

**EFFECTIVENESS OF AQUATIC THERAPY WITH PLAY THERAPY TO IMPROVE
AND DEVELOP PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF AUTISM
SPECTRUM DISORDER (ASD)**

Ragil Aidil Fitriasari Addini*), Dita Setyaningrum **), Endang Sulastris **)

*) *Dosen Program Studi S-1 Fisioterapi STIKES Telogorejo Semarang*

**) *Mahasiswa Program Studi S-1 Fisioterapi STIKES Telogorejo Semarang*

Email : ragil@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: *Autism Spectrum Disorder (ASD)* merupakan suatu masalah kesehatan yang diakibatkan ke-abnormalan pada otak manusia yang terjadi sejak janin di dalam kandungan atau genetik yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan tumbuh kembang pada anak. Anak *penyandang Autism Spectrum Disorder (ASD)* memiliki ciri – ciri kurang ketertarikan dalam interaksi sosial, tantrum, dan gangguan dalam psikologisnya. Oleh karena itu, dari beberapa literatur yang kami review, terapi akrobatik dengan terapi bermain dapat meningkatkan dan mengembangkan aspek psikologis pada anak *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Tujuan:** mengetahui efektifitas terapi akrobatik dengan terapi latihan untuk meningkatkan dan mengembangkan aspek psikologi pada anak *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Metode:** Tinjauan sistematik review terhadap artikel terkait pemberian terapi akrobatik dengan terapi bermain pada anak *Autism Spectrum Disorder (ASD)*.

Hasil: Dengan terapi akrobatik dengan terapi bermain dapat memberikan pengaruh positif untuk tumbuh kembang bagi anak *penyandang Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Simpulan:** Pemberian terapi akrobatik dengan terapi bermain secara perlahan anak *penyandang autism* mampu memiliki perkembangan yang baik dan dapat melakukan aktivitas sehari hari seperti anak pada umumnya.

Kata kunci : *Autism Spectrum Disorder (ASD), Terapi Bermain, Terapi Akrobatik*

ABSTRACT

Background: *Autism Spectrum Disorder (ASD)* is a health problem that causes abnormalities in the human brain that occur since the fetus is in the womb or genetics that can affect the psychological condition and growth and development of children. Children with *Autism Spectrum Disorder (ASD)* have characteristics of being less interested in social interactions, tantrums, and psychological disturbances. Therefore, from some of the literature that we reviewed, aquatic therapy with play therapy can improve and develop psychological aspects in children with *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Objective:** to determine the effectiveness of aquatic therapy with exercise therapy to improve and develop psychological aspects of children with *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Methods:** A systematic review of articles related to giving aquatic therapy with play therapy to children with *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Results:** Aquatic therapy with play therapy can have a positive influence on the growth and development of children with *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. **Conclusion:** Giving aquatic therapy with play therapy slowly children with autism are able to have good development and can carry out daily activities like children in general.

Key words : *Autism Spectrum Disorder (ASD), Play Therapy, Aquatic Therapy*

PENDAHULUAN

Autism Spectrum Disorders (ASD) merupakan suatu kelainan pada otak manusia yang dapat mengakibatkan seseorang mengalami gangguan dalam melakukan komunikasi, interaksi sosial, kesulitan untuk penyesuaian diri terhadap lingkungan dan memiliki perilaku sensori dan motori yang berulang. Hal ini menyebabkan gangguan yang signifikan secara klinis di bidang sosial, pekerjaan, atau bidang penting lainnya dari fungsi saat ini. Sehingga, memerlukan perlakuan khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya dan memerlukan penanganan yang tepat. (Phytanza & BURHAEIN, 2019)

Terapi akuatik dengan terapi bermain merupakan terapi yang tepat yang dapat diberikan kepada anak penyandang *Autism Spectrum Disorder (ASD)* dengan tujuan untuk meningkatkan psikis dan fisik pada anak tersebut. Terapi akuatik merupakan suatu aktivitas terapi yang dilakukan di dalam air dimana terapi ini lebih cenderung dapat mengurangi tingkatan stres dan juga melatih konsentrasi pada

Dari 5 jurnal artikel yang dipilih menjelaskan bahwa *Autism Spectrum Disorders (ASD)* adalah suatu kelainan atau gangguan pada perkembangan sistem saraf pusat (otak) disebabkan oleh kecacatan genetik pada janin dalam kandungan, yang mengakibatkan seseorang mengalami gangguan dalam komunikasi dan interaksi terhadap sosial. Ada beberapa gejala yang sering dialami oleh *Anak Autism Spectrum Disorders (ASD)* yaitu perilaku anak yang hiperaktif, anak cenderung agresif, sering melakukan tindakan untuk menyakiti diri,

anak.(Phytanza & BURHAEIN, 2019). Sedangkan, Terapi bermain digunakan untuk anak autisme dengan tujuan meningkatkan keterampilan sosial dan emosional, juga membantu berpikir dengan cara berbeda dan meningkatkan komunikasi serta interaksi sosial. (Kothandapani & P.Swarnakumari, 2019).

METODE PENELITIAN

Proses yang digunakan untuk melakukan sistematis review adalah reviewer mencari beberapa artikel jurnal penelitian yang dipublikasi melalui database elektronik. Adapun database elektronik yang digunakan antara lain: Google Scholar, publish or perish. Kata kunci (keyword) yang digunakan adalah untuk jurnal dalam bahasa Inggris yaitu "Therapy Aquatic, Play Therapy, *Autism Spectrum Disorder (ASD)*". Setelah disesuaikan berdasarkan kriteria inklusi maka artikel yang tersisa adalah 5 (lima).

HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

dan sering juga mengalami perubahan suasana hatinya.(Dewi, 2021)

Terapi akuatik dapat digunakan sebagai terapi bermain bagi anak Autism. Program diberikan dengan memperhatikan FITT (frekuensi, intensitas, aktu, jenis) selama melakukan terapi akuatik. Durasi setiap sesi latihan 20-30 menit, frekuensi 3 sesi / minggu selama 10 minggu untuk hasil yang maksimal dan terbukti dapat mengurangi rasa stres dan meningkatkan konsentrasi pada anak. (Phytanza & BURHAEIN, 2019) (Marzouki, H.; Soussi *et al.*, 2022)

Selain terapi akuatik, Terapi bermain secara efektif sebagai salah satu intervensi untuk meningkatkan kemampuan motorik. Permainan yang digunakan sebagai program pelatihan yaitu program pelatihan dengan manajemen terapi bermain yang tepat seperti boneka, balok, permainan bola, pasak kegiatan papan, dan teka-teki untuk anak-anak dengan *Autism Spectrum Disorder (ASD)*, selama 10 minggu. Dengan hasil menggunakan Analisis Statistik Skala Pengukuran Fungsional Motorik Kotor (GMFMs) nilai rata-rata pra-perawatan adalah 79,35, SD adalah 4,4528 dan nilai rata-rata pasca-perawatan adalah 106,65, SD 8,3921. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan secara signifikan untuk ketrampilan motorik. Maka dari itu, seiring meningkatnya keterampilan motorik juga dapat membangun kefokusian, sikap dan rasa mandiri untuk anak penyandang *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. (Kothandapani & P.Swarnakumari, 2019)

Aktivitas bermain juga berfokus untuk rekreasi, bermain bola, mendirikan tenda, busa gelembung, cetakan kentang, berenang di tanah, cangkir, kasur, dapat peningkatan perhatian yang bermanfaat meningkatkan keterampilan aktivitas tanjukkan- bahasa mata, dan koordinasi, komunikasi aktivitas sebagai untuk kegiatan yang dilakukan pada anak

autism. (Uzun & Yilmaz, 2020).

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, E. S. (2021). Klasifikasi Autism Spectrum Disorder Menggunakan Algoritma Naive Bayes. *MATHunesa: Jurnal Ilmiah Matematika*, 9(1), 27–35. <https://doi.org/10.26740/mathunesa.v9n1.p27-35>
- Kothandapani, K., & P.Swarnakumari, D. (2019). Play therapy for children with Autism Spectrum Disorder (ASD). *International Journal of Basic and Applied Research*, 9 No.4(April).
- Marzouki, H.; Soussi, B. ., Selmi, O.; Hajji, Y.; Marsigliante, S. ., Bouhleb, E.; Muscella, A.; Weiss, K. ., & Knechtle, B. (2022). *Effects of Aquatic Training in Children with Autism Spectrum Disorder*. 1–12.
- Phytanza, D. T. P., & BURHAEIN, E. (2019). Aquatic Activities As Play Therapy Children Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Disabilities Sports & Health Sciences*, 2(November), 64–71. <https://doi.org/10.33438/ijdsahs.652086>
- Uzun, M., & Yilmaz, B. (2020). Play therapy in children with autism diagnosis: An investigation into the trainers' opinions. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(2), 318–326. <https://doi.org/10.15314/tsed.766598>