

Aplikasi Terapi Bermain dalam Mengurangi Kecemasan Anak Di Era Pandemi Covid 19

Reni

STIKes Kesetiakawanan Sosial Indonesia
Co.Author email : reni.aja7690@yahoo.co.id

Article History :

Received : 14 Agustus 2021

Revised : 28 Agustus 2021

Accepted : 31 Agustus 2021

Abstrak : Pertumbuhan dan perkembangan merupakan perubahan yang menjadi perhatian khusus bagi orang tua. Kondisi anak sangat mencerminkan masa depan dari anak. Sehat secara fisik dan psikologis sangat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan yang maksimal. Selain masalah fisik dan psikologi masalah lingkungan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya kondisi pandemi Covid-19. Covid-19 menjadi hal yang paling ditakuti oleh masyarakat termasuk orang tua yang mempunyai anak yang masih dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Tanda dan gejala yang muncul akibat Covid-19 pada usia pertumbuhan dan perkembangan sangat bervariasi. Permasalahan yang muncul akibat Covid-19 yang terjadi pada anak harus mendapatkan tindakan lebih lanjut agar tidak memperparah kondisi yang akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Terapi bermain dapat menjadi pencegahan agar anak tidak mengalami masalah yang berat akibat Covid-19. Kegiatan terapi bermain pada anak di masa pandemi Covid-19 dilakukan dengan pendekatan kepada masyarakat dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan. Dari kegiatan yang dilakukan terlihat kreasi anak dan keceria yang muncul pada saat bermain. Covid-19 bukan menjadi hal yang ditakuti oleh anak dalam menjalankan proses bermain di masa pertumbuhan dan perkembangan. Orang tua merasakan tenang dan senang dengan adanya kegiatan bermain di masa pandemi Covid-19.

Kata Kunci : *Bermain, Covid-19, Kecemasan, Peran Orang Tua*

Abstract : Growth and development are changes that are of particular concern to parents. The condition of the child reflects the future of the child. Physically and psychologically healthy helps the process of maximum growth and development. In addition to physical and psychological problems, environmental problems can affect a child's growth and development, one of which is the Covid-19 pandemic. Covid-19 is the thing that people fear the most, including parents who have children who are still in the process of growing and developing. Signs and symptoms that appear due to Covid-19 at the age of growth and development vary widely. Problems that arise due to Covid-19 that occur in children must get further action so as not to aggravate conditions that will affect the growth and development of children. Play therapy can be prevention so that children do not experience severe problems due to Covid-19. Play therapy activities for children during the Covid-19 pandemic are carried out with an approach to the community while still paying attention to health protocols. From the activities carried out, it can be seen that the children's creations and joy appear when playing. Covid-19 is not something that children fear in carrying out the playing process during their growth and development. Parents feel calm and happy with playing activities during the Covid-19 pandemic.

Keywords : *Play, Covid-19, Anxiety, Parental Role*

LATAR BELAKANG

Masuknya virus corona di Indonesia berdampak besar bagi kehidupan masyarakat, mulai dari kehidupan kesehatan, ekonomi, sosial, agama dan pendidikan. (Anhusadar & Islamiyah, 2020). Pemerintah Indonesia telah menempuh berbagai kebijakan untuk meningkatkan kewaspadaan, terutama

terkait pencegahan penyebaran kasus, antara lain: mulai dari menerapkan kebijakan bekerja dan belajar dari rumah hingga pengusulan pembatasan sosial yang meluas (PSBB) (Yulianingsih et al., 2020).

Anak-anak dan remaja beresiko tinggi mengalami komplikasi dan kondisi serius jika mereka terpapar COVID-19. Anak-anak beresiko, terutama mereka yang memiliki penyakit bawaan kronis (10.36419/Avicenna. V4i1.456, 2021). Pencegahan penularan COVID-19 dapat dimulai dari keluarga, karena keluarga merupakan kelompok terkecil yang berada di tengah-tengah masyarakat. Dengan adanya peran serta keluarga dalam penanganan COVID-19, akan membawa dampak yang positif dalam pencegahan penularan COVID-19. Pengetahuan keluarga tentang kesehatan anggota keluarga sangat dibutuhkan karena juga merupakan satu hal penting demi mencegah penyebaran Covid-19. Dengan adanya kegiatan sosialisasi ini berdampak positif untuk pengetahuan masyarakat terkait berperilaku hidup sehat di tengah-tengah pandemic COVID-19. Orang tua harus memenuhi kebutuhan kegiatan bermain anak. Melalui bermain anak dapat belajar tentang lingkungan sehingga semua aspek kebutuhan kognitif, emosional, sosial, emosional, motorik dan Bahasa terpenuhi (Keifer & Effenberger, 1967).

Penangan yang dilakukan pada anak di masyarakat hanya berfokus kepada anak sakit saja, sedangkan anak sehat sangat membutuhkan stimulus yang lebih agar tahap pertumbuhan dan perkembangan anak tercapai sesuai usia pertumbuhan dan perkembangan.

Masyarakat Rawa Buaya merupakan wilayah yang berada di zona merah penyebaran COVID-19, secara langsung masyarakat akan terpapar dengan virus tersebut. Butuh informasi dan penanganan kepada masyarakat agar masyarakat tidak tertular covid 19. Selain dari gejala fisik COVID-19 juga menimbulkan gejala psikologis, berbagai masalah akan muncul sesuai dengan tingkat usia pertumbuhan dan perkembangan. Terjadinya permasalahan pada pertumbuhan dan perkembangan pada anak akibat COVID-19 menjadi permasalahan yang permanen di masa depan anak. Maka dari hal ini perlunya dilakukan kegiatan sosialisasi dengan kegiatan Aplikasi Terapi Bermain dalam Mengurangi Kecemasan Anak di Era Pandemi COVID-19 di RT 11 RW 04 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode deskriptif digunakan dalam menulis artikel hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan menggunakan pendekatan community development dengan mengedepankan partisipasi masyarakat dalam membuat keputusan dan menganalisis masalah pada lingkungan tempat kegiatan. Kegiatan terapi bermain dilakukan dengan melakukan beberapa tahap proses persiapan dimulai dari persiapan panitia, penyusunan anggaran dan perumusan teknis pelaksanaan kegiatan.

a. Persiapan

Tim dosen bersama mahasiswa melakukan rapat dengan mengundang perwakilan dari masing masing angkatan untuk terlibat dalam kegiatan ini. Tujuan dari mengundang perangkatan dalam kegiatan ini adalah selain mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat juga membantu proses belajar mengajar terhadap mahasiswa yang menjalani dan akan menjalani mata kuliah keperawatan anak.

Kegiatan ini membentuk struktur panitia, agar kegiatan pengabdian yang akan dilakukan dapat terkoordinasi dan berjalan lancar tanpa ada permasalahan yang muncul.

b. Proses pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan di wilayah kerja RW 04 yang berlokasi di Kampus STIK KESOSI. lokasi ini dipilih sebagai tempat melakukan pengabdian kepada masyarakat karena kampus STIK KESOSI berdampingan dengan pemukiman masyarakat dengan angka anak anak lebih tinggi dibandingkan dengan lokasi yang lain, selain kegiatan pengabdian masyarakat juga dapat memperkenalkan kampus ke masyarakat lebih luas sebagai promosi kampus STIK KESOSI.

c. Proses hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik kegiatan Aplikasi Terapi Bermain dalam Mengurangi Kecemasan Anak di Era Pandemi COVID-19 memiliki efek positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini terlihat dari antusias anak-anak yang mengikuti kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik kegiatan Aplikasi Terapi Bermain dalam Mengurangi Kecemasan Anak di Era Pandemi COVID-19 memberikan dampak yang positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini terlihat dari antusias anak-anak yang mengikuti kegiatan.

Kegiatan ini dilakukan jam 16.00 WIB pada sore hari dengan mengundang 10 orang anak dengan kriteria yang sudah ditentukan. Kegiatan berjalan lancar dengan topik mewarnai gambar yang telah disiapkan oleh tim. Antusias kegiatan dari anak-anak terlihat dari banyaknya yang datang selain dari undangan yang dipanggil. Sehubungan dengan masa pandemi yang mewajibkan tidak boleh berkerumun, panitia membatasi jumlah pengunjung yang datang, jadi 1 anak yang diundang di dampingi 1 orang saja.

Kegiatan berjalan dengan lancar dan aman, selesai kegiatan anak-anak memperlihatkan hasil kerjanya dari mewarnai dan semua dari anak yang diundang mendapatkan hadiah berupa makanan ringan yang sehat untuk masing-masing undangan.

Kegiatan terapi bermain dalam membentuk mewarnai ini merupakan salah satu bentuk mengurangi dampak psikologis yang terjadi pada anak akibat masa pandemi yang mewajibkan mereka belajar di rumah. Terapi bermain ini diberikan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan yang selalu dijalankan seperti mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak pada saat mewarnai. Kegiatan ini memberikan stimulus yang baru di tengah-tengah pandemi, meskipun dalam kondisi pandemi kegiatan anak bermain sambil belajar tetap terpenuhi.

Berdasarkan uraian masalah mengenai bermain di atas, penulis dapat merekomendasikan perlunya kerjasama berkelanjutan antara pemerintah, guru dan orang tua dalam memfasilitasi permainan untuk anak-anak di era epidemi Covid-19. Perancangan permainan yang aman dan menyenangkan untuk anak yang dapat merangsang semua aspek perkembangan anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Khadijah (2020) tentang perlunya membangun pola kerjasama yang baik antara guru dan orang tua seperti pemahaman orang tua tentang fungsi bermain yang merupakan bagian dari pembelajaran dari anak dan juga guru dan orang tua harus mampu untuk melakukannya. Tambahkan wawasan terkait berbagai referensi game untuk mereka yang menikmati AUD yang aman dan menyenangkan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan terapi bermain ini dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi bermain merupakan kegiatan yang memiliki manfaat dalam mengatasi ketidakseimbangan psikologis dan emosional pada individu. Bermain sebagai terapi untuk mengatasi stres, kecemasan, ketakutan, kuatir, atau depresi yang dialami individu. Di masa pandemi COVID-19 ini, bermain bisa menjadi solusi ampuh yang bisa diterapkan oleh siapa saja. Masyarakat umum, seperti orang tua, khawatir dengan penularan COVID-19 yang bisa terjadi pada anak-anak mereka. Yang prihatin sebenarnya adalah orang tuanya. Oleh karena itu, orang tua yang membutuhkan perawatan, bukan anak-anak. Jadi, orang tua yang harus memperlakukan diri mereka sendiri. Bagaimana orang tua datang untuk bermain dengan anak-anak di rumah. Melakukan aktivitas bersama orang tua dan anak justru meningkatkan ikatan emosional. Orang tua merasa lebih dekat dan lebih dekat dengan anak-anak mereka. Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan diharapkan hasil kegiatan ini berguna bagi masyarakat agar bisa produktif dalam kegiatan

sehari hari serta bagi tenaga kesehatan khususnya tenaga keperawatan yang akan memberikan asuhan keperawatan di masa pandemic covid 19 dan menjadi data dasar dalam melakukan penelitian selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini khusus bagi ketua RT dan orang tua yang telah memberikan izin anak-anak untuk bermain di masa pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustino, L. (2020). Analisis Kebijakan Penanganan Wabah Covid-19: Pengalaman Indonesia
Analysis Of Covid-19 Outbreak Handling Policy: The Experience Of Indonesia. *Jurnal Borneo
Administrator*, 16(2), 253–270.
- Alfiyati, D., Hartiti, T., & Samiasih, A. (2012). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat
Kecemasan An. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 35–44.
- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini
di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>
- Keifer, G., & Effenberger, F. (1967). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Yulianingsih, W., Suhanadji, S., Nugroho, R., & Mustakim, M. (2020). Keterlibatan Orangtua dalam
Pendampingan Belajar Anak selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan
Anak Usia Dini*, 5(2), 1138–1150. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.740>