



## PENYULUHAN BERMAIN TERAPEUTIK PADA ANAK DI RUMAH PADA MASA PANDEMI COVID – 19 DI WILAYAH RT 07 RW III KELURAHAN NGIJO KECAMATAN GUNUNG PATI SEMARANG

Erni Suprapti<sup>a</sup>, Diana Dayaningsih<sup>b</sup>, Afifah Kurniawati<sup>c</sup>, Afifah Muslim<sup>d</sup>,  
Afriza Prima S<sup>e</sup>, Abu Kholid<sup>f</sup>, Ayatulloh Boy Adam<sup>g</sup>

<sup>a</sup>[ernisuprapti@gmail.com](mailto:ernisuprapti@gmail.com), Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

<sup>b</sup>[dianadayaningsih@gmail.com](mailto:dianadayaningsih@gmail.com), Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

<sup>c</sup>[afifahkurniawati@gmail.com](mailto:afifahkurniawati@gmail.com), Mahasiswa Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

<sup>d</sup>[afifahmuslim@gmail.com](mailto:afifahmuslim@gmail.com), Mahasiswa Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

<sup>e</sup>[afrizaprima@gmail.com](mailto:afrizaprima@gmail.com), Mahasiswa Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

<sup>f</sup>[abukholid@gmail.com](mailto:abukholid@gmail.com), Mahasiswa Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

<sup>g</sup>[ayatullohboyadam@gmail.com](mailto:ayatullohboyadam@gmail.com), Mahasiswa Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

### RINGKASAN

Pandemi covid-19 memaksa anak-anak untuk stay di rumah untuk menghindari penularan. Hal ini membuat anak menjadi bosan dan jenuh yang berakibat stress pada anak. Orang tua memiliki peranan penting dalam mendampingi anak-anak selama di rumah. Peran orang tua di masa Covid-19 adalah sebagai pembimbing, pendidik, penjaga, pengembang, dan pengawas bagi anak-anak. Peran yang selama ini dilaksanakan di satuan pendidikan beralih fungsi di satuan keluarga. Salah satu peran khusus yang harus dilakukan orang tua adalah bermain bersama anak. Bermain merupakan kebutuhan dasar anak dan menjadi momen yang penting bagi perkembangan anak. Bermain terapeutik bertujuan untuk meningkatkan kesehatan emosi pada anak. Melalui bermain terapeutik seorang anak dapat mengekspresikan perasaan emosi dan membantu anak mengurangi ketakutannya. Peran orang tua menjadi lebih besar dalam mendampingi anak bermain selama di rumah. Perawat anak memiliki tanggung jawab dalam mempersiapkan orang tua mendampingi anak secara maksimal untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Tim pengabdian masyarakat Akper Kesdam IV/Diponegoro berupaya untuk memberikan edukasi tentang bermain terapeutik pada anak selama masa pandemi covid-19 yang sarannya adalah ibu-ibu yang mempunyai anak Balita. Hal ini dilakukan berdasarkan Analisa munculnya permasalahan pada anak-anak yang merasa bosan dan jenuh dan berakibat stress pada anak dan kebingungan ibu dalam memberikan permainan yang tepat untuk anak selama masa pandemi covid ini. Edukasi yang diberikan melalui penyuluhan dengan memberikan pengetahuan tentang permainan yang dapat diberikan kepada anak selama masa pandemi covid-19. Koordinasi dilakukan dengan berbagai pihak terkait sehingga pelaksanaan penyuluhan berjalan dengan lancar. Dikarenakan masa pandemic covid-19, dimana tidak diperbolehkan untuk berkumpul dengan jumlah orang yang banyak, maka penyuluhan diberikan lewat zoom meeting. Hasil dari penyuluhan ini ibu-ibu merasa puas dan senang mendapatkan pengetahuan tentang bermain terapeutik untuk anak selama masa pandemic covid-19 dan semuanya mempraktekkan ilmu pengetahuan yang sudah diberikan. Anak-anak juga merasa senang dan stress pada anak berkurang.

Kata Kunci : **Penyuluhan, pandemi covid-19, bermain terapeutik**

### BAB I. PENDAHULUAN

Pandemi covid-19 telah mengakibatkan dampak negatif bagi seluruh tingkat usia termasuk anak-anak. Masa anak-anak merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang perlu mendapatkan dukungan baik dari orang tua, keluarga, masyarakat, maupun petugas kesehatan. Kondisi pandemi covid-19 dapat menghambat dukungan bagi anak-anak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal.

Anak-anak memiliki energi yang besar untuk beraktifitas, namun kondisi pandemi covid-19 memaksa anak untuk tinggal di rumah (stay at home) guna mencegah penularan Covid-19. Hampir seluruh anak di Indonesia harus menjalani pembelajaran dari rumah selama masa pandemi ini, bahkan saat memasuki era new normal. Pada awalnya, *stay at home* merupakan hal yang menyenangkan. Akan tetapi *stay at home* yang lama membuat anak menjadi bosan. Dalam proses pembelajaran di rumah, anak mengalami kecemasan, stress, sedih, bosan, dan jenuh (Subarto, 2020). Hal tersebut dapat mempengaruhi

kesehatan fisik dan mental pada anak dan menimbulkan kecemasan orang tua (Brooks et al., 2020). Penelitian tentang respon psikososial pada anak dan orang tua selama pandemi menunjukkan hasil bahwa anak yang dikarantina memiliki skor stress pasca trauma lebih tinggi secara bermakna daripada anak yang tidak dikarantina, begitu pula pada orang tua (Sprang & Silman, 2013).

Orang tua memiliki peranan penting dalam mendampingi anak-anak selama di rumah. Peran orang tua di masa Covid-19 adalah sebagai pembimbing, pendidik, penjaga, pengembang, dan pengawas bagi anak-anak (Kurniati, Alfaeni, & Andriani, 2020). Peran yang selama ini dilaksanakan di satuan pendidikan beralih fungsi di satuan keluarga (Subarto, 2020). Salah satu peran khusus yang harus dilakukan orang tua adalah bermain bersama anak (Kurniati et al., 2020).

Bermain merupakan kebutuhan dasar anak dan menjadi momen yang penting bagi perkembangan anak. Pada era teknologi saat ini, bermain dengan media video game pada anak tidak dapat dihindari. Penggunaan media yang tepat dapat meningkatkan aktifitas sehari-hari, namun penggunaan yang tidak tepat dapat menggantikan aktifitas penting seperti interaksi *face to face*, *family time*, aktifitas di luar rumah, olah raga, dan juga tidur (American Academy of Pediatrics, 2020). Selama masa pandemi covid-19, anak-anak menghabiskan 50% waktu di depan layar (Kulman, 2020). Hal ini dapat menyebabkan adiksi pada anak.

Aktifitas bermain dapat meningkatkan perkembangan sensorimotor, intelektual, sosialisasi, kreatifitas, kesadaran diri, serta memiliki nilai moral dan terapeutik (Hockenberry & Wilson, 2013). Bermain terapeutik bertujuan untuk meningkatkan kesehatan emosi pada anak (South Africa Play Therapy International, 2013). Melalui bermain terapeutik seorang anak dapat mengekspresikan perasaan emosi dan membantu anak mengurangi ketakutannya (Hockenberry & Wilson, 2013).

Memasuki era new normal, peran orang tua menjadi lebih besar dalam mendampingi anak bermain selama di rumah. Edukasi kepada orang tua dan anak yang sesuai diperlukan dengan menyesuaikan situasi dan kondisi saat ini. Oleh karena itu untuk menjadikan edukasi benar-benar efektif diperlukan edukasi yang inovatif dan atraktif sesuai dengan usia tumbuh kembang anak, sehingga diperlukan tenaga profesional untuk dapat melakukannya (Wang, Zhang, Zhao, Zhang, & Jiang, 2020). Perawat anak memiliki tanggung jawab dalam mempersiapkan orang tua mendampingi anak secara maksimal untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Wilayah RT 07 RW III Kelurahan Ngijo Kecamatan Pedurungan Semarang memiliki Balita sejumlah 30 orang. Hasil survey pendahuluan dari 5 orang ibu yang mempunyai anak balita, semua mengatakan merasa resah dengan kondisi anak-anaknya yang merasa bosan dan jenuh karena harus bermain di rumah dan ibu tidak tahu memberikan permainan apa yang tepat selama masa pandemic covid-19 ini agar anak tidak terfokus bermain gadget. Ibu-ibu merasa khawatir terhadap efek yang muncul apabila anaknya bermain gadget terus. Berdasarkan fenomena di atas, maka kami ingin melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema **“Penyuluhan bermain Terapeutik pada Anak di Rumah pada masa Pandemi Covid - 19”**

### **Tujuan Umum**

Kegiatan ini bertujuan agar orang tua dapat memahami tentang bermain terapeutik untuk anak dan dapat mendampingi anak dalam kegiatan bermain anak di rumah selama masa pandemi covid 19.

### **Tujuan Khusus**

1. Orang tua mengetahui tentang bermain terapeutik pada anak selama masa pandemic covid 19.
2. Orang tua mampu memberikan permainan yang tepat pada anak selama masa pandemic covid 19.
3. Orang tua dapat mendampingi anak bermain di rumah selama masa pandemic covid 19.

### **Manfaat**

1. orang tua

Bertambah pengetahuannya tentang bermain terapeutik pada anak selama masa pandemik covid 19

2. Akper Kesdam IV/Diponegoro

Kegiatan ini diharapkan sebagai sarana untuk meningkatkan motivasi dalam pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu pengabdian kepada masyarakat, dalam mengimplementasikan skill

dan sebagai edukator dalam memberikan penyuluhan pada orang tua tentang bermain therapeutik pada anak di rumah selama masa pandemic covid 19.

## **BAB 2. LUARAN YANG DIHARAPKAN**

Program penyuluhan kepada orang tua tentang bermain therapeutik pada anak di rumah selama masa pandemic covid 19, merupakan suatu bentuk usaha untuk menambah pengetahuan orang tua terkait pengetahuan tentang bermain therapeutik pada anak selama masa pandemic covid 19. Target dan luaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah :

1. Adanya peningkatan pengetahuan orang tua tentang bermain therapeutik pada anak selama masa pandemic covid 19.
2. Adanya keterlibatan orang tua dalam memilih jenis permain therapeutic pada anak dan mendampingi anak bermain di rumah selama pandemic covid 19.
3. Adanya pengurangan kecemasan dan kebosanan pada anak di rumah selama masa pandemic covid 19.

## **BAB 3. METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan untuk menyelesaikan masalah mitra dilakukan dengan langkah- langkah:

1. Rapat koordinasi

Tim pengabmas Akper Kesdam IV/Diponegoro dan orang tua melaksanakan musyawarah terlebih dahulu untuk menentukan kesepakatan tentang pentingnya pelaksanaan kegiatan ini sebagai upaya untuk mengatasi masalah kecemasan dan kebosanan pada anak selama masa pandemic covid 19.

2. Penyuluhan

Tim Pengabmas Akper Kesdam IV/Diponegoro memberikan penyuluhan tentang bermain therapeutik pada anak di rumah selama masa pandemic Covid 19.

3. Monitoring

Setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan, TIM Pengabmas mengevaluasi dengan memonitor kegiatan orang tua dalam memberikan permainan therapeutic dan mendampingi anak selama kegiatan bermain di rumah. Hasil pelaksanaan kegiatan ini akan dilaporkan kepada Direktur Akper Kesdam IV/ Diponegoro

## **BAB 4. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI**

Institusi Akper Kesdam IV/Diponegoro melalui lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat berperan sebagai bagian dari tim pengisi kegiatan, memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang dibutuhkan oleh peserta. Tim kegiatan harus memiliki wawasan, pengetahuan dan ketrampilan dalam mengelola, membina, dan mengawasi kegiatan penyuluhan bermain therapeutic pada anak di rumah selama masa pandemic covid 19. Ketua Tim pengisi bekerjasama dengan pihak-pihak terkait dalam koordinasi, komunikasi dan penyediaan segala sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam mengisi kegiatan ini.

Tim pengisi terdiri dari dosen dan mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro. Dosen yang terlibat dalam kegiatan memiliki pengetahuan dan ketrampilan dasar yang dibutuhkan dalam kegiatan ini. Dosen Akper Kesdam IV/Diponegoro merupakan staf pengajar ini mengampu beberapa mata kuliah yang terkait dengan materi kegiatan. Untuk mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro berperan sebagai fasilitator akan membantu pelaksanaan kegiatan pelatihan. Mahasiswa yang terlibat adalah mahasiswa yang sudah memiliki pengetahuan dan ketrampilan dasar tentang bermain therapeutik pada anak di rumah selama masa pandemic covid 19.

## **BAB 5. HASIL KEGIATAN**

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini diawali dengan survey pendahuluan langsung ke tempat sasaran pengabdian masyarakat yaitu di RT 07 RW III Kelurahan Ngijo Kecamatan Gunung Pati Semarang. Hasil Survey pendahuluan dan wawancara dengan ketua RT dan Ketua Penggerak PKK didapatkan data bahwa

jumlah Balita di Wilayah RT 07 RW III memiliki balita yang berjumlah 30 orang. Ibu-ibu yang mempunyai balita aktif setiap bulan membawa balitanya ke posyandu. Selama masa pandemi covid 19, kegiatan posyandu balita ditiadakan, Informasi dari ketua penggerak PKK banyak ibu-ibu yang menanyakan kapan kegiatan posyandu balita akan dilaksanakan kembali. Dari wawancara 5 orang ibu didapatkan data bahwa ibu merasa masa pandemi membuat ibu dan anak menjadi stress, terutama anak-anak yang tidak bisa bermain di luar. Ibu juga bingung akan memberikan permainan apa pada anak bila di rumah terus. Anak-anak dibisrkan bermain Gagget dengan melihat-lihat you tube. Ibu menyadari bahwa bermain gagget terus akan menghambat perkembangan anaknya.

Dari Hasil Survey tersebut dapat disimpulkan bahwa ibu-ibu yang mempunyai anak balita di Wilayah RT 07 RW III belum mengetahui tentang bermain therapeutik pada anak selama masa pandemic covid 19. Selain itu beberapa ibu yang ditemui semua mengatakan ingin sekali mendapatkan informasi tentang permainan apa yang bisa diberikan pada anak selama masa pandemic covid 19 untuk mengurangi stress pada anak.. Saat kami Tim Pengabmas menawarkan untuk diadakannya kegiatan penyuluhan tentang bermain therapeutic pada nak selama masa pandemic covid 19. Ibu-ibu menyambut dengan gembira untuk dilaksanakannya kegiatan tersebut.

Kegiatan diawali dengan kontrak waktu dengan ibu-ibu yang mempunyai anak balita di wilayah RT 07 RW III Kelurahan Ngijo Kecamatan Gunung Pati Semarang. Karena masa pandemic covid 19, maka kegiatan penyuluhan akan diadakan lewat zoom meeting. Dari 30 ibu yang mempunyai Balita, hanya ada 20 orang ibu yang mempunyai aplikasi zoom dan bisa mengoprasikannya. Setelah waktu kegiatan penyuluhan disepakati, pada tanggal 15 Agustus penyuluhan tentang bermain therapeutic pada anak selama masa pandemic covid 19 dilaksanakan melalui zoom meeting. Metode yang dipilih adalah ceramah yang dilakukan untuk memberikan informasi tentang bermain therapeutic pada anak selama masa pandemic covid 19. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung terlihat ibu-ibu bersemangat mendengarkan dan ada beberapa ibu yang aktif bertanya. Kegiatan berlangsung selama 60 menit.

Kegiatan ini dilanjutkan dengan pendampingan pada ibu untuk memberikan permainan yang sesuai pada anaknya. Tim pengabmas mengawasi dan mengarahkan masing-

masing ibu melalui video call. Selama kegiatan memberikan permainan pada anak, terlihat semua ibu memberikan permainan yang sesuai dengan materi yang sudah disampaikan dalam penyuluhan, hanya ada beberapa ibu yang masih bingung cara mendampingi anaknya bermain.

Hal-hal yang menjadi faktor pendukung dalam kegiatan ini adalah :

1. Ibu-ibu yang mempunyai anak balita sebelumnya belum mengetahui tentang bermain therapeutic pada anak selama masa pandemic covid 19.
2. Menariknya kegiatan penyuluhan dan praktek bermain therapeutic pada anak.
3. Keingintahuan yang cukup besar dari para kader dan semangat yang luar biasa untuk dapat memberikan permainan yang tepat selama masa pandemic covid 19 untuk mengurangi stress pada anak-anaknya

### Referensi

- American Academy of Pediatrics. (2020). *AAP Media Plan*. Retrieved June 22, 2020, from Healty Children website: <https://www.healthychildren.org/English/media/Pages/default.aspx>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2013). *Wong's essential of pediatric nursing* (9th ed.). St. Louis: Mosby Inc.
- Kulman, R. (2020). *How much time should kids spend playing video games during COVID-19?* Retrieved June 22, 2020, from Psychology Today website: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/screen-play/202004/how-much-time-should-kids-spend-playing-video-games-during-covid-19>
- Kurniati, E., Alfaeni, D. K. N., & Andriani, F. (2020). Peran orang tua dalam mendampingi anak di masa Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241–256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.541>
- South Africa Play Therapy International. (2013). *A Definition of Therapeutic Play*. Retrieved June 22,

- 2020, from South Africa Play Therapy International website:  
<http://www.saplaytherapyinternational.org.za/therapeuticplaydefinition1.html>
- Sprang, G., & Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health- related disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 7(1), 105–110. <https://doi.org/10.1017/dmp.2013.22>
- Subarto. (2020). Momentum keluarga mengembangkan kemampuan belajar peserta didik. *ADALAH Buletin Hukum & Keadilan*, 4, 13–18.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945–947. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)