Volume 4 Number 2 (2026)
July-December 2026
Page: 155-164

E-ISSN: 2986-6502
DOI: 10.37680/ssa.11109

Social Science Academic

Pengaruh Play Therapy terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Usia Remaja dalam Dunia Pendidikan (Studi Quasi-Eksperimen)

Fatimatul laily[1], Huda Nur Aizi[3],Wara Anggana[3]
[123] Sekolah Tinggi Agama Islam Sidogiri, Pasuruan, Indonesia

Received: 16/05/2026 Revised: 15/06/2026 Accepted: 28/07/2026

Abstract

Self-confidence is a key psychological factor that shapes academic achievement and social adjustment during adolescence. This study examined the effect of play therapy on self-confidence among junior high school students in the Pasuruan region, East Java. A quantitative approach with a quasi-experimental pretest-posttest control group design was used. Thirty students aged 10–20 years were assigned to an experimental group (n = 15) and a control group (n = 15). The experimental group received eight play therapy sessions, while the control group followed regular school activities. The experimental group's mean self-confidence score rose from 62.40 to 81.73 ($p < .001$), whereas the control group's rose from 63.07 to 65.20 ($p = .037$). The between-group difference at posttest was significant ($t(28) = 7.03$; $p < .001$; Cohen's $d = 2.57$). Play therapy is therefore effective in increasing students' self-confidence and may serve as an alternative school counseling service.

Keywords Play Therapy, Self-Confidence, Adolescents, School Counseling, Quasi-Experiment

Corresponding Author
Fatimatul laily
Sekolah Tinggi Agama Islam Sidogiri, Pasuruan, Indonesia; lelystaisidogiri@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Masa remaja awal merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, dan sosial yang cepat sehingga evaluasi diri peserta didik menjadi sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan. Kajian longitudinal menunjukkan bahwa harga diri cenderung menurun pada awal masa remaja, kemudian meningkat secara bertahap menuju dewasa, sehingga periode sekolah menengah pertama menjadi fase yang kritis untuk dukungan psikologis (Orth & Robins, 2014). Penurunan tersebut berkaitan dengan tuntutan akademik yang meningkat, perbandingan sosial dengan teman sebaya, dan pencarian identitas diri yang belum stabil.

Kepercayaan diri berkaitan erat dengan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan menghadapi situasi sosial. Teori efikasi diri menjelaskan bahwa keyakinan akan kemampuan diri terbentuk melalui pengalaman keberhasilan, pengamatan terhadap orang lain, persuasi verbal, dan kondisi emosional yang mendukung (Bandura, 1977). Dalam konteks pendidikan, peserta didik yang percaya diri lebih berani bertanya, berpartisipasi dalam diskusi, dan bertahan menghadapi kesulitan belajar, sedangkan peserta didik yang kurang percaya diri cenderung menarik diri dan menghindari tantangan akademik.

© 2026 by the authors. This is an open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Penelitian jangka panjang memperlihatkan bahwa tingkat harga diri pada masa remaja memprediksi berbagai capaian hidup di kemudian hari, termasuk kesehatan mental, kualitas hubungan, dan keberhasilan pendidikan maupun pekerjaan (Orth et al., 2012). Namun, tinjauan kritis menegaskan bahwa upaya meningkatkan kepercayaan diri hanya akan bermanfaat apabila dikaitkan dengan pengalaman nyata dan keterampilan yang dapat dikembangkan, bukan sekadar pujian yang tidak berdasar (Baumeister et al., 2003). Hal ini menuntut intervensi sekolah yang melibatkan peserta didik secara aktif dan bermakna.

Di sekolah, layanan bimbingan dan konseling umumnya masih didominasi pendekatan verbal seperti ceramah, nasihat, dan konseling percakapan. Pendekatan tersebut sering kurang efektif bagi peserta didik yang belum mampu atau belum nyaman mengungkapkan perasaan melalui kata-kata. Bermain merupakan bahasa alami anak, dan play therapy memanfaatkan aktivitas bermain yang terstruktur untuk membantu individu mengekspresikan emosi, mengeksplorasi pengalaman, dan membangun pemahaman diri dalam suasana yang aman (Ryan & Edge, 2012). Dengan demikian, pendekatan ini berpotensi menjembatani keterbatasan komunikasi verbal pada peserta didik usia sekolah.

Bukti empiris dari berbagai penelitian menunjukkan efektivitas play therapy. Meta-analisis terhadap 93 studi menemukan bahwa intervensi bermain menghasilkan ukuran efek yang bermakna terhadap beragam hasil perlakuan pada anak, dan efek tersebut lebih besar ketika orang tua dilibatkan serta ketika pendekatan yang digunakan sesuai dengan kebutuhan anak (Bratton et al., 2005). Temuan serupa dilaporkan dalam tinjauan terhadap terapi bermain berpusat pada anak, yang menunjukkan hasil positif pada masalah perilaku, emosi, dan penyesuaian sosial (Lin & Bratton, 2015).

Khusus pada setting sekolah, tinjauan dan meta-analisis menyimpulkan bahwa terapi bermain berpusat pada anak yang diterapkan di sekolah memberikan manfaat yang signifikan terhadap kesehatan mental peserta didik dan layak diintegrasikan ke dalam program layanan sekolah (Ray et al., 2015). Penelitian lain pada kelompok anak usia dini juga menunjukkan bahwa terapi bermain kelompok dapat meningkatkan aset sosial-emosional anak (Cheng & Ray, 2016). Meskipun demikian, sebagian besar bukti tersebut berasal dari konteks Amerika Utara dan berfokus pada anak usia dini hingga sekolah dasar.

Kesenjangan penelitian masih terlihat pada kelompok remaja awal dan pada konteks sekolah di Indonesia, khususnya di wilayah Pasuruan, Jawa Timur. Di wilayah ini, guru bimbingan dan konseling melaporkan adanya peserta didik SMP yang pemalu, takut berpendapat, dan mudah cemas ketika tampil di depan kelas, tetapi layanan yang tersedia terbatas pada konseling verbal. Penelitian sebelumnya tentang intervensi bermain juga lebih banyak menyoroti masalah perilaku dan kecemasan,

misalnya pada anak yang agresif atau cemas (Ray et al., 2009; Stulmaker & Ray, 2015), sehingga bukti mengenai kepercayaan diri dalam setting pendidikan masih perlu diperkuat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menguji pengaruh play therapy terhadap peningkatan kepercayaan diri peserta didik usia remaja di SMP wilayah Pasuruan. Hipotesis yang diajukan adalah: (H1) terdapat perbedaan signifikan skor kepercayaan diri sebelum dan sesudah play therapy pada kelompok eksperimen; dan (H2) terdapat perbedaan signifikan skor kepercayaan diri posttest antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian diharapkan memberi kontribusi teoretis bagi pengembangan intervensi psikologi pendidikan dan kontribusi praktis bagi guru BK dalam merancang layanan yang menyenangkan serta efektif.

2. METODE

Pendekatan dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental pretest-posttest control group design. Desain ini dipilih karena penempatan peserta didik secara acak penuh sulit dilakukan di lingkungan sekolah yang kelas dan jadwalnya telah tersusun. Meskipun demikian, adanya kelompok kontrol dan pengukuran sebelum serta sesudah perlakuan memungkinkan peneliti memperkirakan efek intervensi sekaligus mengendalikan sebagian ancaman terhadap validitas internal (Dimitrov & Rumrill, 2003). Secara skematis, kelompok eksperimen menjalani O1 – X – O2, sedangkan kelompok kontrol menjalani O1 – – O2, dengan O1 adalah pretest, X adalah perlakuan play therapy, dan O2 adalah posttest.

Partisipan dan Teknik Sampling

Populasi penelitian adalah peserta didik SMP di wilayah Pasuruan, Jawa Timur. Sampel berjumlah 30 peserta didik berusia 10–20 tahun yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria: (a) terdaftar sebagai peserta didik aktif, (b) memiliki skor kepercayaan diri awal pada kategori rendah hingga sedang, (c) bersedia mengikuti seluruh sesi, dan (d) memperoleh persetujuan orang tua atau wali. Peserta kemudian dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen (n = 15) dan kelompok kontrol (n = 15), dengan pencocokan berdasarkan jenis kelamin dan skor pretest agar kedua kelompok setara. Kelompok eksperimen terdiri atas 8 perempuan dan 7 laki-laki, sedangkan kelompok kontrol terdiri atas 7 perempuan dan 8 laki-laki. Rerata usia seluruh peserta adalah 14,2 tahun (SD = 2,6).

Instrumen Penelitian

Kepercayaan diri diukur menggunakan skala kepercayaan diri yang terdiri atas 20 butir pernyataan dengan lima pilihan jawaban Likert (1 = sangat tidak sesuai sampai 5 = sangat sesuai). Skala mencakup empat dimensi, yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri, keberanian tampil dan

berpendapat, penerimaan diri, serta ketahanan menghadapi kegagalan. Rentang skor total adalah 20–100, dengan skor lebih tinggi menunjukkan kepercayaan diri lebih tinggi. Validitas isi diperiksa oleh dua pakar psikologi pendidikan dan satu guru BK, sedangkan uji coba terbatas menghasilkan koefisien reliabilitas Cronbach's alpha sebesar 0,89 yang tergolong baik. Seluruh butir memiliki korelasi butir-total di atas 0,30.

Prosedur Intervensi

Intervensi play therapy diberikan kepada kelompok eksperimen sebanyak delapan sesi selama empat minggu, dua kali per minggu, dengan durasi 60 menit per sesi di ruang BK yang telah ditata sebagai ruang bermain. Pendekatan yang digunakan mengacu pada prinsip terapi bermain berpusat pada anak, yaitu terapis menciptakan hubungan yang hangat, menerima, dan tidak menghakimi, serta memberi kebebasan kepada peserta untuk memilih dan mengarahkan permainan mereka (Ray et al., 2015). Aktivitas yang digunakan meliputi bermain peran, permainan kartu perasaan, bercerita dengan boneka dan figur, menggambar bebas, permainan kolaboratif, serta permainan tantangan bertahap. Kualitas pelaksanaan dijaga melalui daftar periksa integritas intervensi, supervisi, dan dokumentasi tiap sesi (Ray et al., 2017). Kelompok kontrol tidak menerima perlakuan khusus dan tetap mengikuti kegiatan sekolah seperti biasa; setelah penelitian selesai, kelompok kontrol ditawari sesi ringkas sebagai bentuk keadilan etis.

Rincian sesi adalah sebagai berikut. Sesi 1–2 berfokus pada pembangunan hubungan dan rasa aman melalui permainan perkenalan. Sesi 3–4 berfokus pada ekspresi emosi dan pengenalan kekuatan diri melalui bermain peran dan kartu perasaan. Sesi 5–6 berfokus pada keberanian mencoba dan tampil melalui permainan tantangan serta drama kecil. Sesi 7–8 berfokus pada kolaborasi, refleksi pencapaian, dan penguatan keyakinan diri. Pada setiap sesi, peneliti memberikan refleksi sederhana yang menghubungkan pengalaman bermain dengan situasi belajar di kelas.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik dengan taraf signifikansi 0,05. Uji prasyarat meliputi uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji homogenitas varians Levene. Perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan dalam masing-masing kelompok diuji dengan uji-t sampel berpasangan, sedangkan perbedaan antarkelompok pada posttest dan pada skor peningkatan (gain score) diuji dengan uji-t sampel independen. Besarnya efek dihitung menggunakan Cohen's d dan diinterpretasikan dengan kriteria 0,2 (kecil), 0,5 (sedang), dan 0,8 (besar) (Cohen, 1988). Pengambilan data dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian, yaitu persetujuan tertulis orang tua, persetujuan peserta (assent), kerahasiaan identitas, dan hak untuk berhenti kapan saja.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil Uji Prasyarat dan Kesetaraan Awal

Uji Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data pretest dan posttest pada kedua kelompok berdistribusi normal (seluruh $p > 0,05$), dan uji Levene menunjukkan varians yang homogen ($p = 0,62$). Dengan demikian, asumsi uji parametrik terpenuhi. Hasil uji-t independen pada pretest menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol ($t(28) = 0,26$; $p = 0,80$), sehingga kedua kelompok dapat dianggap setara pada kondisi awal sebelum perlakuan diberikan.

Statistik Deskriptif

Tabel 1. Skor Keprcayaan Diri

Kelompok	Pretest M (SD)	Posttest M (SD)	Selisih (Gain) M (SD)
Eksperimen (n = 15)	62,40 (6,85)	81,73 (6,12)	19,33 (5,05)
Kontrol (n = 15)	63,07 (7,02)	65,20 (6,74)	2,13 (3,57)

Tabel 1 memperlihatkan bahwa kedua kelompok memulai penelitian dengan skor kepercayaan diri yang hampir sama, yaitu sekitar 62–63 dari skala 100. Setelah perlakuan, kelompok eksperimen mengalami kenaikan rerata sebesar 19,33 poin, sedangkan kelompok kontrol hanya naik 2,13 poin. Kenaikan kecil pada kelompok kontrol dapat dijelaskan oleh faktor kematangan, pengalaman belajar sehari-hari, dan efek pengujian ulang (testing effect), yang memang lazim terjadi pada desain pretest-posttest (Dimitrov & Rumrill, 2003).

Hasil Uji Hipotesis

Uji	Statistik	df	p	Keterangan
Pre–post kelompok eksperimen (berpasangan)	t = 14,82	14	< 0,001	Signifikan
Pre–post kelompok kontrol (berpasangan)	t = 2,31	14	0,037	Signifikan (efek kecil)
Posttest eksperimen vs kontrol (independen)	t = 7,03	28	< 0,001	Signifikan, d = 2,57
Gain eksperimen vs kontrol (independen)	t = 10,77	28	< 0,001	Signifikan

Hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa hipotesis pertama (H1) diterima: terdapat peningkatan signifikan skor kepercayaan diri kelompok eksperimen setelah mengikuti play therapy. Hipotesis kedua (H2) juga diterima, karena skor posttest dan skor peningkatan kelompok eksperimen secara signifikan lebih tinggi daripada kelompok kontrol. Ukuran efek Cohen's d sebesar 2,57 tergolong sangat besar menurut kriteria Cohen (1988). Perlu dicatat bahwa ukuran efek sebesar ini jauh melebihi rerata efek yang dilaporkan dalam meta-analisis (Bratton et al., 2005), sehingga hasilnya perlu ditafsirkan dengan hati-hati mengingat ukuran sampel yang kecil.

Pembahasan

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa play therapy efektif meningkatkan kepercayaan diri peserta didik pada usia remaja awal. Hasil ini sejalan dengan meta-analisis yang menyimpulkan bahwa intervensi bermain memberikan efek positif yang bermakna pada berbagai hasil psikososial anak (Bratton et al., 2005) dan dengan tinjauan terhadap pendekatan berpusat pada anak yang menunjukkan manfaat pada penyesuaian emosi serta sosial (Lin & Bratton, 2015). Dengan demikian, penelitian ini memperluas bukti sebelumnya dengan menunjukkan manfaat yang serupa pada variabel kepercayaan diri dalam konteks sekolah di Pasuruan.

Peningkatan kepercayaan diri pada kelompok eksperimen dapat dijelaskan melalui teori efikasi diri. Selama sesi bermain, peserta mengalami keberhasilan-keberhasilan kecil, misalnya menyelesaikan permainan tantangan, mengambil keputusan sendiri, dan tampil dalam bermain peran, yang menjadi sumber mastery experience sebagaimana dijelaskan Bandura (1977). Pengalaman tersebut kemudian dikuatkan oleh respons terapis yang hangat dan tidak menghakimi, sehingga peserta merasa dihargai dan lebih berani mencoba perilaku baru. Mekanisme ini juga sejalan dengan peringatan bahwa peningkatan kepercayaan diri yang bermakna perlu bertumpu pada pengalaman nyata, bukan pujian kosong (Baumeister et al., 2003).

Dari sisi proses terapeutik, bermain memberi ruang aman bagi peserta untuk mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal. Analisis tema bermain pada terapi non-direktif menunjukkan bahwa anak menggunakan permainan untuk mengolah pengalaman emosional, mengeksplorasi kontrol, dan membangun rasa penguasaan (Ryan & Edge, 2012). Dalam penelitian ini, peserta yang semula pendiam tampak makin aktif memilih permainan, memimpin peran, dan bernegosiasi dengan teman pada sesi-sesi akhir. Perubahan perilaku tersebut diduga menjadi jembatan antara pengalaman di ruang bermain dan keberanian berpartisipasi di kelas.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan studi yang menemukan manfaat terapi bermain pada aspek sosial-emosional dan kecemasan. Terapi bermain kelompok terbukti meningkatkan aset sosial-emosional anak (Cheng & Ray, 2016), dan terapi berpusat pada anak terbukti mengurangi gejala kecemasan dibandingkan kelompok pembanding (Stulmaker & Ray, 2015). Karena kecemasan sosial dan kepercayaan diri rendah sering muncul bersamaan, penurunan kecemasan sangat mungkin turut menyumbang peningkatan skor kepercayaan diri yang ditemukan dalam penelitian ini.

Dari perspektif pendidikan, temuan ini mendukung gagasan bahwa layanan kesehatan mental berbasis bermain layak dipertimbangkan sebagai bagian dari program sekolah. Tinjauan dan meta-analisis terapi bermain berpusat pada anak di sekolah menunjukkan bahwa intervensi ini efektif dan praktis dilaksanakan dalam setting sekolah (Ray et al., 2015). Hasil serupa juga dilaporkan pada program intervensi dini di lembaga pendidikan, yang menunjukkan penurunan perilaku bermasalah

setelah terapi bermain berpusat pada anak (Bratton et al., 2013). Dengan demikian, guru BK dapat mengadaptasi pendekatan ini dalam layanan bimbingan kelompok maupun individual, dengan penyesuaian pada usia dan budaya setempat.

Meskipun demikian, beberapa keterbatasan perlu diperhatikan. Pertama, ukuran sampel yang kecil (N = 30) membatasi daya generalisasi dan dapat membuat estimasi ukuran efek menjadi terlalu besar. Kedua, penggunaan desain kuasi-eksperimen tanpa pengacakan memungkinkan adanya variabel pengganggu yang tidak terkontrol, seperti perhatian ekstra dari peneliti (Hawthorne effect). Ketiga, rentang usia peserta yang lebar (10–20 tahun) menyebabkan perbedaan tahap perkembangan yang dapat memengaruhi respons terhadap permainan. Keempat, pengukuran hanya dilakukan segera setelah intervensi sehingga keberlanjutan efek belum diketahui. Penelitian lanjutan disarankan menggunakan sampel lebih besar, pengacakan antar-sekolah, tindak lanjut (follow-up) jangka menengah, serta pengukuran multi-sumber seperti observasi guru dan teman sebaya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa play therapy berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri peserta didik usia remaja di SMP wilayah Pasuruan, Jawa Timur. Rerata skor kepercayaan diri kelompok eksperimen meningkat dari 62,40 menjadi 81,73, jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya meningkat dari 63,07 menjadi 65,20. Perbedaan antarkelompok signifikan secara statistik ($p < 0,001$) dengan ukuran efek yang sangat besar ($d = 2,57$).

Secara praktis, hasil ini menyarankan agar guru bimbingan dan konseling serta pihak sekolah mempertimbangkan play therapy sebagai salah satu alternatif layanan untuk menumbuhkan kepercayaan diri peserta didik, terutama bagi mereka yang pemalu atau kurang nyaman dengan konseling verbal. Pelatihan singkat bagi guru BK dan penyediaan ruang bermain sederhana di sekolah dapat menjadi langkah awal implementasi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan melakukan studi dengan sampel lebih besar, rentang usia yang lebih homogen, dan pengukuran lanjutan untuk menguji kestabilan efek dari waktu ke waktu.

REFERENSI

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191–215.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? Psychological Science in the Public Interest, 4(1), 1–44.

Bratton, S. C., Ceballos, P. L., Sheely-Moore, A. I., Meany-Walen, K., Pronchenko, Y., & Jones, L. D. (2013). Head Start early mental health intervention: Effects of child-centered play therapy on

disruptive behaviors. International Journal of Play Therapy, 22(1), 28–42.
Bratton, S. C., Ray, D., Rhine, T., & Jones, L. (2005). The efficacy of play therapy with children: A meta-analytic review of treatment outcomes. Professional Psychology: Research and Practice, 36(4), 376–390.
Cheng, Y.-J., & Ray, D. C. (2016). Child-centered group play therapy: Impact on social-emotional assets of kindergarten children. Journal for Specialists in Group Work, 41(3), 209–237.
Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
Dimitrov, D. M., & Rumrill, P. D. (2003). Pretest-posttest designs and measurement of change. Work, 20(2), 159–165.
Lin, Y.-W., & Bratton, S. C. (2015). A meta-analytic review of child-centered play therapy approaches. Journal of Counseling & Development, 93(1), 45–58.
Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. Current Directions in Psychological Science, 23(5), 381–387.
Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. Journal of Personality and Social Psychology, 102(6), 1271–1288.
Ray, D. C., Armstrong, S. A., Balkin, R. S., & Jayne, K. M. (2015). Child-centered play therapy in the schools: Review and meta-analysis. Psychology in the Schools, 52(2), 107–123.
Ray, D. C., Blanco, P. J., Sullivan, J. M., & Holliman, R. (2009). An exploratory study of child-centered play therapy with aggressive children. International Journal of Play Therapy, 18(3), 162–175.
Ray, D. C., Purswell, K., Haas, S., & Aldrete, C. (2017). Child-centered play therapy-research integrity checklist: Development, reliability, and use. International Journal of Play Therapy, 26(4), 207–217.
Ryan, V., & Edge, A. (2012). The role of play themes in non-directive play therapy. Clinical Child Psychology and Psychiatry, 17(3), 354–369.
Stulmaker, H. L., & Ray, D. C. (2015). Child-centered play therapy with young children who are anxious: A controlled trial. Children and Youth Services Review, 57, 127–133.
Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman.
Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? Psychological Science in the Public Interest, 4(1), 1–44.
Bratton, S. C., Ray, D., Rhine, T., & Jones, L. (2005). The efficacy of play therapy with children: A meta-analytic review of treatment outcomes. Professional Psychology: Research and Practice, 36(4), 376–390.
Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
Erikson, E. H. (1963). Childhood and society (2nd ed.). W. W. Norton.
Fritz, C. O., Morris, P. E., & Richler, J. J. (2012). Effect size estimates: Current use, calculations, and interpretation. Journal of Experimental Psychology: General, 141(1), 2–18.
Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. Pediatrics, 119(1), 182–191.
Harter, S. (2012). The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations (2nd ed.). Guilford Press.
Landreth, G. L. (2012). Play therapy: The art of the relationship (3rd ed.). Routledge.
Lillard, A. S., Lerner, M. D., Hopkins, E. J., Dore, R. A., Smith, E. D., & Palmquist, C. M. (2013). The impact of pretend play on children's development: A review of the evidence. Psychological Bulletin, 139(1), 1–34.
Lin, Y.-W., & Bratton, S. C. (2015). A meta-analytic review of child-centered play therapy approaches. Journal of Counseling & Development, 93(1), 45–58.
Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. Current Directions in Psychological Science, 23(5), 381–387.

Ray, D. C., Armstrong, S. A., Balkin, R. S., & Jayne, K. M. (2015). Child-centered play therapy in the schools: Review and meta-analysis. Psychology in the Schools, 52(2), 107–123.

Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press.

Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2018). The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. Pediatrics, 142(3), e20182058.

Zosh, J. M., Hopkins, E. J., Jensen, H., Liu, C., Neale, D., Hirsh-Pasek, K., Solis, S. L., & Whitebread, D. (2018). Accessing the inaccessible: Redefining play as a spectrum. Frontiers in Psychology, 9, 1124.