University Students during the COVID-19 Pandemic: A Meta-Analysis Attending SDG 3 and 4 of the 2030 Agenda. *Sustainability, 14*(13), 7914.
- Intani, Z. F., & Swasti, I. K. (2023). Terapi Bermain Kognitif-Perilaku untuk Penanganan Anak dengan Penolakan Sekolah: Sebuah Studi Kasus. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP), 9*(2).
- Kaduson (2006). Release Play Therapy for Children with Posttraumatic Stress Disorder. Chapter excerpt from Gulford Publications.
- Kataoka, S., Langley, A. K., Wong, M., Baweja, S., & Stein, B. D. (2012). Responding to students with posttraumatic stress disorder in schools. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics, 21*(1), 119-133.

- Katella, K. (2024). *Long Covid Brain Fog: What It Is and How to Manage It*. *Yale Medicine*. Diakses [Online] [Long COVID Brain Fog: What It Is and How to Manage It > News > Yale Medicine](#)
- Keller, J. M. (1987). Development and use of the ARCS model of instructional design. *Journal of Instructional Development*, 10(3), 2-10.
- Kompas. (2022). Bocah 7 Tahun yang Diperkosa Ayah Kandung di Maluku Alami Trauma. Diakses dari : [Kompas.com](#)
- Landreth, G. L. (1991). *Play therapy: The Art of the Relationship*. Indiana: Accelerated Development Inc.
- Landreth, G. L. (2001). *Innovations in Play Therapy: Issues, Process, and Special Populations*. Brunner.
- Lestari, P. A. (2021). Kematangan Beragama dalam Masa Pandemi Covid-19: Telaah Sosiologis atas Nasihat Imam Besar Istiqlal Nasaruddin Umar. *The Sociology of Islam*, 4(2), 167-181.
- Ma, K., Wang, X., Feng, S., Xushan, X., Zhang, H., Rahaman, A., Dong, Z., Lu, Y., Li, X., & Zhou, X. (2020). From the Perspective of Traditional Chinese Medicine: Treatment of Mental Disorders in COVID-19 Survivors. *Biomedicine & Pharmacotherapy*, 110810.
- Maspupatun (2017). *Keefektifan Play Therapy untuk penanganan Stress Pasca Trauma Bencana Alam*. Proceedings International Conference. Hlm. 100-109.
- Maspupatun, I. (2018). *Keefektifan play thrapy untuk penanganan stress pasca trauma bencana alam*. In 1st ASEAN School Counselor Conference on Innovation and Creativity in Counseling. Ikatan Bimbingan dan Konseling Sekolah.
- Nasrullah, N., & Sulaiman, L. (2021). Analisis pengaruh COVID-19 terhadap kesehatan mental masyarakat di Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(3), 206-211.

- Nawangsih, E. (2014). Play therapy untuk anak-anak korban bencana alam yang mengalami trauma (*post traumatic stress disorder/ptsd*). *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164-178.
- Negara, D. S. (2022). Analisis Dampak Pasca Covid19 Terhadap Perubahan Psikososial Siswa Di Tengah Kebijakan Transisi Pendidikan. In *Seminar Nasional Psikologi UAD*.
- Ningrum, R. M., Wibowo, S., Majri, A., & Ulfah, M. (2022). Literature Review: Hubungan Terapi Bermain dengan Daya Konsentrasi pada Anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH). *Journal of Issues in Midwifery*, 6(1), 1-9.
- Nurkholis, N. (2020). Dampak pandemi novel-corona virus disiasse (covid-19) terhadap psikologi dan pendidikan serta kebijakan pemerintah. *Jurnal PGSD*, 6(1), 39-49.
- Porcelli, P. (2020). Fear, anxiety and health-related consequences after the COVID-19 epidemic. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(2), 103.
- Pratiwi, S. A. (2018, October). Play therapy untuk *post traumatic stress disorder* pada anak korban bencana. In *1st ASEAN School Counselor Conference on Innovation and Creativity in Counseling*. Ikatan Bimbingan dan Konseling Sekolah.
- Purwanto, N. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rahma, G., & Yulia, Y. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Long COVID Pada Penyintas COVID-19 di Kota Padang. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 7(1), 150-156.
- Rossa, V. & Efendi, D. A. (2020). *Akibat Pandemi, 40 persen Pelajar Indonesia Kehilangan Motivasi Belajar*. Diakses [Online] melalui [Akibat Pandemi, 40 Persen Pelajar Indonesia Kehilangan Motivasi Belajar \(suara.com\)](https://suara.com)
- Rusmana, N. (2008). *Konseling Kelompok bagi Anak Berpengalaman Traumatik*. (Disertasi). Universitas Pendidikan Indonesia : Bandung.

- Rusmana, N. (2020). *Konseling Kelompok bagi Anak dengan Pengalaman Traumatis*. UPI Press: Bandung.
- Sage Neuroscience Center, (2021). [Answering Your Questions About Play Therapy For Adolescents \(sageclinic.org\)](https://www.sageclinic.org/)
- Schaefer (1993). Play Therapy for Psychic trauma in children. In K., J., O'Conner & C., E., Schaefer, *Handbook for Play Therapy, Vol. 2: Advances and Innovations*, 297-318. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Song, H., Fall, K., Fang, F., Erlendsdóttir, H., Lu, D., Mataix-Cols, D., ... & Valdimarsdóttir, U. A. (2019). Stress related disorders and subsequent risk of life threatening infections: population based sibling controlled cohort study. *bmj*, 367.
- Suarsa, P. D. K., & Wibawa, I. M. C. (2021). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Student Learning Motivation. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 5(2), 194-201.
- Sunardi. (2007). *Gangguan Stres Pasca Trauma (Post traumatic stress disorder) Dalam Perspektif Konseling*. Makalah. Pendidikan Luar Biasa: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia
- Tirto. (2022). Konflik Rusia-Ukraina: Apa Dampak Perang Terhadap Psikologi Anak?". Diakses dari: <https://tirto.id/gprG>
- Townsend, S. (2016). *Re-membering the wild within: An exploration of desire, trauma, and grief in the rewilding movement* (Doctoral dissertation, The University of Texas at San Antonio).
- Tu, Y., Zhang, Y., Li, Y., Zhao, Q., Bi, Y., Lu, X., ... & Hu, L. (2021). Post-traumatic stress symptoms in COVID-19 survivors: a self-report and brain imaging follow-up study. *Molecular psychiatry*, 26(12), 7475-7480.
- Uzun, G., O. (2017). An Overview of Personal Guidance in The Workplace: A Content Analysis Study. *International Journal of Sciences and Research*. 73 (10), 105-119

- Wahyudi, dkk. (2016). *Pemulihan PTSD Anak-anak Korban Bencana Tanah Longsor dengan Play Therapy*. Vol. 11 (1).
- Wahyuni, S., Widya Murni, A., Indra, B., Gusya Liza, R., Koerniati, I., & Sauma, E. (2023). Gambaran Risiko Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Penyintas COVID-19 di Rumah Sakit Universitas Andalas. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 10(1), 7.
- Watson, P. (2022). Stress, PTSD, and COVID-19: the utility of disaster mental health interventions during the COVID-19 pandemic. *Current treatment options in psychiatry*, 9(1), 14-40.
- Widianingtyas, H. (2021). *Riset: 7 dari 10 Siswa Alami Demotivasi Belajar selama Pandemi Covid-19*. Diakses Online: [Riset: 7 dari 10 Siswa Alami Demotivasi Belajar Selama Pandemi COVID-19 | kumparan.com](https://www.kumparan.com)
- Winkel, W. S. (1997). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.
- Wulan, N., & Keliat, B. A. (2021). Kesehatan Mental Pada Penyintas Covid-19: A Literature Review: Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2), 215-225.