

Pendampingan orang tua anak *down syndrome* dengan terapi bermain untuk optimalisasi tumbuh kembang anak *down syndrome* di Kantor POTADS Indonesia

Mona Oktarina¹, Andy Sirada², Fidyatul Nazhira³, Susianna Jansen⁴, Muthiah Munawwarah⁵, Solagracia Sukatno Putri⁶, Amazing Grace⁷, Ghyffara Agathy⁸
^{1,2,3,6,7,8} **Jurusan Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Indonesia**

⁴ **Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Indonesia**

⁵ **Jurusan Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi, Universitas Esa Unggul, Indonesia**

*monaoktarina@upnvj.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pendampingan orang tua anak dengan *down syndrome* melalui terapi bermain yang dilaksanakan di Kantor POTADS Indonesia bertujuan untuk meningkatkan pemahaman orang tua mengenai manfaat terapi bermain dalam optimalisasi tumbuh kembang anak. *Down syndrome*, yang disebabkan oleh salinan ekstra kromosom 21, memengaruhi perkembangan fisik dan kognitif anak, sehingga memerlukan pendekatan yang efektif dalam terapi. Kegiatan ini terdiri dari sesi sosialisasi, demonstrasi, dan evaluasi, dengan tujuan memberikan edukasi serta praktik langsung mengenai terapi bermain. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua sebesar 2,1%, mencerminkan efektivitas metode pendampingan. Para orang tua terlibat aktif dalam semua sesi, termasuk aktivitas bermain seperti bernyanyi, bermain parasut, dan membuat manusia salju, yang tidak hanya menstimulasi berbagai aspek perkembangan anak, tetapi juga mempererat hubungan orang tua dan anak. Kesimpulannya, program ini berhasil dalam meningkatkan pengetahuan orang tua dan mendukung tumbuh kembang anak dengan *down syndrome* secara holistik, dengan rencana evaluasi dan penyesuaian berkelanjutan untuk hasil yang lebih optimal.

Kata Kunci : *down syndrome*, terapi bermain, pendampingan orang tua, pengembangan anak, kantor POTADS Indonesia

ABSTRACT

The parent support activity for children with down syndrome through play therapy, conducted at the POTADS Indonesia office, aims to enhance parents' understanding of the benefits of play therapy in optimizing child development. Down syndrome, caused by an extra copy of chromosome 21, affects a child's physical and cognitive development, necessitating an effective therapeutic approach. This activity includes sessions of socialization, demonstration, and evaluation, designed to provide education and hands-on practice regarding play therapy. Pre-test and post-test results indicate a 2.1% increase in parents' understanding, reflecting the effectiveness of the support method. Parents were actively involved in all sessions, including activities such as singing, parachute play, and making snowmen, which not only stimulate various aspects of child development, but also strengthen the parent-child bond. In conclusion, the program successfully improved parents' knowledge and supported the holistic development of children with down syndrome, with plans for ongoing evaluation and adjustments for optimal results.

Keywords: down syndrome, play therapy, parental support, child development, POTADS Indonesia office

Articel Received: 15/08/2024; **Accepted:** 29/10/2024

How to cite: Oktarina, M., Sirada, A., Nazhira, F., Jansen, S., Munawwarah, M., Putri, S, S., Grace, A., & Agathy, G. (2024). Pendampingan orang tua anak down syndrome dengan

terapi bermain untuk optimalisasi tumbuh kembang anak down syndrome di Kantor POTADS Indonesia. *Abdimas Siliwangi*, Vol 7 (3), 589-599. doi: 10.22460/as.v7i3.24985

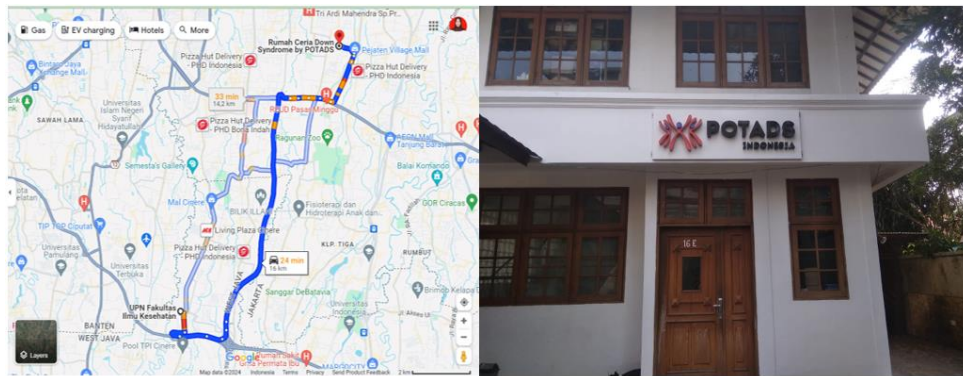
A. PENDAHULUAN

Tumbuh kembang anak berlangsung secara teratur, saling berkaitan dan berkesinambungan sejak awal konsepsi sampai dewasa, usia sekolah anak mulai membangun perilaku yang sehat, belajar keterampilan fisik, keterampilan motorik meningkat dan mengembangkan keterampilan dasar seperti menulis, membaca dan berhitung. Setiap tahapan perkembangan anak terdapat beberapa aspek perkembangan yang tumbuh secara kompleks, memiliki karakteristik yang berbeda sesuai tahapan usianya masing-masing, dengan tuntutan dan tanggung jawab yang berbeda. Tiap-tiap tahap perkembangan memiliki potensi gangguan perkembangan yang berbeda tergantung pada fase perkembangan yang dialami setiap anak. Salah satu gangguan perkembangan tersebut adalah *down syndrome*. Anak *down syndrome* termasuk pada anak keterbelakangan mental yang disebabkan oleh genetik karena adanya kelebihan kromosom 21 pada sel somatik yang dialami (Dayana, 2023).

Menurut *Indonesia Center for Biodiversity dan Biotechnology (ICBB)* Bogor, di Indonesia terdapat lebih dari 300 ribu anak pengidap *down syndrome*. Sedangkan angka kejadian penderita *down syndrome* di seluruh dunia diperkirakan mencapai 8 juta jiwa. Angka kejadian kelainan *down syndrome* mencapai 1 dalam 1000 kelahiran. Di Amerika Serikat, setiap tahun lahir 3000 sampai 5000 anak dengan kelainan ini. Sedangkan di Indonesia prevalensinya lebih dari 300 ribu jiwa. (Ayuningrum & Afif, 2020) Orang tua anak dengan *down syndrome* memiliki tanggung jawab penting untuk membantu anak-anak mereka mencapai potensi terbaik. Namun, banyak orang tua menghadapi tantangan untuk mendampingi anak-anak *down syndrome* dengan cara yang efektif, terutama dalam hal pertumbuhan dan perkembangan anak *down syndrome*.

Dalam penanganan kasus tersebut pada anak *down syndrome*, fisioterapi berperan dalam promotif dan rehabilitatif yaitu dengan mengedukasi orang tua anak dengan *down syndrome* serta memberikan masukan tentang promosi kesehatan dan manajemen kondisi jangka panjang. Melalui terapi bermain, anak *down syndrome* dapat mengalami pengembangan keterampilan secara lebih efektif karena pendekatan yang menyenangkan dan terlibat. Terapi bermain memberikan kesempatan bagi anak *down syndrome* untuk belajar melalui pengalaman praktis, memperkuat keterampilan sosial,

dan meningkatkan komunikasi verbal maupun non-verbal. Melibatkan mereka dalam aktivitas bermain dapat merangsang kreativitas, memperbaiki koordinasi motorik, dan meningkatkan daya ingat.



Gambar 1. Tangkap Layar Wilayah Lokasi dan Kantor POTADS Indonesia

Komunitas Persatuan Orang Tua Anak dengan *Down Syndrome* (POTADS) merupakan komunitas yang berfokus pada kegiatan mengedukasi mental orang tua dan anak penyandang *down syndrome*. Komunitas ini berlokasi di Pejaten, Jakarta Selatan dan memiliki cabang di Padang, Yogyakarta, Bali, Kalimantan Selatan dan beberapa kota lainnya. Beberapa program komunitas ini, di antaranya mendirikan Pusat Informasi dan Kegiatan (PIK) dan menyelenggarakan pertemuan para orang tua anak *down syndrome*. Selain itu, memberdayakan orang tua anak *down syndrome* agar selalu bersemangat dalam mengawal tumbuh kembang anaknya.

POTADS dipilih sebagai mitra pelaksanaan kegiatan ini beberapa masalah yang ditemukan pada anak *down syndrome* diantaranya mengalami keterlambatan dalam mencapai perkembangannya seperti duduk secara mandiri, berdiri dan berjalan. Selama masa kanak-kanak, anak *down syndrome* tidak mengalami pertumbuhan otot atau peningkatan kekuatan yang sama dengan teman sebayanya yang bukan *down syndrome*. Berkurangnya kekuatan dapat berdampak pada aktivitas kehidupan sehari-hari, seperti berjalan ke lantai atas, bangun dari tempat duduk, dan lain-lain. Anak-anak ini seringkali menghadapi tantangan dalam hal perkembangan lainnya, seperti kognitif, motorik, dan sosial.

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan yang ditemukan, kegiatan ini bertujuan memfokuskan pada terapi bermain dengan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak *down syndrome* secara holistik. Dengan pemahaman mendalam ini, pengabdian ini dirancang untuk mencakup

penyusunan program terapi bermain yang sesuai dan mengukur kemajuan perkembangan mereka dengan lebih efektif.

B. LANDASAN TEORI

Down syndrome merupakan kondisi genetik yang disebabkan oleh adanya salinan ekstra kromosom 21, mengakibatkan total 47 kromosom dalam sel tubuh dan memengaruhi perkembangan fisik dan kognitif (Septian, 2020). Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *down syndrome* merupakan kelainan genetika pada manusia yang terjadi ketika masa embrio yang disebabkan adanya kesalahan pembelahan sel yang disebut *nondisjunction embryo* yang harusnya melahirkan dua salinan kromosom 21, justru menghasilkan tiga kromosom 21 yang menyebabkan bayi memiliki 47 kromosom yang lazimnya hanya memiliki 46 kromosom (Metavia & Widyana, 2022). Pendampingan orang tua anak dengan *down syndrome* melalui terapi bermain sangat penting karena kondisi ini –yang disebabkan oleh salinan ekstra kromosom 21, memengaruhi perkembangan fisik dan kognitif anak (Ghazia & Rusmawan, 2023). Dengan memahami etiologi *down syndrome*, orang tua dapat lebih menyadari tantangan yang dihadapi dan bagaimana terapi bermain dapat membantu.

Kantor POTADS (Persatuan Orang Tua Anak *Down Syndrome*) Indonesia berperan dalam memberikan edukasi mengenai kondisi genetik ini dan menyelenggarakan program terapi bermain yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan motorik, kognitif, dan sosial anak. Sesi konsultasi reguler membantu dalam mengevaluasi kemajuan anak dan menyesuaikan terapi sesuai kebutuhan, sementara dukungan komunitas antara orang tua memperkuat penerapan strategi di rumah (Yulhan & Thristy, 2021). Dengan demikian, terapi bermain yang dipandu oleh POTADS membantu mengatasi dampak keterlambatan perkembangan akibat *down syndrome*, memberikan alat dan pengetahuan untuk mendukung optimalisasi tumbuh kembang anak.

Mengingat prevalensi *down syndrome* yang diperkirakan terjadi pada sekitar 1 dari 700 kelahiran di seluruh dunia, serta tantangan serupa yang dihadapi di Indonesia, penting untuk memahami dan mengatasi dampak kondisi ini secara efektif. Di Indonesia, meskipun data spesifik mungkin terbatas, prevalensi *down syndrome* menunjukkan kebutuhan mendesak akan dukungan dan intervensi yang tepat. Terapi bermain, seperti yang diprogram oleh Kantor POTADS, menawarkan solusi yang berharga dalam konteks

ini dengan memfokuskan pada aspek perkembangan yang sering terpengaruh oleh salinan ekstra kromosom 21. Dengan pendekatan yang terintegrasi, terapi ini tidak hanya membantu meningkatkan keterampilan motorik, kognitif, dan sosial anak, tetapi juga mendukung orang tua dalam mengatasi tantangan yang terkait dengan prevalensi global dan lokal *down syndrome* (Putri & Atifah, 2021). Melalui program-program yang disesuaikan dan dukungan komunitas, POTADS memainkan peran kunci dalam mengoptimalkan hasil perkembangan anak-anak dengan *down syndrome*, baik di tingkat lokal maupun global.

Dalam konteks fisioterapi, *down syndrome* menghadapi sejumlah tantangan spesifik yang memerlukan pendekatan terarah (Subagiyo & Widodo, 2022). Kondisi ini sering kali disertai dengan keterlambatan dalam perkembangan motorik, tonus otot rendah, dan masalah postural yang memengaruhi kemampuan anak untuk bergerak dan berfungsi secara optimal. Fisioterapi berperan krusial dalam mengatasi masalah-masalah ini dengan menyediakan latihan-latihan yang dirancang untuk meningkatkan kekuatan otot, koordinasi, dan keseimbangan anak. Program terapi bermain yang dipandu oleh Kantor POTADS (Persatuan Orang Tua Anak Down Syndrome) Indonesia, yang mengintegrasikan elemen-elemen fisioterapi, dapat membantu mengatasi tantangan-tantangan ini dengan cara yang menyenangkan dan efektif. Dengan memahami hubungan antara etiologi *down syndrome* dan permasalahan fisioterapi, serta memanfaatkan terapi bermain yang difokuskan pada aspek motorik dan postural, orang tua dapat lebih berhasil mendukung perkembangan fisik anak mereka dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Terapi bermain menawarkan manfaat signifikan bagi anak-anak dengan *down syndrome* dengan menargetkan berbagai aspek perkembangan yang sering kali terpengaruh oleh kondisi ini. Terapi bermain membantu meningkatkan keterampilan motorik halus dan kasar, memperbaiki koordinasi dan keseimbangan, serta merangsang perkembangan kognitif dan sosial (Kamil, Fitri, Nasution, & Putro, 2023). Dengan menggunakan aktivitas yang menyenangkan dan terstruktur, terapi ini memfasilitasi interaksi sosial dan komunikasi, memperkuat keterampilan yang penting untuk kehidupan sehari-hari. Bagi anak-anak dengan *down syndrome*, yang sering menghadapi tantangan seperti tonus otot rendah dan keterlambatan perkembangan motorik, terapi bermain memberikan kesempatan untuk belajar dan berlatih dalam lingkungan yang

aman dan mendukung. Kantor POTADS (Persatuan Orang Tua Anak *Down Syndrome*) Indonesia memanfaatkan terapi bermain sebagai alat efektif untuk membantu anak-anak dengan *down syndrome* mencapai potensi maksimal mereka, sekaligus memberikan dukungan kepada orang tua dalam proses pengembangan ini.

C. METODE PELAKSANAAN

Pendampingan orang tua anak *down syndrome* dengan terapi bermain dilaksanakan di Kantor POTADS (Persatuan Orang Tua Anak dengan *Down Syndrome*) Indonesia, Jakarta Selatan pada Sabtu, 18 Mei 2024. Sasaran dari kegiatan ini adalah orang tua anak dengan *down syndrome* yang tergabung dalam komunitas POTADS dan bersedia mengikuti serangkain kegiatan pendampingan.

Metode dan pendekatan yang digunakan adalah sosialisasi, pelatihan, pendampingan yang sekaligus dilaksanakan evaluasi. Kegiatan ini dilaksanakan dalam beberapa sesi sebagai berikut.

1. Sesi Sosialisasi

Peningkatan pemahaman kepada orang tua tentang terapi bermain anak *down syndrome*. Sebelum penyampaian materi, para orang tua *pre-test* tentang terapi bermain untuk anak *down syndrome*. Materi yang disampaikan antara lain mengenai manfaat terapi bermain dalam mengoptimalkan perkembangan anak *down syndrome* dan jenis - jenis terapi bermain. Orang tua juga diberikan kesempatan untuk bertanya seputar materi yang telah disampaikan.

2. Sesi Demonstrasi dan Penerapan

Orang tua dan anak diberikan demonstrasi terapi bermain yang dapat dilakukan di rumah. Setelah itu, orang tua dan anak mencoba melakukan terapi bermain ini bersama. Penjelasan mengenai bentuk terapi bermain diberikan secara detail, mengingat para orang tua dan anak diharapkan akan melakukannya di rumah masing-masing. Terapi bermain yang dilakukan antara lain sebagai berikut.

- a. Bernyanyi bersama sambil berkenalan dengan tujuan stimulasi sosialisasi anak *down syndrome*.
- b. Bermain parasut dengan tujuan stimulasi penglihatan dengan warna.
- c. Bermain halang rintang dengan tujuan stimulasi motorik.
- d. Membuat manusia salju dan bermain gelembung dengan tujuan stimulasi sensorik.

3. Sesi Evaluasi

Setelah kegiatan selesai, orang tua mengisi *post-test* untuk mengevaluasi pemahaman tentang terapi bermain untuk optimalisasi tumbuh kembang anak *down syndrome*.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan ini telah dilaksanakan dalam tiga sesi. Sebelum sesi pertama dimulai, orang tua mengisi daftar hadir dan *pre-test* untuk mengetahui parameter awal, seberapa banyak orang tua anak dengan *down syndrome* mengetahui tentang terapi bermain. Sesi sosialisasi dilaksanakan dengan memaparkan materi mengenai manfaat terapi bermain dalam mengoptimalkan perkembangan anak *down syndrome* dan jenis-jenis terapi bermain. Para orang tua memperhatikan dengan baik materi yang disampaikan. Materi disampaikan secara interaktif sehingga para orang tua bisa berdiskusi langsung lewat tanya jawab sehingga penjelasan mengenai terapi bermain lebih mudah dipahami.



Gambar 2. Sesi Sosialisasi

Pada sesi demonstrasi dan penerapan terapi bermain, orang tua dan anak sangat antusias mengikutinya. Kegiatan bermain dilakukan anak bersama orang tuanya karena melalui terapi bermain selain untuk stimulasi juga diharapkan bisa membangun kelekatan antara orang tua dan anak (Gelgel & Himaladin, 2023). Kegiatan bermain diawali dengan bernyanyi bersama sambil berkenalan untuk menstimulasi sosialisasi anak *down syndrome*. Yang awalnya anak masih malu untuk bersosialisasi, lewat bernyanyi bersama anak menjadi berani berinteraksi dengan teman-temannya. Selanjutnya bermain parasut yang bertujuan menstimulasi penglihatan anak dengan

warna dan bermain halang rintang untuk stimulasi motorik kasar maupun halus. Kegiatan bermain yang terakhir adalah membuat manusia salju dan bermain gelembung dengan tujuan stimulasi sensorik. Manusia salju dibuat menggunakan salju buatan dari garam dan gula yang dimasukkan ke dalam botol kecil menggunakan tangan anak supaya sensoriknya terstimulasi. Gelembung yang disentuh untuk dipecahkan juga menstimulasi sensorik anak.



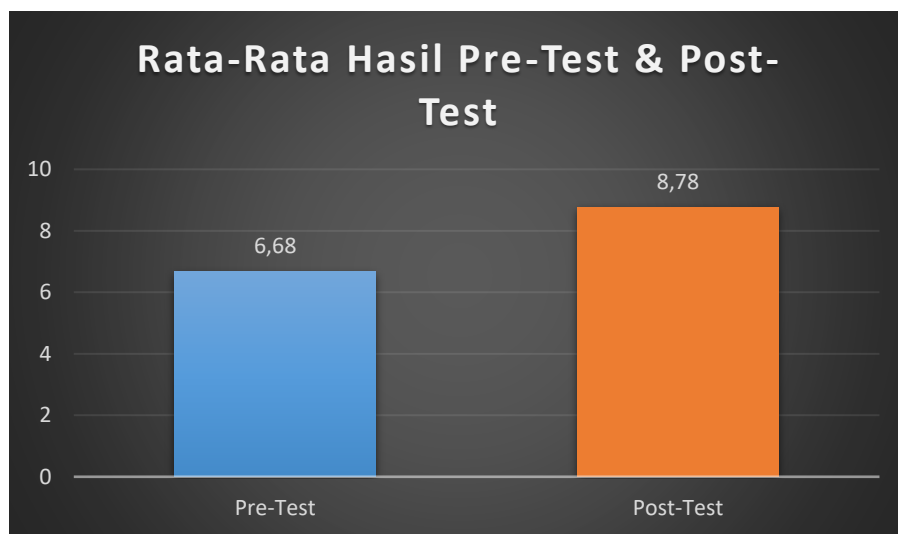
Gambar 3. Sesi Demonstrasi dan Pelaksanaan Terapi Bermain

Sesi terakhir dari kegiatan ini adalah evaluasi. Setelah rangkaian kegiatan selesai dilaksanakan, orang tua mengisi *post-test* untuk mengevaluasi sejauh mana pemahaman orang tua tentang terapi bermain untuk optimalisasi tumbuh kembang anak *down syndrome* yang sudah disampaikan dan dilakukan secara langsung bersama anak.



Gambar 4. Pengisian *Post-Test* dan Dokumentasi Bersama

Hasil *pre-test* dan *post-test* para orang tua dapat dilihat dari nilai rata-rata data diagram di atas. Data menunjukkan terjadi peningkatan yang signifikan dalam rata-rata nilai dari *pre-test* ke *post-test*. Peningkatan sebesar 2,1% menunjukkan bahwa para orang tua anak dengan *down syndrome* secara keseluruhan mengalami kemajuan dalam pemahaman materi yang diajarkan. Peningkatan yang signifikan ini mencerminkan efektivitas dari metode pendampingan yang telah diberikan. Metode tersebut berhasil meningkatkan pemahaman dan pengetahuan para orang tua anak dengan *down syndrome*.



Gambar 5. Nilai Rata-Rata Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

Hasil dari peningkatan nilai ini memotivasi kami untuk terus melanjutkan metode pengajaran yang sudah terbukti efektif sehingga dapat meningkatkan pemahaman para orang tua anak dengan *down syndrome*. Penyesuaian kecil dan inovasi dalam metode pendekatan dapat diterapkan untuk hasil yang lebih optimal. Evaluasi berkala dan penilaian berkelanjutan untuk memastikan bahwa peningkatan pemahaman peserta akan terus dilanjutkan. Hal ini bertujuan supaya tumbuh kembang anak *down syndrome* dapat dioptimalkan dengan baik sehingga kualitas hidup mereka meningkat.

E. KESIMPULAN

Kegiatan pendampingan orang tua anak dengan *down syndrome* melalui terapi bermain terbukti efektif menunjukkan hasil yang positif. Dalam tiga sesi yang diadakan, para orang tua terlibat aktif mulai dari pengisian *pre-test* hingga *post-test*. Sesi sosialisasi

yang interaktif membuat para orang tua memahami manfaat dan jenis terapi bermain dengan baik. Keterlibatan mereka dalam sesi demonstrasi dan penerapan terapi bermain bersama anak-anak, seperti bernyanyi, bermain parasut, dan membuat manusia salju, tidak hanya menstimulasi berbagai aspek perkembangan anak, tetapi juga mempererat hubungan antara orang tua dan anak.

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman orang tua mengenai terapi bermain, dengan peningkatan rata-rata nilai post-test sebesar 2,1% dibandingkan pre-test. Hal ini mencerminkan efektivitas metode pendampingan yang diterapkan. Kesuksesan ini memotivasi kami untuk terus menggunakan dan mengembangkan metode pengajaran ini agar lebih optimal. Evaluasi dan penyesuaian berkelanjutan akan dilakukan untuk memastikan bahwa pemahaman orang tua terus meningkat, sehingga tumbuh kembang anak dengan *down syndrome* dapat dioptimalkan, berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka.

F. ACKNOWLEDGMENTS

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada komunitas POTADS Indonesia yang selalu terbuka untuk bekerja sama, mendukung, dan membantu dalam memberikan hal baik untuk anak-anak *down syndrome* dan orang tua terutama dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak-anak *down syndrome*.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningrum, D., & Afif, N. (2020). Interaksi Sosial Anak Down Syndrome di TK Nusa Indah Jakarta. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 141-162.
- Dayana, I. P. (2023). Perkembangan Bahasa Anak Down Syndrome. *Journal of Special Education Lectura*, 1(1), 24-28.
- Gelgel, I. M., & Himaladin. (2023). Ekspresi Cahaya pada Galeri bagi Anak Down Syndrome. *Jurnal STUPA*, 5(2), 855-864.
- Ghazia, M. P., & Rusmawan. (2023). Perilaku Komunikasi Anak Down Syndrome dalam Interaksi Sosial di Sekolah Inklusi. *Jurnal Pendidikan Inklusi Citra Bakti*, 1(2), 182-190.
- Kamil, N., Fitri, Z. Z., Nasution, H., & Putro, K. Z. (2023). Memahami Anak Berkebutuhan Khusus: Down Syndrome. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 190-198.
- Metavia, H. M., & Widyana, R. (2022). Pengaruh Down Syndrome terhadap Perkembangan Akademik Anak di Indonesia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 54-60.

- Putri, F. S., & Atifah, Y. (2021). Studi Kasus Anak Down Syndrome dengan Lingkungan Sosial. *Prosiding SEMNAS BIO Universitas Negeri Padang*, 180-188.
- Septian, R. R. (2020). Interaksi Sosial Anak Down Syndrome dengan Lingkungan Keluarga dan Masyarakat (Studi Kasus Anak Down Syndrome di Seluruh Sekolah Luar Biasa Kota Tasikmalaya). *Jurnal Penelitian Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 8(2), 6-13.
- Subagiyo, I., & Widodo, A. (2022). Edukasi Pola Asuh pada Anak Down Syndrome di Desa Wonoharjo Dukuh Bulu. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(7), 2805-2810.
- Yulhan, O. A., & Thristy, I. (2021). Kualitas Hidup Anak dengan Down Syndrome di Yayasan POTADS (Persatuan Orang Tua Anak dengan Down Syndrome) Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 5(3), 44-50.