

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

- 5.1.1 Sebagian besar anak yang mengalami PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) berada pada kategori sedang, anak yang berada pada tahap ini akan mengalami berbagai kecemasan, seperti jantung berdetak kencang, pucat, keringat dingin, terjadi terutama pada saat turun hujan.
- 5.1.2 Program Play therapy bagi anak yang mengalami PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) terdiri dari rasional, landasan yuridis, deskripsi kebutuhan, tujuan, asumsi, komponen program, bidang layanan, mekanisme pelaksanaan intervensi, rencana kegiatan, rencana evaluasi, pelaporan dan tindak lanjut. Play therapy bagi anak yang mengalami PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) dilakukan dalam bentuk layanan bimbingan kelompok dengan tahapan *Relating* (berhubungan), *Releasing* (melegakan), *Re-Creating* (menciptakan), *Re-Experiencing* (Mengalami Kembali), dan *Resolving* (Memecahkan).
- 5.1.3 Play Therapy efektif menurunkan PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) pada anak kelas V SDN 2 Pasir Geulis Pangandaran. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji signifikansi Play Therapy secara keseluruhan menunjukkan perilaku yang lebih positif, adanya semangat, mampu berinteraksi dengan lingkungan, mulai nyaman untuk bercerita, serta peserta didik menunjukkan ekspresi seperti tersenyum, keceriaan pada saat menikmati jalannya permainan.

5.2 Rekomendasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Play Therapy* efektif untuk menurunkan gejala PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) pada anak kelas V SD. Berdasarkan hasil tersebut, dikemukakan rekomendasi bagi Guru Kelas, Guru Bimbingan dan Konseling dan Peneliti selanjutnya sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Guru Kelas

- a. Hasil penelitian *Play Therapy* dapat dijadikan salah satu panduan dalam mengidentifikasi anak yang beresiko atau sedang mengalami PTSD dengan mengamati perilaku dan gejala emosional anak yang menjadi indikator adanya PTSD.
- b. Guru kelas bersama-sama dengan orang tua mampu berkomunikasi secara aktif dalam membantu anak yang mengalami PTSD.
- c. Guru kelas sebaiknya secara rutin atau berkala memantau anak yang mengalami PTSD sehingga dapat diberikan penanganan lanjutan kepada pihak yang profesional seperti konselor sekolah.

5.2.2 Guru Bimbingan dan Konseling

Saat guru bimbingan dan konseling akan membantu anak yang mengalami PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) direkomendasikan menggunakan *Play Therapy* dengan langkah-langkah sebagai berikut: (1) *Relating* (berhubungan), (2) *Releasing* (melegakan), (3) *Re-Creating* (menciptakan), (4) *Re-Experiencing* (Mengalami Kembali), dan (5) *Resolving* (Memecahkan).

5.2.3 Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode yang berbeda dengan penelitian ini, dengan mempertimbangkan metode lain seperti true eksperimen agar mendapatkan rancangan program dan hasil penelitian yang lebih optimal.

- b. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan permainan lain seperti ular tangga dalam rangka memberikan intervensi dalam menurunkan gejala PTSD.
- c. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan instrument PSS-I yang terbaru sebagai wawancara singkat dalam menilai keberadaan dan tingkat keparahan gejala PTSD selama sebulan terakhir.