

Studi Awal Identifikasi Efek Terapi Bermain dengan Lego®

DenrichSuryadi

Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: denrichs@fpsi.untar.ac.id

ABSTRAK

Bermain merupakan salah satu media untuk melakukan refleksi, pengenalan diri melalui proses pengalaman yang mendalam dengan media permainan seperti rumah-rumahan, boneka, figur binatang, dan lainnya. Play therapy pada awalnya dilakukan hanya untuk anak usia 3-11 tahun untuk menyediakan media mengenal diri, membuka diri dan menyembuhkan diri sendiri melalui pengalaman dan perasaan selama bermain. Sejak tahun 2014, Play Therapy berkembang dan terbuka untuk usia dewasa dengan menggunakan permainan yang masih dapat mengakomodasi aspek-aspek psikologis menurut kebutuhan individu dewasa khususnya karyawan dalam suatu perusahaan. Terapi bermain dengan menggunakan Lego menawarkan proses belajar yang inovatif untuk memperdalam refleksi dan mendukung proses komunikasi yang efektif antar peserta. Terapi bermain dengan Lego ini dirancang dalam bentuk intervensi sosial yang informal dan dinamis bagi orang dewasa, dilakukan dalam beberapa sesi dan disertai dengan umpan balik per sesi bagi setiap peserta. Penelitian ini merupakan studi awal untuk mengidentifikasi aspek-aspek psikologis yang muncul paska pemberian terapi bermain pada partisipan usia dewasa awal di universitas dan perusahaan. Aspek yang muncul sebagai hasil intervensi terapi bermain ini adalah pola komunikasi, kerjasama, self-efficacy (keyakinan akan kemampuan diri), kepercayaan diri, kepercayaan (Trust) pada orang lain, kepemimpinan (Leadership), keterbukaan (Openness to Others), dan kreativitas.

Kata kunci: bermain, terapi bermain, LEGO

1. PENDAHULUAN

Bermain merupakan salah satu kegiatan yang menyenangkan bagi anak. Banyak literatur memastikan bahwa kegiatan bermain tidak hanya bermanfaat positif bagi kesehatan mental tetapi juga sebagai media yang efektif untuk belajar. Bermain merupakan salah satu media untuk melakukan refleksi, pengenalan diri melalui proses pengalaman yang mendalam dengan media permainan seperti rumah-rumahan, boneka, figur binatang, dan lainnya.

Terapi Bermain atau *Play therapy* pada awalnya dilakukan hanya untuk anak usia 3-11 tahun untuk menyediakan media mengenal diri, membuka diri dan menyembuhkan diri sendiri melalui pengalaman dan perasaan selama bermain. Sejak tahun 2014, *Play Therapy* berkembang dan terbuka untuk usia dewasa dengan menggunakan permainan yang masih dapat mengakomodasi aspek-aspek psikologis individu dewasa.

Para trainer biasanya setuju dengan ide bahwa dalam proses tertentu, lingkungan kerja merupakan hal penting untuk memfungsikan kelompok secara efektif dalam aspek rasa percaya, komunikasi, visi kelompok, dan komitmen terhadap kelompok (Nilson, 1993). Dalam sebuah kelompok, sebuah permainan akan memberikan efek latihan, aktivitas yang dapat diadaptasi bagi masing-masing anggota kelompok dan terhadap kelompok itu sendiri untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang gambaran mengenai kelompok itu sendiri.

Penggunaan permainan dalam sebuah terapi bagi organisasi/perusahaan akan melibatkan para peserta untuk berperilaku sesuai dengan stimulasi intelektual yang mengarahkan pada sebuah perubahan sikap. Permainan juga akan menstimulasi para peserta untuk terlibat dan memberikan penilaian khusus bagi setiap pesertanya. Biasanya permainan juga akan menciptakan atmosfer kebersamaan yang menyenangkan, hubungan antar peserta dan saling membagi nilai (Nilson, 1993). Permainan juga akan melatih kepekaan masing-masing individual akan emosi dan membantu individu untuk membentuk perasaan secara konstruktif (Nilson, 1993). Secara umum,

metode permainan merupakan cara yang efektif untuk membantu individu untuk belajar mengenal lingkungan dan diri sendiri.

2. METODE PENELITIAN

Definisi Terapi Bermain

Terapi bermain merupakan sebuah situasi ketika anak bermain secara bebas dan erapis sekali-kali mengutarakan komentar, menanyakan sesuatu atau melakukan sugesti/memberikan saran yang terbukti efektif mengatasi masalah emosional, kognitif dan sosial (Papalia & Martorell, 20XX). Terapi bermain biasanya juga disertai dengan sesi konsultasi dengan orangtua atau anggota keluarga terdekat sebagai suatu proses terintegrasi (Athansiou, 2001; Bratton & Ray, 2002; Leblanc & Ritchie, 2001; Ryan & Needham, 2001 dikutip dalam Papalia & Martorell, 20XX).

Dalam terapi bermain, metode yang digunakan adalah metode kognitif, yaitu pengungkapan masalah dengan bercerita, yang tentunya dibantu dengan alat-alat permainan tadi. Kegunaan dari terapi bermain sendiri adalah membantu anak yang memiliki masalah emosional, kecemasan karena stress, tekanan atau depresi sehingga perasaan-perasaan tadi bisa berkurang dan anak-anak diharapkan bisa mengatasi masalahnya sendirisebelumnya.

Terapi bermain ini sudah diperkenalkan sejak Plato mengungkapkan "*You can discover more about a person in an hour of play than in a year of conversation*" yang berarti anda bisa mengetahui tentang seseorang dalam waktu sejam dengan bermain bersamanya daripada menghabiskan berbicara selama setahun). Setelah Plato, bermunculan para ahli yang terus mengembang terapi bermain sampai saat ini.

Sejarah dan Perkembangan Terapi Bermain

Para tokoh ini memiliki peranan penting dalam mengembangkan terapi bermain sehingga mampu diterima menjadi salah satu pendekatan terapeutik yang nyata hasilnya. Beberapa tokoh yang berperan penting dalam pengembangan terapi bermain dalam bidang psikoterapi akan dibahas di bawah ini. Hermine Hug-Hellmuth, seorang tokoh yang dikenal luas sebagai psikoanalisis pertama di dunia yang mengkhususkan diri untuk memberikan terapi bagi anak dan orang pertama yang menggunakan permainan sebagai bentuk dari terapi. Pada tahun 1921, ia memperkenalkan proses terapi bermain formal dengan materi yang mampu membuat anak mengekspresikan diri dan menggunakannya sebagai alat untuk menganalisa anak (dikutip dari "Play therapy", 2015). Melanie Klein juga adalah tokoh yang menggunakan permainan sebagai alat analisa dan juga sekaligus sebagai media untuk menarik perhatian anak-anak yang ia terapi. Klein percaya bahwa bermain akan menghadirkan *insight* ke dalam alam ketidaksadaran anak (dikutip dari "Play therapy", 2015).

Tokoh berikutnya, David Levy yang mengembangkan pendekatan terapeutik yang disebut dengan "*Release Therapy*" pada tahun 1938. Pendekatan terstruktur ini mampu mendorong anak-anak yang mengalami trauma untuk ikut bermain secara bebas. Terapis kemudian secara bertahap memperkenalkan material yang terkait dengan kejadian traumatis tersebut dan memberi kesempatan bagi anak untuk mengalami kembali kejadian yang penuh tekanan/stres dan melepaskan emosi atau perilaku yang masih belum terselesaikan (dikutip dari "Play therapy", 2015). Joseph Soloman merupakan tokoh berikutnya yang menggunakan pendekatan "*Active Play*" untuk mendampingi anak-anak yang mengalami impulsivitas dan kecenderungan untuk berperilaku tidak terkendali. Pendekatan ini berdasarkan keyakinan Soloman bahwa

mengekspresikan emosi seperti takut dan marah dalam bermain akan berdampak ke perilaku yang lebih dapat diterima secara sosial (dikutip dari “Play therapy”, 2015).

Anna Freud mengemukakan argumen teoretisnya bahwa menggunakan metode bermain sebagai media untuk membangun hubungan positif antara anak dan terapisnya sehingga sang terapis mampu memahami pikiran dan emosi anak yang terdalam. Carl Rogers, Virginia Axline dan Roger Phillips juga merupakan para tokoh psikoterapi yang mengedepankan pentingnya hubungan atas dasar penerimaan dan rasa percaya, dan melalui terapi bermain yang merupakan teknik yang paling cocok bagi anak karena kedua hal ini merupakan integrasi yang efektif (dikutip dari “Play therapy”, 2015).

Terapi Bermain bagi Orang Dewasa

Saat memasuki dunia kerja, memasuki usia produktif, atau menjadi dewasa, kita kerap lupa bahwa kita sesungguhnya masih “bermain”. Atau lebih tepatnya, kita tetap menerapkan konsep-konsep dasar yang kita pelajari dari permainan yang biasa kita mainkan saat kanak-kanak: kreativitas, spontanitas, bermain peran, rasa ingin tahu, dan rasa gembira. Bermain juga membuat diri kita menyadari keberadaan kita, lewat gerakan yang kita lakukan maupun strategi yang sadar atau tidak sadar kita terapkan dalam permainan (Schaefer, 2003). Meski lebih populer sebagai bentuk terapi pada anak, terapi bermain juga bisa diaplikasikan untuk orang dewasa.

Beberapa riset membuktikan bahwa terapi bermain juga bisa membantu orang dewasa dengan gangguan kesehatan jiwa, salah satunya pada penderita depresi. Sebagai salah satu alternatif terapi pada penderita depresi, terapi bermain bisa dipilih oleh penderita depresi yang merasa kurang nyaman dengan bentuk-bentuk intervensi atau terapi konvensional, salah satunya dengan terapi bicara atau *talk therapy* (Schaefer, 2003).

Manfaat Terapi Bermain

Terapi bermain mengasumsikan bahwa depresi pada orang dewasa tidak berbeda dengan depresi pada anak. Terapi bermain menganggap bahwa orang dewasa memiliki proses internal yang sama dengan anak-anak, dan sama seperti anak-anak, bermain membantu orang dewasa mengekspresikan dirinya secara non-verbal. Terapi bermain memungkinkan orang dewasa membuka diri dan perlahan “mengakses” trauma dengan menggunakan beragam pilihan materi terapi. Materi dalam terapi bermain untuk orang dewasa dipilih untuk membantu memfasilitasi mereka untuk berekspresi dan berkreasi.

Dalam terapi bermain, tidak ada instruksi yang khusus dan tegas. Ketidadaan instruksi bertujuan agar mereka bisa menemukan titik nyaman untuk “mengakses” trauma mereka tanpa tekanan untuk mengungkapkan secara verbal trauma tersebut. Terapi bermain membebaskan orang dewasa untuk menginterpretasikan trauma tersebut tanpa merasa bahwa mereka sesungguhnya sedang dalam terapi konvensional yang terukur (Schaefer, 2003). Singkatnya, bermain bisa menjadi salah satu alternatif bagi penderita depresi untuk melepaskan diri dari tekanan, menemukan afirmasi diri, dan memperbaiki pola komunikasi serta interaksi dengan dunia sekitar mereka.

Sejak tahun 2014, *Play Therapy* berkembang dan terbuka untuk usia dewasa dengan menggunakan permainan yang masih dapat mengakomodasi aspek-aspek psikologis menurut kebutuhan individu dewasa khususnya karyawan dalam suatu perusahaan. Salah satu metode yang dijadikan sebagai metode adalah LEGO[®] Serious Play yang berkembang di Hongkong. Ada berbagai jurnal penelitian yang dilakukan terkait dengan LEGO[®] Serious Play di antaranya,

penelitian yang dilakukan oleh Cheng (2015) terhadap 40 orang dewasa yang bekerja dan hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pola pikir kreatif dan positif dalam menyelesaikan masalah nyata di kantor sehari-hari.

Perkembangan Terapi Bermain dengan LEGO®

LEGO muncul dari sebuah bengkel kayu milik Ole Kirk Christiansen di Billund, Denmark pada tahun 1916. "Lego", merupakan frase dalam bahasa Belanda "*Leg Godt*", berarti "*Play Well*" (dikutip dari "Ole Kirk Christiansen"). Kemudian the Lego Group menemukan bahwa "Lego" dapat dimaknai secara terpisah sebagai "*I put together*" atau "*I assemble*" dalam bahasa Latin yang berarti "Saya satukan menjadi satu" atau "Saya rakit". Ide permainan ini berasal dari pengalaman Ole yang melihat anaknya bermain sisa potongan kayu dan disusun menjadi sebuah bentuk yang menarik seperti mobil dan rumah. Setelah itu Ole mencobakannya dengan merancang potongan kayu untuk disusun dan dimainkan sebelum berganti ke material plastik dan mendunia sampai saat ini.

Tidak hanya sekedar bermain dengan potongan LEGO, terapi LEGO juga melibatkan kehadiran seorang terapis yang memandu klien anak atau dewasa untuk fokus dan menyelesaikan masalah mereka. Melalui terapi LEGO, anak dapat belajar untuk berkomunikasi dengan orang lain, mengekspresikan perasaan, mengubah perilaku, mengembangkan kemampuan pemecahan masalah dan mengembangkan hubungan mereka dengan lingkungan sekitar.

Terapi LEGO dimulai oleh Dr. Dan LeGoff, seorang neuropsikolog klinis dari Philadelphia USA. Ide ini muncul ketika ia sedang melakukan observasi terhadap anak autistik yang terlihat tidak tertarik dan menjauhkan diri dari lingkungannya. Paska observasi ini, LeGoff menyusun pendekatan terapi ini dan mulai mempublikasikan beberapa penelitian mengenai efektivitas terapi LEGO. Hasilnya menunjukkan adanya keterampilan sosial yang lebih baik pada anak-anak yang mengalami autisme dan gangguan komunikasi sosial lainnya. Terapi bermain ini juga meningkatkan kemampuan anak untuk merubah perilakunya, lebih memahami dan berbicara tentang perasaan mereka, menyelesaikan masalah dan belajar tentang dunia dimana mereka hidup, lebih baik daripada metode terapi bermain lainnya.

Pada tahun 2004, Dr. Dan LeGoff menerbitkan sebuah hasil penelitian yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan yang dialami oleh sekelompok anak autistik setelah mengikuti terapi selama 12 minggu. Setiap anak mampu memulai percakapan lebih banyak dengan anak yang lain dan percakapan tersebut berlangsung dengan lebih lama. Anak-anak ini menunjukkan lebih sedikit keinginan untuk menyendiri dan bersikap kaku dibandingkan ketika sebelum menjalani terapi (LeGoff, 2004). Anak-anak yang menjalani 12 sesi terapi lanjutan berikutnya bahkan mengalami peningkatan yang lebih signifikan lagi.

Penelitian kembali dilakukan oleh LeGoff dan Sherman pada tahun 2006 untuk membandingkan antara dua kelompok anak yang menjalani terapi bermain dengan LEGO dan kelompok anak yang tidak terlibat terapi bermain dengan LEGO sama sekali. Anak yang masuk dalam kelompok yang menjalani terapi bermain dengan LEGO menunjukkan perkembangan kompetensi sosial yang baik dan mampu beradaptasi terhadap situasi sosial dengan lebih baik (LeGoff & Sherman, 2006).

Permainan LEGO merupakan pengalaman yang melibatkan pengalaman yang berguna dan multi sensoris sehingga dapat dirancang untuk memenuhi kebutuhan individual. Berikut merupakan rancangan dasar terapi bermain dengan LEGO. Setiap individu belajar terlebih dahulu mengenai

serangkaian aturan dan keterampilan membentuk LEGO. Kemudian mereka diajak untuk berkenalan satu sama lain dalam kelompok. Setiap anggota kelompok menyepakati ide/proyek menyusun LEGO yang dapat dilakukan dan diselesaikan oleh setiap orang. Setiap individu akan memiliki peran yang akan dirotasi selama pelaksanaan terapi. Kelompok akan bekerjasama membentuk struktur LEGO sesuai dengan rencana yang disepakati bersama (Kristiansen & Rasmussen, 2014).

Metode ini memfasilitasi sebuah kelompok dalam kondisi proses tatap muka, menghadirkan komunikasi dan pemecahan masalah di mana setiap partisipan akan diarahkan melalui beberapa pertanyaan yang digali secara mendalam terhadap suatu masalah/isu tertentu. Setiap partisipan membangun model LEGO mereka masing-masing untuk menanggapi stimulus pertanyaan dari fasilitator secara terarah melalui diskusi kelompok, berbagi pengetahuan dan pengambilan keputusan. Dengan menggunakan metode ini, partisipan akan belajar untuk mendengarkan dan memiliki kesempatan untuk berbagi pendapat. Selama menyusun potongan LEGO®, semua partisipan akan memberikan makna melalui pembuatan cerita alasan membuat ide LEGO ini. Semua cerita yang dibuat merupakan proses untuk memahami, mempertajam insight dan secara sosial, para partisipan akan membentuk jalinan/ikatan bersama selama mereka bermain bersama (Kristiansen & Rasmussen, 2014). Para partisipan akan belajar mengenal satu sama lain, melihat perspektif baru berdasarkan persepsi orang lain, belajar berkomunikasi lebih baik, melibatkan imajinasi dengan lebih dalam dan membuat masing-masing partisipan merasa lebih nyaman dalam kelompok. Hasil inilah yang akhirnya tertuju pada tujuan akhir dari sebuah terapi yaitu perubahan perilaku yang berawal dari perubahan sikap dan emosi selama menjalani proses bermain yang menyenangkan.

Penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen, *ex post facto* dengan memberikan perlakuan intervensi terapi bermain untuk melihat aspek-aspek psikologis yang muncul dalam situasi dinamika kelompok selama bermain LEGO. Partisipan akan mengisi lembar kerja pada setiap akhir sesi individual dan kolektif untuk melakukan self report tentang proses yang terjadi dan aspek psikologis apa yang tergalil selama melakukan sesi bermain dengan LEGO. Sesi individual dilakukan pertama kali dalam rentang waktu 15 menit, sesi kolektif (dua atau tiga partisipan secara bersama) dilakukan setelah sesi individual dalam rentang waktu 20 menit) dan sesi akhir dilakukan oleh lima atau enam orang partisipan sekaligus dalam rentang waktu 20 menit. Setelah tiga sesi bermain ini dilakukan dan pengisian *worksheet* diselesaikan, kelompok besar melakukan sesi *wrap up* untuk berbagi cerita dan perasaan selama proses intervensi berlangsung. Data hasil *worksheet* dan sesi *wrap up* menjadi data penelitian studi identifikasi awal ini yang akan dianalisis secara kualitatif.

Pengambilan data Tahap 1 tanggal 5 Oktober 2016

Penelitian diawali dengan proses uji coba terhadap 6 orang mahasiswa/i sebagai partisipan pertama terapi bermain dengan menggunakan media Lego. Sebelum dimulai, peneliti melakukan *debriefing* dan memberikan *informed consent* mengenai apa yang akan mereka lakukan selama proses terapi bermain, hak-hak mereka sebagai partisipan dan isu kerahasiaan tentang apa yang terjadi dan tercatat dalam proses uji coba ini.

Sebelum memulai proses terapi, peneliti telah menyiapkan serangkaian instruksi untuk memandu proses terapi ini. Hasil catatan observasi menunjukkan bahwa mereka sangat senang dan antusias ketika melihat potongan-potong balok Lego bertebaran di atas meja. Mereka menyatakan bahwa mereka sudah tidak sabar untuk memulai proses uji coba ini.

Sebelum melakukan ujicoba terapi bermain dengan Lego ini, mereka menuliskan beberapa perasaan dan apa yang mereka pikirkan, yaitu: (1) Merasa senang, antusias, tidak sabar; (2) Merasa senang karena bisa bermain Lego; (3) Ada rasa ingintahu apakah bermain Lego itu mudah atau sulit; (4) Ada rasa cemas juga apabila tidak bisa membuat sesuatu dari Lego ini dengan baik atau sesuai dengan keinginan sendiri, peneliti atau teman.

Setelah melakukan ujicoba terapi bermain dengan LEGO ini, mereka menuliskan perasaan dan perubahan yang mereka alami selama proses bermain, yaitu: (1) Bermain LEGO tidak semudah yang mereka bayangkan karena mereka merasa harus mencurahkan ide, motivasi yang kuat untuk mewujudkan ide tersebut dan memutuskan ide mana yang akan dilakukan untuk menyusun potongan balok LEGO tersebut; (2) Sulit untuk membayangkan apa yang akan mereka lakukan dengan LEGO tersebut; (3) Lebih mudah apabila bermain LEGO dengan teman dibandingkan hanya sendiri karena ide/imajinasi yang hadir lebih mudah; (4) Bermain LEGO bersama teman lebih menyenangkan dan memudahkan mereka untuk beradaptasi dengan teman yang belum pernah mereka kenal sebelumnya. Perasaan menyenangkan ini membuat mereka merasa lebih dekat daripada sebelumnya; (5) Menyadari bahwa ternyata dalam interaksi bersama bermain Lego, akan muncul individu yang lebih kreatif dan individu yang lebih pasif sehingga perannya akan lebih banyak membantu membentuk LEGO sesuai dengan ide yang telah disepakati.

Pengambilan data Tahap 2 tanggal 20 Oktober 2016

Penelitian tahap 2 ini dilakukan terhadap 5 orang karyawan PT.A sebagai partisipan pertama terapi bermain dengan menggunakan media LEGO. Sebelum dimulai, peneliti melakukan *debriefing* dan memberikan *informed consent* mengenai apa yang akan mereka lakukan selama proses terapi bermain, hak-hak mereka sebagai partisipan dan isu kerahasiaan tentang apa yang terjadi dan tercatat dalam terapi ini. Sebelum memulai proses terapi, peneliti telah menyiapkan serangkaian instruksi dalam bentuk worksheet yang lebih jelas untuk memandu proses terapi ini.

Sebelum melakukan ujicoba terapi bermain dengan LEGO ini, mereka menuliskan beberapa perasaan dan apa yang mereka pikirkan, yaitu: (1) Merasa senang, antusias, tidak sabar; (2) Merasa senang karena bisa bermain LEGOdengan teman sekantor, biasanya bermain dengan anak di rumah; (3) Ada rasa ingintahu apakah bermain LEGO itu mampu mereka lakukan; (4) Ada rasa cemas juga apabila tidak bisa membuat sesuatu dari LEGO ini dengan baik atau sesuai dengan keinginan sendiri, peneliti atau teman.

Setelah melakukan ujicoba terapi bermain dengan LEGO ini, mereka menuliskan perasaan dan perubahan yang mereka alami selama proses bermain, yaitu: (1) Bermain LEGO tidak semudah yang mereka bayangkan karena mereka harus memperoleh ide untuk membuat sesuatu berdasarkan material yang mereka miliki; (2) Mengalami stress karena sulit untuk membayangkan apa yang akan mereka lakukan dengan LEGO tersebut agar hasilnya bagus; (3) Lebih mudah apabila bermain LEGO dengan teman dibandingkan hanya sendiri karena ide/imajinasi yang disepakati berdasarkan banyak ide ketika berdiskusi; (4) Menyadari bahwa ternyata dalam interaksi bersama bermain LEGO, akan muncul individu yang tampil sebagai pemimpin/pengarah, individu yang memiliki ide yang lebih kreatif atau individu yang konformis sehingga hanya mengikuti instruksi sehingga perannya akan lebih banyak membantu membentuk LEGO sesuai dengan ide yang telah disepakati oleh setiap anggota kelompok; dan (5) Ada insight dan informasi baru yang diperoleh oleh para partisipan setelah menyelesaikan proyek ini yaitu makna filosofis bentuk gedung kantor mereka yang berbentuk layar kapal yang selama ini tidak diketahui oleh 4 dari 5 orang partisipan dalam kelompok ini. Setelah menyelesaikan proyek

ini, mereka merasa lebih terikat sebagai sesama staf karyawan dan lebih memiliki *belongingsness* terhadap perusahaan ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dua kali pengambilan data penelitian yang dilakukan pada dua kelompok partisipan dengan karakteristik yang berbeda yaitu kelompok mahasiswa dalam rentang usia remaja akhir 18-20 tahun dan kelompok karyawan PT.A dalam rentang usia dewasa awal & madya usia 20-50 tahun, hasil setelah melakukan terapi bermain dengan LEGO memiliki karakteristik yang serupa. Hasil yang diperoleh adalah: (1) adanya perasaan senang atau bahagia ketika mampu menyelesaikan tugas menyusun LEGO baik secara individual maupun bersama; (2) mengalami pengalaman yang cukup sulit pada awalnya untuk mengambil keputusan akan membuat bentuk apa ketika bermain secara individual namun dalam kesempatan bermain secara kolektif, pengambilan keputusan dan pelaksanaan dalam menyusun potongan LEGO dirasakan lebih mudah; (3) Adanya *insight* bahwa kreativitas dan motivasi untuk mencapai tujuan lebih dapat dicapai melalui kerjasama dalam kelompok dibandingkan secara individual; (4) munculnya peran-peran baru dalam proses kerja kelompok (pemimpin) dan menaruh kepercayaan terhadap masing-masing anggota kelompok dalam mengambil peranan tersebut ketika menyusun potongan balok; (5) memperoleh wawasan informasi baru mengenai identitas kelompok atau identitas sosial masing-masing anggota melalui proses komunikasi; dan (6) adanya keterikatan baru secara emosional terhadap masing-masing anggota kelompok (lebih mengenal rekannya, mengetahui karakter rekannya lebih dekat, memiliki rasa kepemilikan (*belongingsness*) yang lebih baik).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam studi awal ini diperoleh data aspek-aspek psikologis sebagai hasil identifikasi efek terapi bermain dengan LEGO yaitupola/proses komunikasi, kerjasama, *self-efficacy* (keyakinan/kepuasan akan kemampuan diri), kepercayaan diri, kepercayaan (*Trust*) pada orang lain, kepemimpinan (*Leadership*), keterbukaan (*Openness to Others*), dan kreativitas. Keseluruhan aspek ini akan dibahas secara lebih mendetil pada studi penelitian selanjutnya dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan spesifik pada para staf karyawan. Kekurangan dari penelitian ini adalah masih kurangnya studi literatur mengenai sejarah awal LEGO, berbagai penelitian yang terkait dengan permainan LEGO dan studi mengenai efek terapi bermain secara kuantitatif.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada para partisipan yang telah berkenan terlibat dalam proses penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada pihak perusahaan PT. X dan Fakultas Psikologi yang telah memberikan ijin berlangsungnya penelitian ini.

REFERENSI

- Cheng, C. (2016). *Serious work and serious play makes jack a smart staff: Adaptation of LEGO SERIOUS PLAY methodology to enhance creativity in Chinese work setting*. 74th ICP Annual Scientific Conference proceeding, h.39.
- Kristiansen, P. & Rasmussen, R. 2014. *Building a better business using the LEGO Serious Play Method®*. New York: John Wiley & Sons.
- LeGoff, D.B. 2004. Use of LEGO as a therapeutic medium for improving social competence. *Journal of Autism Developmental Disorder* ;34(5):557-71.
- Legoff, D.B. & Sherman, M. 2006. Long-term outcome of social skills intervention based on interactive LEGO play. *Autism*;10(4):317-329.

- LeGoff, D.B., De La Cuesta, G.G., Krauss, G.W., & Baron-Cohen, S. (2014). *How to build social competence through LEGO®-based Clubs for children with autism and related conditions*.
- Nilson, C. (1993). *Team games for trainers*. New York: McGraw-Hill.Inc.
- Ole Kirk Christiansen. Diunduh dari https://en.wikipedia.org/wiki/Ole_Kirk_Christiansen
- Papalia, D.E. & Martorell, G. 20XX. *Experience human development* (edisi ke-13). NewYork, NY: McGraw-Hill Education.
- Play therapy (2015). *GoodTherapy.org*. Diunduh dari <http://www.goodtherapy.org/learn-about-therapy/types/play-therapy>.
- Schaefer, C.E. (2003). *Play therapy with adult*. New Jersey: Wiley.