

TERAPI BERMAIN MENURUT PENDEKATAN ISLAM

Play Therapy in Islamic Approaches

Nor Hamizah bt Ab Razak^{1*}, Siti Nubailah Mohd Yusof², Nurhafizah Mohd Sukor³

^{1,2,3}Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan, Universiti Sains Islam Malaysia, Bandar Baru Nilai, Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia

norhamizah@usim.edu.my¹, nubailah@usim.edu.my², nurhafizah@usim.edu.my³

***Corresponding Author**

Received: 09 Mac 2021; **Accepted:** 11 Jun 2021; **Published:** 15 Jun 2021

To cite this article (APA): Razak, N. H., Mohd Yusof, S. N., & Mohd Sukor, N. (2021). Terapi bermain menurut pendekatan Islam. *Jurnal Pendidikan Awal Kanak-Kanak Kebangsaan*, 10(2), 61-70. <https://doi.org/10.37134/jpak.vol10.2.6.2021>

To link to this article: <https://doi.org/10.37134/jpak.vol10.2.6.2021>

ABSTRAK

Agama Islam adalah agama yang syumul yang sesuai bagi setiap lapisan masyarakat bagi sepanjang zaman. Agama Islam juga menitik beratkan kesejahteraan semua lapisan masyarakat termasuklah kanak-kanak. Dalam aspek pembangunan manusia pula, terdapat panduan-panduan yang telah ditetapkan bertepatan dengan tahap perkembangan masing-masing. Begitu juga bagi kanak-kanak, agama Islam memberi penekanan yang jitu terhadap tahap perkembangan kanak-kanak dengan meraikan fitrah semula jadi mereka yang suka bermain. Oleh itu, kajian ini adalah bertujuan untuk mengkaji pandangan perspektif Islam terhadap pendekatan terapi bermain yang umumnya dipelopori oleh barat. Kajian ini menggunakan kaedah kajian kualitatif menerusi kajian perpustakaan untuk mencari maklumat primer yang berkaitan dengan pendekatan terapi bermain menurut pandangan Islam. Maklumat-maklumat yang diperolehi adalah daripada pelbagai sumber seperti buku, jurnal, hadis dan Al-Quran serta artikel. Maklumat ini dikumpulkan dan disaring serta dianalisis menggunakan teknik analisis kandungan. Analisis yang telah dijalankan menjelaskan pendekatan terapi bermain yang diperkenalkan oleh barat sebenarnya telah menjadi amalan gaya asuhan yang diajarkan oleh agama Islam dan juga telah dipraktikkan oleh Rasulullah SAW. Antara pendekatan terapi bermain yang diketengahkan dalam kajian ini adalah pendekatan menggunakan modaliti pergerakan, modaliti muzik dan modaliti boneka. Justeru, dengan aplikasi pendekatan terapi bermain dan diintegrasikan dengan elemen agama dapat membantu perkembangan kanak-kanak secara holistik merangkumi sosial, emosi, fizikal dan juga spiritual.

Kata Kunci: terapi bermain, pendekatan Islam, kaunseling, kanak-kanak

ABSTRACT

Islam is a comprehensive religion that is suitable for every layer of society for all time. Islam also emphasizes the well-being of all levels of society, including children. In the aspect of human development, there are guidelines that have been set to coincide with the level of development of each. Similarly, for children, Islam places great emphasis on the level of development of children by celebrating their fitrah which is love to play. Therefore, this study aims to examine the views according to the Islamic perspective on the play therapy approach that is generally pioneered by the west. This study uses a qualitative research method through library research to find primary information related to the approach of play therapy according to Islamic views. The information obtained is from various sources such as books, journals, hadith, Al-Qur'an and articles. This information is collected, screened and analysed using content analysis techniques. The analysis that has been conducted explains that the play therapy approach introduced by the west has actually being taught earlier in Islam and also been practiced by the Prophet SAW. Among the play therapy approaches highlighted in this study are approaches using

movement modality, music modality and puppet modality. Thus, with the application of play therapy approach and integrated with religious elements can help the development of children holistically including social, emotional, physical and spiritual.

Keywords: *play therapy, Islamic approaches, counseling, children*

PENGENALAN

Agama Islam adalah agama yang menyeluruh yang mencakupi setiap kehidupan manusia merangkumi akidah, ibadah, akhlak, hinggalah kepada urusan kemasyarakatan, politik, kewangan termasuk perkembangan sosial dan emosi. Agama Islam juga memberi perhatian yang terperinci terhadap semua umatnya dari kecil, remaja, dewasa dan warga tua. Oleh itu, terdapat panduan yang sangat indah telah digariskan dalam Islam mengikut kepada kepada tahap perkembangan setiap individu.

Setiap manusia adalah berbeza dari aspek tahap kognitif, sosial, emosi, fizikal dan pertuturan mengikut fasa perkembangan masing-masing. Apatah lagi bagi kanak-kanak yang masih meneruskan fasa-fasa perkembangannya. Walaupun kanak-kanak memiliki keterbatasan dalam keupayaan kognitif, sosial, emosi, fizikal serta pertuturan, ini tidak bermakna kanak-kanak tidak memiliki perasan. Sebagaimana arang dewasa, kanak-kanak juga memiliki perasaan sedih, marah, kecewa, gembira dan sebagainya. Oleh itu, kanak-kanak juga adalah individu yang tidak boleh diketepikan malah perlu diberi perhatian yang lebih teliti memandangkan pembentukan nilai dan personaliti ketika kanak-kanak akan mempengaruhi kehidupan mereka akan datang. Agama Islam sangat mengambil berat terhadap kanak-kanak di mana terdapat ayat-ayat di dalam Al-Quran yang berbicara mengenai kanak-kanak meliputi pelbagai konteks. Menurut pendapat Mufti Wilayah Persekutuan, terdapat sekurang-kurangnya empat istilah yang digunakan dalam Al-Quran menceritakan tentang kanak-kanak iaitu *ibn, al walad, sobiyyun* dan *thiflun* (Zulkifli, 2015).

PERKEMBANGAN MANUSIA

Agama Islam memberi gambaran setiap fasa perkembangan manusia yang bermula seawal di dalam kandungan, selepas kelahiran dan juga lanjut usia. Bahkan agama Islam turut menjelaskan berkaitan dengan perjalanan hidup manusia sebelum dan sesudah mati. Setiap manusia akan melewati beberapa persinggahan iaitu alam arwah, alam rahim, alam dunia, alam barzah dan alam akhirat. Terdapat beberapa dalil dalam Al-Quran yang telah menjelaskan perjalanan hidup manusia sejak awal penciptaan sehinggalah di akhir hayat antaranya seperti yang terkandung dalam surah Al- Baqarah ayat 28 yang bermaksud;

‘Bagaimana kamu ingkar kepada Allah, padahal kamu (tadinya) mati, lalu Dia menghidupkan kamu, kemudian Dia mematikan kamu lalu Dia menghidupkan kamu kembali. Kemudian kepada-Nyalah kamu dikembalikan’.

Sebagaimana perspektif umum psikologi, agama Islam juga turut menjelaskan manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam kehidupan secara berperingkat di sepanjang hayat (Azizi & Zainuddin, 2010). Namun, di setiap peringkat agama Islam menekankan kepada perkembangan jasmani, rohani, intelek dan akhlak berbanding perspektif

psikologi yang hanya memfokuskan kepada perkembangan fizikal, sosial dan emosi sahaja. Perkara ini telah dijelaskan oleh Allah SWT di dalam Al-Quran surah Al-Infitar ayat 7-8 yang bermaksud;

“Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadian mu dan menjadikan (susunan tubuh) mu seimbang. Dalam bentuk apa saja yang Dia kehendaki, Dia menyusun tubuh mu”.

Begitulah kitaran kehidupan seorang individu bermula dari bayi, membesar sebagai kanak-kanak, meningkat remaja dan dewasa, seterusnya menjadi sebahagian dari elemen penting sebuah masyarakat dan negara. Kitaran ini berterusan dari mula kehidupan Adam dan Hawa di muka bumi hingga ke akhirat kelak. Bermulanya kehidupan seorang insan dengan kelahiran seorang bayi yang tidak mengerti apa-apa bermakna setiap lapisan masyarakat bertanggungjawab mendidiknya menjadi insan yang dikehendaki oleh masyarakat tersebut. Sekiranya didikan pincang yang diterima, maka pincanglah generasi yang seterusnya. Dan seandainya masyarakat menginginkan generasi seterusnya merupakan generasi yang beriman, maka pendidikan yang berteraskan Al-Quran dan Al-Sunnah perlu dilaksanakan bermula dari peringkat usia seawal kanak-kanak lagi. Terdapat hadis yang bermaksud;

“tidak ada seorang anak yang dilahirkan kecuali di dalam keadaan fitrah, maka ibu bapanya lah yang mencorakkannya menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi” (Al-Bukhari, 1987, kitab Al-Janaiz, no. 1319).

Hadis ini turut mengetengahkan penglibatan dan peranan ibu bapa dalam pendidikan awal seperti membentuk asas-asas perkembangan diri seseorang anak. Peribahasa ‘melentur buluh biarlah dari rebung’ juga adalah sinonim dengan masyarakat yang membawa maksud keberkesanan dalam pendidikan seseorang itu mestilah bermula daripada masa kanak-kanak.

Menurut perspektif Islam, istilah kanak-kanak adalah seseorang yang belum mencapai akil baligh (Alwi, 2001). Di usia kanak-kanak, perkembangan belum terbentuk sepenuhnya. Oleh itu, dalam memastikan layanan dan didikan adalah dapat disampaikan dengan berkesan, maka perlulah menggunakan pendekatan yang selari dengan tahap perkembangan mereka. Bertepatan dengan firman Allah dalam surah Ibrahim ayat 4 yang bermaksud;

“Tidaklah kami utus kan seorang Rasul kecuali ia harus menjelaskan dengan bahasa kaumnya. Maka Allah menyesatkan sesiapa yang dikehendakiNya (menurut undang-undang peraturannya), juga memberi hidayah petunjuk kepada sesiapa yang dikehendakiNya (menurut undang-undang peraturannya); dan Dia lah jua Yang Maha Kuasa, lagi Maha Bijaksana”.

Dalil tersebut menjelaskan, segala penyampaian perlulah disesuaikan dengan tahap pemahaman dan agama Islam juga menganjurkan agar didikan dan layanan terhadap manusia perlu bersesuaian dengan perkembangan mereka.

KANAK-KANAK DAN BERMAIN MENURUT ISLAM

Bermain adalah salah satu aktiviti penting dalam perkembangan dan kesejahteraan kanak-kanak. Bermain juga berkait rapat dengan fungsi otak, pembentukan emosi dan sikap kanak-kanak (Wilson & Ray, 2018). Ironinya, dalam berhadapan dengan kesukaran orang dewasa cuba mengawal tekanan dengan melakukan aktiviti riadah atau hobi. Bagi kanak-kanak pula aktiviti bermain merupakan cara untuk mereka berehat dan mengatasi tekanan. Malahan, aktiviti bermain turut menyediakan peluang bagi kanak-kanak untuk menjadi kreatif, mengasah kemahiran menyelesaikan masalah, memberikan rasa pencapaian serta keyakinan terhadap kemampuan mereka sendiri. Menurut kajian, kanak-kanak yang diberi peluang untuk bermain memiliki perkembangan sosial dan emosi yang lebih baik (Andrade, 2019). Ini kerana di sebalik bermain kanak-kanak sebenarnya meluahkan perasaan, emosi serta pemikiran mereka. Tambahan lagi, melalui bermain kanak-kanak menggunakan semua pancaindera yang dikurniakan seperti memerhati, menyiasat, mencuba, mencipta, berfikir serta berimajinasi. Hasilnya, mereka akan lebih cepat matang, berpengetahuan luas dan berpandangan jauh. Sebaliknya, kanak-kanak yang kurang diberi peluang bermain cenderung untuk mengalami kecederaan emosi.

Tidak dapat dinafikan bermain adalah aktiviti yang memberikan keseronokan dan agama Islam tidak sama sekali menegah malah menggalakkan kanak-kanak untuk bermain, sebagaimana hadis diriwayatkan oleh Imam Al Bukhari dan Muslim, Aisyah berkata;

‘Aku selalu bermain anak patung di rumah Rasulullah SAW. Adakalanya rakan-rakan ku datang untuk bermain bersamaku. Suatu hari Nabi SAW datang kepada kami, kami semua terus bersembunyi kerana takutkan Baginda Nabi SAW. Namun begitu, Nabi SAW tidak pula kelihatan marah (apabila melihat patung mainan di tangan mereka),tetapi Nabi SAW datang dan bermain bersama’ (Al-Imam Abi 'Abdillah Muhammad bin Ismail Al-Bukhari, Sahih Bukhari 5, no. 5779).

Apatah lagi bagi kanak-kanak yang mana dunia mereka adalah sebuah kehidupan yang penuh dengan bermain dan keseronokan. Walaupun bermain dan kanak-kanak merupakan dua perkara yang berbeza namun tidak dapat dipisahkan antara satu dengan lain. Dapat dikatakan bahawa hampir sepanjang masa kanak-kanak tidak terlepas dari bermain. Oleh itu, agama Islam menggalakkan kanak-kanak untuk bermain kerana bermain adalah keperluan bagi mereka. Ibu bapa juga perlu mencari ruang dan peluang untuk bermain dengan anak-anak. Nabi Muhammad juga menunjukkan contoh yang terbaik dalam berhadapan dengan kanak-kanak iaitu meraikan kanak-kanak yang suka bermain. Beliau sering bermain dan bergurau senda dengan cucunya. Disebut dalam satu riwayat Rasulullah SAW sering mengendong Hasan dan Husin dan bermain kuda-kuda. Dalam riwayat yang lain, Umar bin Khattab merangkak dan anak-anaknya bermain di atas punggungnya (Mulyani, 2016). Teladan ini telah mengajar kita bahawa bermain dengan anak-anak bukanlah membuang masa namun ianya merupakan ungkapan cinta dan rasa hormat. Selain itu, ajaran agama Islam juga menuntut kanak-kanak untuk bermain di mana Imam Ja'far Shadiq berkata;

“Biarkanlah anak bebas bermain hingga usia tujuh tahun”. Sementara Rasulullah SAW berkata, “Biarkanlah mereka bermain. Bumi adalah padang rumput bagi anak-anak.”

Ini jelas menunjukkan, bermain dalam kalangan kanak-kanak adalah satu aktiviti yang digalakkan dan dituntut. Bermain bukan sahaja membantu perkembangan kanak-kanak malah merupakan keperluan bagi memenuhi fitrah kanak-kanak yang diciptakan keinginan dengan suka bermain.

PENDEKATAN TERAPI BERMAIN

Adalah menjadi lumrah dalam kehidupan manusia untuk berhadapan dengan cabaran dan ujian. Begitu juga dengan kanak-kanak, mereka juga tidak terlepas daripada cabaran dan ujian yang memberi tekanan dalam kehidupan. Tekanan ini berpunca daripada pelbagai faktor seperti keluarga, persekitaran, pembelajaran dan sebagainya. Oleh itu, kanak-kanak memerlukan bantuan ataupun sokongan untuk menghadapi cabaran dan kesukaran dalam kehidupan. Bimbingan dan kaunseling adalah salah satu perkhidmatan yang berupaya membantu kanak-kanak. Walau bagaimanapun, perkhidmatan yang diberikan haruslah berbeza dengan pendekatan terhadap orang dewasa kerana tahap perkembangan adalah berbeza.

Begitu juga dalam Islam yang menitik beratkan kepada perbezaan perkembangan manusia. Agama Islam telah memberi panduan berkaitan mendidik anak mengikut sunnah Rasulullah SAW iaitu berdasarkan kepada peringkat perkembangan (Nur Kholish, 2015). Bagi usia 0-6 tahun Rasulullah SAW menyuruh untuk memanjakan, mengasihi dan menyayangi anak-anak dengan penuh kasih sayang. Kasih sayang yang diberikan tidak boleh dibezakan sama ada anak yang sulung atau yang bongsu. Ibu bapa tidak boleh sesekali memukul anak-anak diusia ini disebabkan kesalahan walaupun bertujuan untuk mendidik. Seterusnya, bagi usia 7-14 tahun, ibu bapa perlu menanamkan nilai disiplin dan tanggungjawab kepada anak-anak. Inilah masa terbaik bagi orang tua dalam membentuk akhlak dan keperibadian anak-anak mengikut acuan Islam. Pada usia 15-21 tahun, ibu bapa perlu menjadi kawan kepada anak-anak dan manakala pada usia 21 tahun ke atas ibu bapa perlu memberi kebebasan di samping memantau, menasihati serta diiringi dengan doa agar anak-anak sentiasa berada di jalan yang benar.

Dalam konteks perkhidmatan bimbingan kaunseling pula, salah satu pendekatan yang sesuai dan dapat memenuhi keperluan kanak-kanak adakah pendekatan terapi bermain (Landreth, 2012). Terdapat limitasi dalam perkembangan pada usia kanak-kanak. Antaranya adalah perkembangan kognitif yang masih belum terbentuk sepenuhnya yang menyebabkan penguasaan perbendaharaan kata juga adalah terhad. Akibatnya, kanak-kanak mengalami kesukaran untuk meluahkan perasaan, emosi dan pemikiran mereka (Majidi & Rahmani, 2016). Jika orang dewasa mempunyai tempat untuk meluahkan perasaan bagaimana pula dengan kanak-kanak? Melalui bermain lah kanak-kanak meluahkan serta mengekspresikan segala perasaan serta pemikiran yang dialami. Oleh itu, kanak-kanak yang tidak diberi peluang untuk bermain lebih terdedah kepada kemurungan tekanan, ketakutan kerana segala perasaan mereka tidak terluah. Jika tidak dibantu, kanak-kanak ini akan berterusan dalam kesengsaraan dan boleh mengakibatkan pelbagai masalah tingkah laku dan juga boleh berpanjangan hingga ke dewasa kelak.

Di samping itu, pendekatan terapi bermain juga merupakan media semula jadi untuk berkomunikasi ke arah pertumbuhan dan perkembangan optimum (Schaefer, 1993). Ketika bermain kanak-kanak akan rasa dihargai apabila berkomunikasi dengan menggunakan bahasa semula jadi mereka seterusnya mereka dapat mengekspresikan diri mereka secara langsung dan sepenuhnya melalui penggunaan alat permainan. Selain itu, pendekatan ini juga adalah

bersandarkan kepada hubungan terapeutik di mana komunikasi kanak-kanak dapat dikembangkan dan mudah untuk diluahkan (Landreth, 2012). Dengan menggunakan pelbagai kaedah dari permainan berbentuk direktif dan bukan direktif, ahli terapi bertindak untuk mengesahkan, mengartikulasikan dan mengatur ekspresi emosi dan bekerjasama dengan kanak-kanak dalam mencari makna dan pemahaman tentang persekitaran. Tambahan lagi, bermain adalah penting bagi kanak-kanak untuk perkembangan kemahiran komunikasi, penguasaan bahasa, kemahiran sosial, kemahiran motor, perkembangan emosi, perkembangan kognitif dan juga kemahiran membuat keputusan bagi kanak-kanak (Orsbern, 2002). Terdapat juga kajian-kajian tempatan telah membuktikan bahawa pendekatan bermain bertindak sebagai bentuk sokongan terhadap kanak-kanak untuk perkembangan komunikasi dan bahasa (Mohamed Isa *et al.*, 2021), menguasai pembelajaran matematik (Mohd Alim & Zaini, 2021), perkembangan sosial dan emosi (Mohammad *et al.*, 2021) serta kesejahteraan (Linda *et al.*, 2019). Di samping itu, pendekatan terapi bermain adalah pendekatan yang meraikan kanak-kanak serta menghormati dunia mereka dengan tidak memaksa mereka untuk berkomunikasi dalam dunia orang dewasa (Landreth, 2012).

Bertepatan dengan perbincangan tersebut, ajaran agama Islam turut menekankan elemen bermain dalam berhadapan dengan kanak-kanak. Perkara ini ditonjolkan melalui akhlak Nabi Muhammad yang menunjukkan contoh yang terbaik dalam berhadapan dengan kanak-kanak iaitu meraikan kanak-kanak yang suka bermain.

APLIKASI TEKNIK TERAPI BERMAIN DALAM ISLAM

Dalam perkembangan dan pembangunan individu, agama Islam menitik beratkan semua elemen yang merangkumi fizikal, mental, rohani dan spiritual. Kesepaduan elemen ini bukan sahaja melahirkan individu yang sihat fizikal malah sejahtera mental dan sahsiah. Selain itu, aplikasi teknik-teknik sebagaimana yang terkandung di dalam Al-Quran dan hadis juga mampu melahirkan individu kanak-kanak yang berkemahiran, berdaya tahan serta berakhlak.

Terapi bermain merupakan pendekatan yang semakin berkembang maju dalam bidang kaunseling. Secara umumnya, pendekatan terapi bermain digunakan untuk membantu klien khususnya klien kanak-kanak dalam memahami dan menangani sendiri masalah psikososial yang mereka alami. Walau bagaimanapun, pendekatan terapi bermain yang diaplikasikan hari ini adalah berdasarkan kepada perspektif barat yang hanya menekankan kepada sosial dan emosi sahaja. Oleh yang demikian, integrasi terapi bermain di antara pendekatan barat dan Islam dilihat mampu memperkasakan lagi perkhidmatan bimbingan kaunseling terhadap kanak-kanak.

Dalam pendekatan terapi bermain terdapat beberapa modaliti yang dapat diaplikasikan dalam perkhidmatan kaunseling terhadap kanak-kanak seperti modaliti seni, pasir, boneka, pergerakan dan lain-lain. Namun, jika di selusuri teknik-teknik tersebut mempunyai persamaan sebagaimana pendekatan yang diaplikasikan dalam ajaran agama Islam. Oleh itu, adalah sangat berkesan sekiranya para kaunselor mendapat pendedahan berkaitan dengan pendekatan terapi bermain menurut Islam dan seterusnya dapat mengaplikasikan terhadap kanak-kanak.

Modaliti Terapi Pergerakan

Modaliti terapi pergerakan memberi tumpuan kepada tingkah laku pergerakan kerana ia muncul dalam hubungan terapeutik yang membolehkan kanak-kanak mengembangkan imej diri yang positif dan realistik. Modaliti ini adalah berkesan untuk merangsang interaksi sosial, meningkatkan mood, mengurangkan keresahan dan kebimbangan serta meningkatkan kesedaran sendiri serta ekspresi sendiri (Nan, 2017). Di samping itu, pergerakan juga membantu mengekalkan perhatian dan fokus selain berfungsi sebagai pemangkin untuk hubungan dan membuka jalan bagi komunikasi (Levine *et al.*, 2015). Dalam konteks Islam, pergerakan fizikal atau pun aktiviti bersenam dititik beratkan.

Agama Islam menuntut dan menggalakkan umatnya melakukan aktiviti fizikal kerana aktiviti ini dapat menyumbang kepada kesihatan dan juga kecergasan individu (Nor Saleha & Noor Hafizah, 2016). Pepatah Arab ada mengatakan 'akal yang sihat hadir daripada badan yang sihat'. Tubuh badan yang sihat mampu menghasilkan pemikiran yang lebih produktif dan sejahtera. Selain itu, aktiviti pergerakan yang sering berkait rapat dengan umat Islam adalah solat. Solat menyediakan unsur terapi yang memberi peluang untuk hamba merendah diri, menyatakan hajat serta meluahkan dan memohon segala hajat. Selain itu, melalui aktiviti solat pula menyediakan bentuk fizikal melalui pergerakan anggota tubuh badan semasa menunaikan solat.

Dalam konteks memberi rawatan kepada kanak-kanak, kaunselor berperanan untuk menerapkan kewajiban solat dan memberi pendidikan serta penerangan menggunakan pendekatan yang kreatif selaras dengan perkembangan mereka.

Modaliti Terapi Muzik

Modaliti muzik terdiri daripada aktiviti yang menggunakan alatan muzik atau pun vokal. Modaliti ini berkesan dalam mengurangkan kesakitan dan kebimbangan, menguruskan tekanan, komunikasi serta pengluahan emosi. Menurut pendekatan barat, kebiasaannya modaliti terapi muzik disepadukan dengan teknik *systemic desensitization* (Vasileios *et al.*, 2017). Teknik ini digunakan untuk mengurangkan kebimbangan atau ketakutan dengan menggantikan kepada respons yang adaptif. Premis utama teknik ini adalah seseorang individu tidak akan berada dalam keadaan tenang dan bimbang dalam sesuatu masa (Knell, 2009). Sekiranya kebimbangan telah digantikan dengan ketenangan maka, maka kebimbangan akan lenyap.

Manakala, menurut agama Islam terapi muzik mempunyai perkaitan dengan sistem pendengaran neural iaitu merupakan salah satu sistem saraf deria utama yang disebut beberapa kali dalam Al-Quran mendahului sistem-sistem lain (Siti Patonah *et al.*, 2013). Terdapat kajian mendapati dengan mendengar zikir dan bacaan Al-Quran membantu mengurangkan tahap tekanan dan meningkatkan tahap ketenangan (Hanan & Salwa, 2013). Secara saintifiknya, melalui bacaan Al-Quran serta elemen keagamaan meningkatkan gelombang alfa EEG yang dikaitkan dengan ketenangan bagi individu normal, boleh menenangkan dan memberi kerehatan jiwa walaupun individu tersebut tidak mampu membaca atau memahami Al-Quran.

Modaliti Terapi Boneka

Modaliti terapi boneka adalah rawatan menggunakan boneka untuk mengajar kanak-kanak berkaitan dengan tingkah laku. Salah satu pendekatan terapi bermain adalah pendekatan Terapi Bermain Kognitif Tingkah laku (TBKT). Kebanyakan intervensi TBKT disampaikan melalui modeling (Fazio & Ballard, 2014). Ini kerana modeling adalah berkesan untuk mendapatkan, menguatkan serta melemahkan tingkah laku. Pembelajaran melalui modeling juga adalah berkesan dan efektif bagi kanak-kanak dan remaja bagi memperoleh tingkah laku dan kemahiran baru. Menurut Knell (2009), modeling adalah teknik di mana kaunselor mengajar atau mempersembahkan tingkah laku dan pemikiran yang adaptif.

Sebagai contoh dalam mengaplikasikan modaliti terapi boneka, kaunselor memilih dua boneka bersama dengan kemahiran sosial yang ingin diajarkan kepada kanak-kanak. Contohnya, *“Bunny akan mempraktikkan kemahiran mendengar bersama dengan Donkey”*. Boneka Bunny mendengar perkara yang disampaikan oleh Donkey berserta mempamerkan kemahiran mendengar yang sesuai serta disediakan dengan dorongan dan maklum balas positif ketika boneka Bunny menunjukkan langkah-langkah untuk kemahiran mendengar.

Begitu juga dalam agama Islam yang menekankan kepada kepentingan *role model* dalam menyediakan pembelajaran sosial, emosi serta tingkah laku. *Role model* yang paling agung adalah Rasulullah SAW di mana baginda menyerlahkan keperibadian mulia yang boleh dijadikan contoh tauladan. Antara tujuan utama perutusan Rasulullah SAW oleh Allah SWT kepada manusia adalah untuk memperlihatkan kepentingan nilai akhlak atau moral dalam Islam, sebagaimana sabda baginda Rasulullah SAW yang bermaksud;

“Sesungguhnya aku diutuskan untuk menyempurnakan akhlak yang mulia”
(Asy-Syaibani, Musnad al-Imam Ahmad bin Hambal, no hadis: 8952).

Keseluruhan akhlak Rasulullah SAW merupakan contoh tauladan dan ikutan umat manusia. Allah SWT berfirman dalam surah Al-Ahzab ayat 21 yang bermaksud;

“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu contoh tauladan yang baik bagi mu (iaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah”.

Di samping itu, modaliti terapi boneka juga sering kali diaplikasikan dengan teknik *story telling*. Dalam konteks Islam, terdapat banyak kisah-kisah sahabat atau hadis-hadis yang boleh dijadikan bahan aktiviti dalam *story telling* menggunakan boneka bersama kanak-kanak. Daripada aktiviti tersebut, dapat mengajar atau memberi pendedahan kepada kanak-kanak berkaitan dengan nilai-nilai yang terdapat melalui kisah-kisah sahabat atau hadis-hadis tersebut yang seterusnya dapat diaplikasikan dalam kehidupan seharian.

Justeru, integrasi di antara modaliti terapi boneka dalam memberi psiko pendidikan berkaitan dengan tingkah laku atau kemahiran berdasarkan kepada akhlak-akhlak Rasulullah SAW serta kesepaduan dengan teknik barat mampu melahirkan kanak-kanak yang sejahtera sosial, emosi dan rohani serta spiritual.

KESIMPULAN

Islam adalah agama universal yang membimbing dan memandu manusia mencapai kesejahteraan hidup di dunia dan akhirat. Agama Islam juga telah menyediakan panduan bagi setiap gerak-geri manusia. Allah SWT mengarahkan hambanya mendalami pengetahuan kerana dengan ilmu dapat meningkatkan kualiti hidup. Oleh itu, dalam memberi perkhidmatan terhadap kanak-kanak adalah menjadi tanggung jawab kaunselor untuk memperkasakan ilmu pengetahuan terutamanya berkaitan pendekatan Islam kerana pendekatan daripada agama Islam adalah menyeluruh yang dapat membantu kanak-kanak secara holistik.

RUJUKAN

- Alwi, A. R. (2001). Jenayah kanak-kanak menurut undang-undang Islam. *Islamiyyat*, 22, 91-99.
- Andrade. (2019). *Benefits of play for the social and emotional development of children in kindergarten*. Capstone Projects and Master's Theses.
- Azizi, Y., & Zainuddin, A. B. (2010). Teori-teori perkembangan. *Psikologi Pendidikan*, 12-30.
- Fazio-Griffith, L. J., & Ballard, M. B. (2014). Cognitive behavioral play therapy techniques in school-based group counseling: Assisting students in the development of social skills. *VISTAS Online* 18.
- Hanan, S., & Salwa, M. (2013). Effects of zikr meditation and Jaw relaxation on postoperative pain, anxiety and physiologic response of patients undergoing abdominal surgery. *Journal of Biology, Agriculture and Healthcare*, 3(2), 23-38.
- Knell, S. M. (2009). Cognitive behavioral play therapy: Theory and applications. Dlm. A. A. Drewes (Pynt.), *Blending play therapy with cognitive behavioral therapy: Evidence-based and other effective treatments and techniques Hoboken*, John Wiley & Sons Inc.
- Landreth, G. L. (2012). *Play therapy: The art of the relationship*. Edisi ke-3. Taylor & Francis.
- Levine, B., Land, H. M., & Lizano, E. L. (2015). Critical social work the elements of dance/movement therapy employed when treating women with posttraumatic stress disorder critical social work. *Critical Social Work*, 16(1), 40-57.
- Linda, J., Ku Suhaila, K. J., Salleh, A. (2019). Kesan Modul Intervensi Kaunseling berasaskan Terapi Bermain Adlerian terhadap kesejahteraan kanak-kanak mangsa pengabaian. *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 43(3), 31-38.
- Majidi, R., & Rahmani, S. (2016). Game effectiveness of cognitive behavior therapy on improving social skills in children with AD-hyperactive in Sanandaj. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 66, 96-102.
- Mohammad, S. A., Osman, Z., & Abdul Aziz, A. N. (2021). Perkembangan sosioemosi kanak-kanak melalui aktiviti main peranan dalam pengajaran dan pembelajaran di peringkat prasekolah. *Jurnal Pendidikan Awal Kanak-kanak Kebangsaan*, 10(2), 47-60. <https://doi.org/10.37134/jpak.vol10.2.5.2021>
- Mohamed Isa, Z., Che Mustafa, M., Shamsudin, I. D., Bacotang, J., & Gnana Piragasam, G. A. (2021). Aktiviti sokongan bagi perkembangan bahasa dan komunikasi kanak-kanak. *Jurnal Pendidikan Awal Kanak-kanak Kebangsaan*, 10(2), 27-34. <https://doi.org/10.37134/jpak.vol10.2.3.2021>
- Mohd Alim, M., & Zaini, S. H. (2021). Persepsi ibu bapa terhadap kaedah bermain dalam pembelajaran matematik awal kanak-kanak di rumah. *Jurnal Pendidikan Awal Kanak-kanak Kebangsaan*, 10(2), 1-15. <https://doi.org/10.37134/jpak.vol10.2.1.2021>
- Mulyani, N. (2016). Dasar-dasar pendidikan anak usia dini, *Kalimedia*, 80.
- Nan, J. (2017). Effects of clay art therapy on adults outpatients with major depressive disorder: A randomized controlled trial. *Journal of Affective Disorders*, 217(5), 237-245.
- Nor Saleha, & Noor Hafizah. (2016). Konsep kecerdasan emosi dalam Islam. *International Conference on Aqidah, Dakwah And Syariah 2016 (IRSYAD2016)*, Shah Alam, 10th Mei 2016 Seminar Antarabangsa Akidah, Dakwah Dan Syariah 2016 (IRSYAD2016), Shah Alam, 10 Mei 2016.
- Nur Kholish, R. (2015). *Dahsyatnya mendidik anak gaya Rasulullah sejak dalam kandungan sampai 18 tahun*. Semesta Hikmah
- Orsbern, M. L. (2002). *Cognitive-behavioral play therapy: A survey of play therapists' knowledge and use of a new approach to child therapy*. Tesis Dr. Fal. Pepperdine University.
- Schaefer, C. E. (1993). *What is play and why is it therapeutic?* Dlm. C. E. Schaefer (Pynt.), *The therapeutic powers of play*, 1-15. Aronson.
- Siti Patonah, M., Zulkifli, M. Y., Durriyyah, S. H. A. (2013). Terapi bunyi melalui bacaan Al-Quran bagi

- masalah emosi dan kemahiran motor pertuturan kanak-kanak autistic. *International Journal of Quranic Research*, 5(2), 53-72.
- Vasileios, S., Rebecca, C., Lelouda, S., Sarah Le, R., & Lucie, B. (2017). The therapeutic contribution of music in Music-Assisted Systematic Desensitization for Substance Addiction Treatment: A pilot study. *The Arts in Psychotherapy*, 56, 30-44.
- Wilson, B. J., & Ray, D. (2018). Child-centered play therapy: Aggression, empathy, and self- regulation. *Journal of Counseling & Development*, 96(4), 399–409.
- Zulkifli, M. A. (2015). *Anak insanilah*. <http://muftiwp.gov.my>