

	Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling	Vol 12, No 1, 2025
	Tersedia di https://jkk-fkip.ejournal.unsri.ac.id/index.php/JKK e-ISSN 2828-2965 p-ISSN 2548-4311	hlm. 8—15

Pendekatan Play Therapy pada Konseling Krisis

Siska Mardes¹, Winda Ratnadillah¹, Aulia Rahma Dhani¹, Helma Yani¹, Ainul Hayati¹, Dwi Yulia Pratiwi¹, Khalisa Azzahra^{1*}

¹Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Riau, Indonesia

*Penulis koresponden, e-mail: khalisa.azzahra1314@student.unri.ac.id

Abstract: Crisis is a situation filled with tension that can affect an individual's physical, emotional, and psychological condition. One of the world's biggest mental health challenges is depression, which affects many individuals. In the context of a crisis, crisis counseling plays a crucial role in providing psychological support and helping individuals manage feelings of panic and uncertainty. This study aims to examine the application of play therapy in crisis counseling. The method used is a literature review, analyzing various sources of literature discussing the implementation of play therapy in crisis counseling. The results of the analysis show that play therapy, through its procedures of therapy planning, implementation, and evaluation, can be an effective approach in psychological intervention for children experiencing trauma due to crises. Routine evaluation is recommended to ensure the effectiveness of the therapy, and further research is needed to explore its application in various types of crises faced by children.

Keywords: Crisis counseling, play therapy

Abstrak: Krisis adalah situasi penuh ketegangan yang dapat memengaruhi kondisi fisik, emosional, dan psikologis individu. Salah satu tantangan kesehatan mental terbesar di dunia adalah depresi, yang banyak memengaruhi individu. Dalam konteks ini, konseling krisis berperan penting dalam memberikan dukungan psikologis dan membantu individu mengelola perasaan panik serta ketidakpastian. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan *play therapy* dalam konseling krisis. Metode yang digunakan adalah *literature review*, dengan menganalisis berbagai sumber literatur yang membahas penerapan *play therapy* dalam konseling krisis. Hasil analisis menunjukkan bahwa *play therapy*, melalui prosedur perencanaan terapi, pelaksanaan, dan evaluasi, dapat menjadi pendekatan efektif dalam intervensi psikologis bagi anak-anak yang mengalami trauma akibat krisis. Evaluasi rutin terhadap terapi sangat penting dilakukan untuk mengukur sejauh mana efektivitas intervensi dalam merespon kebutuhan psikologi individu. Selain itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengkaji sejauh mana terapi tersebut dapat diterapkan secara efektif dalam menangani berbagai bentuk krisis yang dialami oleh seseorang.

Kata kunci : Konseling krisis, play therapy

PENDAHULUAN

Ketika mendengar istilah "krisis," banyak orang langsung terbayang berbagai kondisi yang mungkin dialami oleh mereka yang menghadapinya, baik berdasarkan pengalaman pribadi ataupun cerita yang pernah didengar atau disaksikan dari orang lain. Krisis adalah situasi yang mengancam, penuh ketegangan, dan penuh kesulitan, yang muncul secara tiba-tiba akibat peristiwa tertentu,

menyebabkan individu atau kelompok yang mengalaminya merasa hidup dan lingkungan mereka tidak lagi aman (Haksasi & Dewi, 2020). Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa krisis tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga pada aspek emosional dan psikologis.

Menurut Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit, sekitar 41% penduduk Amerika Serikat mengalami gangguan mental namun tidak mendapatkan pengobatan yang memadai. Selain itu, data global juga mencatat bahwa sekitar 10,7% populasi dunia mengalami gangguan mental, dengan sekitar 40 juta kasus kecemasan terjadi di Amerika Serikat (The Zebra, 2024).

Penelitian lain dari *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa depresi menjadi salah satu tantangan kesehatan global yang signifikan, memengaruhi sekitar 3,8% populasi dunia. Kondisi ini umum terjadi pada 5% orang dewasa, dengan prevalensi lebih tinggi pada wanita (6%) dibandingkan pria (4%), serta 5,7% pada lansia berusia di atas 60 tahun (WHO, 2023). Secara keseluruhan, sekitar 280 juta individu di dunia mengalami depresi, menjadikannya salah satu beban kesehatan masyarakat terbesar. Meskipun terdapat pengobatan yang terbukti efektif untuk gangguan mental, lebih dari 75% orang di negara berpenghasilan rendah dan menengah tidak mendapatkan pengobatan. Hambatan terhadap perawatan yang efektif meliputi kurangnya investasi dalam layanan kesehatan mental, kekurangan tenaga kesehatan yang terlatih, serta stigma sosial yang terkait dengan gangguan mental.

Penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 2 Surabaya menunjukkan bahwa semakin tinggi stres yang dialami, semakin besar kecenderungan mengalami kelebihan gizi, akibat pola makan tidak sehat seperti konsumsi makanan tinggi lemak dan gula pada malam hari (Tetasa et al., 2025). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan kuat antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat tahun 2024. Tingkat stres yang tinggi terbukti berpengaruh terhadap ketidaknormalan siklus menstruasi yang berdampak terhadap kesehatan reproduksi remaja perempuan (Yusran & Effendy, 2025).

Dalam situasi seperti ini, konseling krisis menjadi sangat vital sebagai bentuk intervensi yang dapat membantu individu untuk mengelola perasaan panik dan ketidakpastian, serta memberikan panduan untuk mengatasi kesulitan yang muncul secara lebih efektif. Konseling krisis bertujuan untuk memberikan dukungan psikologis yang intensif dan spesifik kepada korban, sehingga mereka dapat memulihkan keseimbangan psikologis dan kembali adaptif dalam kehidupan sosialnya (Kusumastuti et al., 2023).

Beberapa terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan, termasuk bermain yang merupakan bagian penting dalam membandingkan perkembangan fisik, mental, emosional, intelektual, kreatif, dan sosial anak. Hubungan sosial pada anak-anak dimulai dengan ibu tetapi melalui bermainlah anak-anak belajar membangun hubungan sosial dengan anak-anak lain. Emosi yang diekspresikan melalui permainan dapat meredakan stres, ketegangan, dan mengurangi kecemasan. Stres pada anak akan memengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya, misalnya menarik diri dari lingkungan, rendah diri dan rasa cemas (Islamiyah et al., 2024).

Tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk mengeksplorasi bagaimana *play therapy* dapat membantu anak-anak memproses trauma dan meningkatkan kemampuan menghadapi krisis, serta mengidentifikasi teknik-teknik efektif dalam penerapannya. Penelitian ini penting mengingat banyaknya anak yang terdampak krisis seperti bencana, *bullying*, atau peristiwa traumatis lainnya, yang dapat mengganggu perkembangan emosional, sosial, dan kognitif mereka. Dengan *play therapy* sebagai pendekatan intervensi yang menyenangkan dan relevan, diharapkan penelitian ini memberikan wawasan baru bagi konselor dan praktisi dalam merancang metode yang lebih efektif untuk membantu anak pulih dari situasi krisis.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *literature review*, yang bertujuan untuk mengumpulkan dan menganalisis temuan-temuan dari penelitian-penelitian terdahulu serta merangkum pandangan para ahli yang ada dalam berbagai teks (Snyder, 2019). Metode ini dipilih untuk mendalami penerapan *play therapy* dalam konteks konseling krisis dengan cara mengkaji berbagai sumber literatur, termasuk artikel, jurnal, buku, dan laporan penelitian yang telah dipublikasikan. Fokus utama dalam *literature review* ini adalah penerapan *play therapy* sebagai pendekatan dalam konseling krisis. Sumber literatur yang digunakan dalam penelitian ini adalah artikel dan jurnal yang diterbitkan dalam rentang waktu lima tahun terakhir, antara 2019 hingga 2024, yang dapat diakses dalam format *full-text* PDF dan menggunakan bahasa Indonesia. Artikel dan jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dianalisis dan dievaluasi. Proses analisis mencakup penguraian kalimat-kalimat dalam literatur untuk mencari kesamaan dan perbedaan antara artikel dan jurnal yang relevan, yang kemudian dibahas dan disimpulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling Krisis

Konseling krisis merupakan bentuk interaksi sosial yang profesional antara konselor dan konseli, yang bertujuan untuk membantu konseli mengatasi masalah psikologis yang dialaminya sehingga dapat kembali pulih (Apaydin & Celebi, 2023). Selain itu, menurut Anggraini (2024), konseling krisis merupakan langkah intervensi yang krusial dalam membantu mengatasi trauma yang dialami oleh korban *Bullying* ditingkat SMA. Sementara itu, Situmorang et al., (2023) menjelaskan bahwa konseling krisis adalah upaya memberikan dukungan psikologis yang spesifik dan intensif kepada individu atau kelompok yang sedang menghadapi situasi krisis. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling krisis adalah bentuk intervensi psikologis yang dirancang untuk mendukung individu atau kelompok dalam mengatasi dampak emosional akibat situasi sulit, termasuk trauma, dengan tujuan memulihkan keseimbangan psikologis dan meningkatkan kemampuan individu menghadapi masalah.

Konseling krisis memiliki perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan konseling biasa. Perbedaan utama terletak pada tingkat urgensi dalam penerapan konseling tersebut. Krisis adalah situasi yang menekan dan dapat berdampak negatif terhadap kemampuan seseorang untuk berpikir jernih mengenai masalah yang dihadapi. Konseling krisis memberikan kontribusi penting dalam bidang konseling dengan meningkatkan efektivitas layanan, serta memiliki tujuan dan maksud yang jelas. Hal ini disebabkan oleh sifat krisis yang tidak dapat diprediksi, intensitas konseling yang berbeda dari konseling umum, dan karakter konseling ini yang lebih bersifat transisional (Rahma & Rahayu, 2018).

Dalam Haksasi & Dewi (2020), krisis yang dialami individu dapat dikategorikan ke dalam beberapa jenis. Pertama krisis depresi, yaitu keadaan di mana individu merasa tidak berdaya, terjebak dalam perasaan negatif, dan kesulitan untuk menemukan solusi dalam situasi yang dihadapinya. Kedua, krisis yang menyangkut niat bunuh diri, ditandai dengan perasaan putus asa yang mendalam, di mana individu merasa kehilangan harapan dan tidak melihat masa depan yang lebih baik. Ketiga, krisis kematian, yakni seseorang yang menghadapi situasi menjelang kematian atau ketakutan terhadap kehilangan orang yang sangat berarti, yang kemudian memicu perasaan perkabungan. Keempat, krisis perceraian, yang terjadi ketika individu menghadapi masalah terkait

dengan perceraian atau perpisahan, yang sering kali menimbulkan dampak emosional yang signifikan.

Jenis krisis lainnya adalah krisis pada masa anak-anak, yang sering kali terkait dengan perubahan perkembangan fisik, emosional, atau sosial, serta tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru atau perubahan dalam keluarga. Seiring dengan bertambahnya usia, remaja pun tidak luput dari krisis, yaitu krisis pada masa remaja yang berkaitan dengan pencarian identitas, ketidakpastian dalam menentukan tujuan hidup, serta tekanan sosial yang muncul selama masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Selain itu, krisis dalam transisi hidup, seperti perubahan peran sosial (misalnya, perubahan status pekerjaan atau peran keluarga), yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Terakhir, individu dengan kepribadian tipe A, yang cenderung memiliki ambisi tinggi dan kecenderungan untuk merasa terburu-buru, dapat lebih rentan terhadap stres yang berpotensi mengarah pada krisis jika tidak dapat mengelola tekanan hidup dengan baik.

Menurut Kusumastuti et al., (2023), tahapan dalam melaksanakan konseling krisis terdiri dari beberapa pertemuan yang dilakukan. Proses dimulai dengan asesmen awal, dimana konselor melakukan wawancara dan psikotes untuk mengumpulkan informasi mengenai kondisi klien untuk memahami permasalahan klien secara lebih mendalam. Tahap berikutnya adalah pertemuan pertama (*building rapport*), dimana konselor membangun hubungan yang baik dengan klien dan orang tua. Pemaparan hasil psikotes dilakukan untuk memberi pemahaman awal mengenai kondisi klien.

Pada pertemuan kedua (identifikasi masalah), konselor mulai mengidentifikasi masalah yang dihadapi klien, melakukan analisis permasalahan, dan melibatkan orang tua/wali untuk mendapatkan pandangan yang lebih luas. Selanjutnya, pertemuan ketiga (pengambilan tindakan), yaitu merumuskan langkah konkret untuk mengatasi masalah berdasarkan hasil identifikasi sebelumnya. Proses berlanjut ke pertemuan keempat (pemulihan dan pemecahan masalah), pada tahap ini konselor membantu klien untuk kembali dalam kondisi emosional yang seimbang dengan memberikan solusi yang terfokus untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Tahap kelima (pembangunan harga diri), konselor berfokus pada peningkatan harga diri dan kepercayaan diri klien dengan memberikan dukungan positif, agar klien merasa lebih kuat dalam menghadapi tantangan. Akhirnya, pada pertemuan keenam (pemeliharaan dan pencegahan kekambuhan), dilakukan refleksi atas proses konseling yang telah dilakukan. Konselor, klien, dan keluarga menyusun strategi untuk mencegah trauma atau masalah yang lebih berat di masa depan.

Play Therapy

Play therapy merupakan bentuk intervensi yang melibatkan anak dan keluarga melalui aktivitas bermain, seperti menggambar, mewarnai, dan jenis permainan lainnya, yang disesuaikan dengan tahap tumbuh kembang anak (Tahir & Andi, 2023). Dalam prosesnya, terapi ini memfasilitasi adaptasi anak terhadap intervensi yang diterapkan, dengan melibatkan respons otak, khususnya pada lobus frontal dan lobus temporal, sehingga pembelajaran dan pemrosesan informasi terjadi secara bersamaan (Christiana & Safitri, 2021). Selain itu, permainan yang digunakan dalam terapi ini dirancang untuk membantu anak mengekspresikan berbagai emosi mereka, seperti senang, sedih, marah, atau tertekan (Sara, 2021). Dengan pendekatan yang terstruktur, *play therapy* menjadi sarana efektif untuk membantu anak mengelola emosi dan meningkatkan keterampilan sosial mereka.

Handojo & Sukada (2024), menyatakan terapi bermain adalah pendekatan terapi yang menggunakan media bermain dengan unsur petualangan. Tujuannya adalah untuk membantu anak-

anak yang mengalami kesulitan mengekspresikan diri atau mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungannya ataupun orang lain. Menurut Nuraini et al., (2020), terapi bermain juga berperan penting dalam mengembangkan kemampuan kognitif anak prasekolah, sekaligus membantu mengurangi ketegangan dan stres yang mereka alami. Selain itu, Siaha & Bahri (dalam Sujadi, 2019) mengungkapkan bahwa *play therapy* terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan sosial-emosional siswa. Menurut Nuraini et al., (2020), terapi bermain juga berperan penting dalam mengembangkan kemampuan kognitif anak prasekolah, sekaligus membantu mengurangi ketegangan dan stres yang mereka alami. Aktivitas dalam *play therapy* memungkinkan anak untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit atau tekanan emosional yang dirasakan, sehingga membantu mereka mengatasi trauma atau stres. Dalam konteks konseling krisis, *play therapy* dapat menjadi metode yang menyenangkan dan terapeutik untuk membantu anak-anak menghadapi situasi krisis, memfasilitasi pemulihan mereka dari tekanan emosional secara efektif.

Play therapy terbagi menjadi beberapa jenis, yaitu 1) Permainan boneka; 2) bercerita; 3) kotak pasir; dan 4) menggambar (Ritonga & Ritonga, 2023). Pelaksanaan *play therapy* dapat menggunakan game edukasi yang sangat menarik sehingga menjadi minat bagi anak usia dini. Rancangan game edukasi berbasis simulasi dapat mensimulasikan permasalahan yang ditemui guna memperoleh pengetahuan yang digunakan sebagai sarana pemecahan masalah (Wahyuni et al., 2022). Selain itu, penggunaan komik berbahasa Inggris mampu melatih kemampuan kognitif anak. Dengan membaca komik, anak akan bersemangat dalam bermain imajinasi terhadap pengendalian emosinya (Losi et al., 2023).

Dalam penelitian Mulyasih & Riza (2019) yang berjudul “Trauma Healing dengan menggunakan Metode *play therapy* pada Anak-anak terkena Dampak Tsunami di Kecamatan Sumur Propinsi Banten”, terdapat beberapa tahapan dalam *play therapy*:

1. Anak-anak dibagi menjadi beberapa kelompok sesuai usia untuk melakukan kegiatan menggambar. Tujuannya agar anak-anak mampu merangsang daya imajinasinya untuk menganalisa pengalaman traumatiknya, menuangkan imajinasinya ke dalam bentuk gambar. Oleh karena itu, secara bertahap diharapkan mereka bisa mengubah tanpa harus berlutut pada kesedihan karena merasa kehilangan terhadap orang-orang tercinta dan juga khawatir terhadap bencana tsunami yang terus membekas dalam perasaan mereka.
2. Mengajak anak-anak untuk menari. Dengan menari dapat menghibur dan membantu mereka mengungkapkan ekspresi tubuh dan pikiran. Pada hakikatnya, tidak setiap anak dapat mengutarakan ekspresi ataupun perasaan secara verbal terutama setelah bencana terjadi. Diharapkan melalui tarian, mereka bisa mengutarakan apa yang mereka rasa melalui non verbal.
3. Mengajak anak-anak untuk memainkan permainan disebut istilah *board game*, tujuannya dari permainan ini adalah untuk memberikan pemahaman bagaimana cara menghindari bencana melalui papan permainan, dadu, pion karakter, pion bencana, kartu bencana, dan kartu siaga. Nama permainan ini adalah "Siaga" yang berarti "siapkan anak berlindung menghadapi bencana". Dalam permainan ini melibatkan 2 hingga 4 pemain dalam waktu 1 - 1,5 jam. Permainan ini dimainkan pada sebuah papan yang sudah dibagi menjadi 4 lapisan, kemudian papan tersebut dibagi menjadi 4 kategori warna (merah, biru, kuning dan hijau). Setiap lapisan dibagi menjadi 5 bagian. Para pemain memilih satu hingga empat karakter yang telah disediakan, kemudian menempatkannya pada titik awal atau pada angka 1 sebagai lapisan terluar. Anak-anak terlihat sangat menikmatinya, karena dirancang agar mereka siap dan tidak

merasa ketakutan terhadap bencana yang dihadapi. Tidak hanya itu, pada kartu bencana juga berisi cara menangani bencana yang dihadapi

Permainan *board game* selesai, anak-anak saling bergandengan tangan, untuk menumbuhkan jiwa empati dan kerjasama, agar mereka merasa bukan hanya mereka saja yang menghadapi bencana, namun ada juga yang menghadapi bencana, masih banyak orang tua, teman dan masyarakat lain yang bersedia membantu menyelesaikan konflik yang terjadi pada anak-anak tersebut.

Menurut Ritonga & Ritonga (2023), prosedur pelaksanaan *play therapy* melibatkan tiga tahap utama sebagai berikut:

1. Pembuatan Rancangan Treatment

Tahap awal *play therapy* adalah merancang terapi yang sesuai dengan kebutuhan anak. Sebelum terapi dimulai, penting untuk menentukan teknik dan metode yang digunakan. Rancangan ini melibatkan penciptaan hubungan yang baik antara terapis dan anak, sehingga anak merasa nyaman dan dapat bereksplorasi. Selama sesi awal, informasi yang diperoleh melalui observasi membantu merancang terapi yang tepat. Setelah rancangan selesai, orang tua diberi penjelasan dan diminta persetujuannya untuk mendukung keberhasilan terapi.

2. Pelaksanaan Treatment

Tahap berikutnya adalah melaksanakan terapi sesuai dengan rancangan yang telah disiapkan. Konselor atau guru menciptakan suasana yang aman agar anak merasa bebas mengekspresikan diri melalui permainan. Beberapa anak mungkin langsung memulai permainan, sementara yang lainnya membutuhkan arahan dari terapis. Pada akhir sesi, terapis memberikan kegiatan penutupan yang menyenangkan dan memberikan kenang-kenangan untuk anak agar merasa lebih baik.

3. Evaluasi Treatment

Tahap terakhir adalah evaluasi untuk menilai efektivitas *play therapy*. Terapi dianggap berhasil jika anak aktif berpartisipasi, mengungkapkan perasaan, dan memberikan informasi yang diperlukan. Jika anak tidak terlibat aktif, terapi perlu dievaluasi dan disesuaikan untuk meningkatkan hasilnya.

Efektivitas Konseling Krisis dengan Pendekatan *Play Therapy*

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Muthmainnah et al., (2024), *play therapy* terbukti efektif dalam memperbaiki kebiasaan makan anak-anak yang mengalami trauma akibat kekerasan seksual. Subjek yang menjalani intervensi ini menunjukkan peningkatan kebiasaan makan yang signifikan, dan perubahan tersebut bertahan lama meskipun intervensi telah dihentikan. Dengan demikian, *play therapy* dapat dianggap sebagai metode yang efektif dalam membantu anak-anak pulih dari trauma dan memperbaiki berbagai aspek penting dalam kehidupan mereka, termasuk kebiasaan makan.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Estiani et al., (2024), yang menunjukkan bahwa pendekatan serupa dapat diterapkan dalam konteks medis untuk mengurangi kecemasan anak-anak yang sedang menjalani perawatan. Sebagai contoh, permainan boneka tangan berkarakter dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pada anak yang dirawat di rumah sakit. Permainan ini berfungsi untuk merangsang imajinasi, meningkatkan keaktifan, dan menciptakan suasana yang menyenangkan, sehingga membantu anak merasa lebih tenang dan nyaman.

Efektivitas *play therapy* tidak hanya terbatas dalam ranah klinis, tetapi juga dalam situasi krisis dan darurat kemanusiaan. Penelitian Susanti et al., (2024) menunjukkan bahwa penerapan

play therapy dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat bagi pengungsi korban banjir di Demak berhasil mendukung pemulihan emosional anak-anak maupun orang dewasa, terutama ketika dikombinasikan dengan pendekatan seperti *Psychological First Aid*.

Dengan demikian, baik dalam konteks trauma akibat kekerasan seksual maupun kecemasan medis, *play therapy* terbukti efektif dalam mendukung pemulihan dan kesejahteraan anak-anak. Bahkan efektivitasnya meluas hingga pada situasi krisis dan darurat kemanusiaan, seperti pada kasus pengungsi korban banjir.

SIMPULAN DAN SARAN

Konseling krisis dengan pendekatan *play therapy* terbukti efektif dalam mendukung pemulihan anak-anak yang mengalami trauma dan stres. *Play Therapy* menawarkan metode yang menyenangkan untuk membantu anak mengekspresikan emosi dan meningkatkan kemampuan sosial mereka. Prosedur pelaksanaan terapi ini terdiri dari tiga tahap utama: perencanaan terapi, pelaksanaan, dan evaluasi, yang fokus pada menciptakan hubungan yang baik antara terapis dan anak. Dengan demikian, *play therapy* dapat menjadi pilihan yang efektif dalam intervensi psikologis untuk anak yang menghadapi situasi krisis, memfasilitasi pemulihan emosional, serta meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Disarankan untuk melakukan evaluasi rutin untuk memastikan efektivitas terapi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi penerapan *play therapy* dalam berbagai situasi krisis anak.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, S. (2024). Pelaksanaan Layanan Konseling Krisis Untuk Mengatasitrauma Korban Bullying Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(1), 75-77.
- Apaydin, S. & Celebi, S. G. C. (2023). *The effect of crisis counseling course on counseling self efficacy and readiness for crisis intervention*. *Cukurova Universitesi Egitim Fakultesi Dergisi*, 52(2), 626-643.
- Christiana, I., & Safitri, A. (2021). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kemampuan Sosialisasi Anak Retardasi Mental. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 8(1), 37-52.
- Estiani, M., Suparno, S., & Haryani, R. M. (2024). Penerapan Terapi Bermain Boneka Tangan pada Anak Prasekolah untuk Menurunkan Kecemasan Akibat Hospitalisasi. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 7(3), 776-788.
- Handojo, H. L., & Sukada, B. A. (2024). Implementasi Desain Sarana Terapi Bermain Untuk Pengembangan Kemampuan Wicara Dan Bahasa Anak Penyandang Tunarungu. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 6(1), 603-612.
- Haksasi, B. S., & Dewi, W. N. A. (2020). *Konseling Krisis dan Traumatis*. Semarang: Cipta Prima Nusantara.
- Islamiyah, I., Novianti, A. D., & Anhusadar, L. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Puzzel untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah. Murhum: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 87-98.
- Kusumastuti, W., Hapsari, W., & Karsiyati, K. (2023). Konseling Krisis Sebagai Intervensi Psikologis Pada Klien Kekerasan Seksual di Purworejo. *Surya Abdimas*, 7(1), 128-134.
- Losi, R. V., Wahyuni, S., Rosida, S., & Zahra, P. (2023). *Comic Strip: a Media to Teach English*. *JOLADU: Journal of Language Education*, 1(3), 127-133.

- Mulyasih, R., & Liza, D. (2019). Trauma Healing Dengan Menggunakan Metode Play Therapy Pada Anak-Anak Terkena Dampak Tsunami Di Kecamatan Sumur Propinsi Banten. *Bantenese Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1). 35-36.
- Muthmainnah, S., Sinring, A., & Pandang, A. (2024). Studi Efektivitas Play Therapy dalam Konseling Anak Korban Kekerasan Seksual di Majene. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 41(2), 68-93.
- Nuraini, Y., Hartati, S., & Sihadi. (2020). *Memacu Kreativitas Melalui Bermain*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rahma, U., & Rahayu, E. W. (2018). *The Role of Family Social Support on Career Maturity of The Student Junior High*. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(3), 194-205.
- Ritonga, Y. F., & Ritonga, R. S. (2023). Penerapan Play Therapy Pada Anak Yang Mengalami Temper Tantrum Usia 4-5 Tahun. *PeTeKa*, 6(3), 600-601
- Sara, D. G. (2021). *Terapi Bermain dan Terapi Humor dalam Konseling*.
- Situmorang, I. H., Hutapea, N. G., Cibro, S. L. H., Wastina, I., Simatupang, F. J., & Sinaga, R. (2023). Konsep Konseling Krisis. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 2(4), 13211-13221.
- Snyder, H. (2019). *Literature review as a research methodology: An overview and guidelines*. *Journal of business research*, 104, 333-339.
- Sujadi, E. (2019). Penerapan Play Therapy Dengan Menggunakan Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosio Emosional. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan* 3(1): 14-24.
- Susanti, R. N., Raharjo, T., Mahardayani, I. H., Khasan, M., & Faqihuddin, A. (2024). Menghidupkan Kembali Senyum dan Asa: Sinergi Play Therapy dan Psychological First Aid bagi Korban Banjir Demak. *Madaniya*, 5(2), 622-632.
- Tahir, C. & Andi, A. (2023). Penerapan Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 35.
- Tetasa, S., Muniroh, L., & Puspita, F. I. (2025). Hubungan Tingkat Stres Akademik dan Kecenderungan Sindrom Makan Malam dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 25(1), 309-315.
- The Zebra. (2024). Mental Health Statistics. Diakses pada 18 November 2024 dari <https://www.thezebra.com/resources/research/mental-health-statistics/>
- Wahyuni, S., Tasril, V., & J. Prayoga, J. P. (2022). Desain Aplikasi Game Edukasi Pada Siswa Kelas 2 Sd Negeri 024777 Binjai. *Warta Dharmawangsa*, 16(4), 758-768.
- World Health Organization. (31 Maret 2023). Depressive Disorder (Depression). Diakses pada 18 November 2024 dari <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/depression>
- Yusran, S., & Effendy, D. S. (2025). Hubungan Tingkat Stres, Kualitas Tidur, dan Pola Makan dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Tahun 2024. *Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 5(4).