

## EDUKASI BERMAIN SEBAGAI STIMULASI TUMBUH KEMBANG ANAK

Nesi\*), Cicilia Febriani Hayuningrum, Dela Fariha Fuadi, Andrew Wijaya S  
Program Studi D-III Fisioterapi, Politeknik Kesehatan Hermina  
Email: nesiaureole@gmail.com

### ABSTRACT

Games is one of the most effective ways to stimulate children's development. Every stage of child's age has a different type of game that is suitable for their growth and development. Since COVID-19 pandemic, there was some limitation of playing area that could affect development of some stage of child's age. Parent felt confusion due to the long duration of the COVID-19 pandemic began to watch ideas in providing stimulation to children. This community service is provide to educate about the objectives and types of games that are in accordance with the stages of child development. Community service is carried out using online meeting media. Participants in this community service were parents and prospective parents (55 people) and physiotherapy students (9 people). The participants were given a pretest and posttest to see an increase in understanding before and after get education. The results of the study showed that the participants' understanding had increased (M: 36.56, SD: 16.54). With this community service, it is hoped that parents can facilitate their children by providing appropriate games in order to optimize their child growth.

**Keywords:** play, stimulation, development.

### PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 yang terjadi sejak 2020 membawa berbagai dampak bagi kehidupan termasuk dalam kehidupan anak. Anak yang sebelumnya dapat bermain disekolah, *daycare*, berkunjung ke berbagai tempat rekreasi dan bermain, sekarang harus tetap berada di rumah demi menjaga kondisi kesehatan. Anak-anak dan keluarga harus berbagi ruang di rumah dengan sumber daya terbatas dan harus mengubah kehidupan dan rutinitas sehari-hari mereka (Clemens, 2020). Selain itu, anak-anak juga kehilangan interaksi positif dengan pengajar di sekolah, teman bermain dan teman sebaya (Clemens, 2020). *Social*

*distancing* selama pandemic Covid-19 menimbulkan perasaan bosan, gelisan dan peningkatan stress pada anak yang mengakibatkan terjadinya pada perubahan *mood* dan perilaku anak (Ares et al, 2021; Clemens, 2020; Pradana, Casman, Nur'aini, 2020).

Berbagai penelitian menunjukkan dampak serius dengan adanya pembatasan social pada anak (Gracia, 2020; Yusuf, 2020; de Araújo, 2020). Penelitian yang dilakukan Gracia (2020) menunjukkan karantina dan isolasi pada anak dan remaja akibat pandemic Covid-19 menyebabkan tingginya masalah mental seperti ketakutan, kesepian, depresi, kecemasan, gangguan *mood*,

insomnia, dan emosi negatif di kalangan anak-anak dan remaja. De Araújo (2020) dalam penelitiannya tentang dampak pandemi Covid-19 terhadap tumbuh kembang anak menemukan adanya potensi keterlambatan perkembangan anak dan masalah kesehatan lainnya di masa dewasa, seperti gangguan kognitif, penyalahgunaan obat-obatan terlarang, depresi, dan penyakit tidak menular lainnya.

Dampak isolasi dan *social distancing* selama pandemic Covid-19 terutama dirasakan pada anak yang berusia diatas 36 bulan. Anak-anak diatas usia 36 bulan umumnya mendapatkan rangsangan kognitif dan sosial dari lingkungan luar rumah dalam rangka meningkatkan kemampuan motorik, bahasa dan personal social mereka. Sutapa dan Suharjana (2019) menemukan bahwa aktivitas fisik berupa permainan kontemporer yang dilakukan anak bersama teman-temannya secara signifikan meningkatkan keterampilan motorik kasar seperti kemampuan lari, kelincahan, dan keseimbangan pada anak usia dini. Martorell, Papalia, dan Feldman (2014) menambahkan bahwa keikutsertaan anak dalam preschool dan kelompok bermain secara signifikan meningkatkan perkembangan bahasa pada anak pada usia dini.

Aturan tentang penutupan sekolah, *daycare* dan area bermain anak tentu juga meresahkan orangtua. Selain itu, durasi pandemic covid 19 yang berlangsung sejak Maret 2020 sampai saat ini juga semakin meresahkan para orangtua. Orangtua mulai kehabisan ide tentang permainan yang sesuai

dengan tahapan usia anak (Pradana, A.A., Casman, & Nur'aini, 2020). Para orang tua khawatir akan anaknya kurang mendapatkan stimulasi yang mereka butuhkan dan memiliki potensi stres, depresi, merasa terisolasi, terutama anak dengan kebutuhan khusus (Pradana, A.A., Casman, & Nur'aini, 2020). Hal inilah yang menjadi landasan kami, dan mendorong untuk mengadakan pengabdian masyarakat dengan yang mengangkat tema bermain sebagai stimulasi tumbuh kembang anak.

Pengabdian masyarakat diadakan dengan tujuan untuk memberikan edukasi kepada orangtua dan praktisi dalam memberikan stimulasi berupa bermain yang sesuai dengan tahapan usia anak. Pengabdian masyarakat ini lebih dalam membahas tentang pemilihan permainan yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan sebagai hasil bermain dan variasinya. Menurut Otto (2010) menyatakan bahwa diperlukan variasi dalam permainan yang disesuaikan dalam penetapan tujuan bermain. Hal ini akan membantu meningkatkan perkembangan anak.

Setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan para peserta menentukan tujuan permainan yang sesuai dengan usia, memberikan variasi dalam bermain dalam rangka mengoptimalkan stimulasi tumbuh kembang anak meskipun hanya dari dalam rumah.

## **BAHASAN**

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan untuk kepentingan diri sendiri, dilakukan dengan cara-

cara menyenangkan, tidak berorientasi pada hasil akhir, bersifat fleksibel, aktif, dan positif (Smith & Pellegrini, 2008). Berbagai macam contoh bermain seperti berayun, berlari, membangun dengan balok, menari mengikuti musik, mengarang kata-kata berima yang tidak masuk akal, berdandan, dan berpura-pura.

Bermain merupakan hak anak yang teruang dalam UU No.23 Tahun 2002 pasal 11 yang berbunyi “Setiap anak berhak untuk beristirahat dan memanfaatkan waktu luang, bergaul dengan anak yang sebaya, bermain, berekreasi, dan berkreasi sesuai dengan minat, bakat, dan tingkat kecerdasannya demi pengembangan diri”. Dengan bermain anak merasakan kesenangan serta memacu percepatan pertumbuhan dan perkembangan anak lebih sehat.

Bermain berkaitan erat dengan pertumbuhan anak. Kegiatan bermain mempengaruhi perkembangan enam aspek perkembangan anak, yakni aspek kesadaran diri (personal awareness), emosional, sosial, komunikasi, kognisi, dan keterampilan motorik (Tadkiroatun, 2014; Ginsburg, 2007, Milteer & Ginsburg, 2012).

Berbagai penelitian menyebutkan manfaat bermain pada anak-anak (Ginsburg, 2021; Rohmah 2016; Milteer & Ginsburg, 2012). Review yang dilakukan Ginsburg (2021) menyatakan bahwa bermain sangat penting untuk perkembangan karena berkontribusi pada kesejahteraan kognitif, fisik, sosial, dan emosional anak-anak dan remaja. Rohmah (2016) dalam artikelnya juga menyebutkan bahwa

bermain dapat mengembangkan aspek moral, motorik, kognitif, bahasa, serta perkembangan sosial anak. Lebih jauh, bermain memberikan kesempatan pada anak-anak untuk mengembangkan kemampuan resiliensi, mengatasi tantangan dan bernegosiasi (Miltier & Ginsburg, 2012).

Setiap tahapan usia memiliki jenis permainan yang berbeda satu sama lain. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan kemampuan motorik, bahasa kognitif dan minat di setiap tahapan perkembangan. Selain itu setiap tahapan perkembangan memiliki tugas-tugas dan krisis yang berbeda. Pada anak usia 0-12 bulan tujuan dari permainan yang diberikan adalah untuk mengembangkan refleks-refleks, memberikan stimulasi sesorik serta menstimulasi kemampuan motorik pada anak. Pada usia 12-36 permainan yang diberikan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan halus, kemampuan bahasa, imajinasi, dan menyalurkan emosi anak. Dan pada usia diatas 36bulan permainan yang diberikan bertujuan untuk mengembangkan kemampuan kognitif, koordinasi motoric, sosialisasi, sportivitas, dan mengontrol emosi (Kania, 2006). Dengan mengerhatikan tujuan dari permainan, kita dapat memberikan permainan yang sesuai untuk merangsang perkembangan anak sesuai tahapan usianya (Yenawati, 2010). Dalam permainan juga diperlukan variasi. Hal ini dilakukan untuk mencegah munculnya munculnya kebosanan dan mengoptimalkan perkembangan kognitif anak (hastuti, 2015).

## METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui aplikasi meeting online pada tanggal 17 Januari 2021 yang diselenggarakan pukul 9.00-14.30. Pengabdian masyarakat berupa webinar yang mengangkat tema besar Tumbuh Kembang Anak selama Pandemi Covid 19 dan menghadirkan 3 orang pembicara yaitu Dr. dr. Tirsa Z. Tamin, Sp. KFR (K), Marcelina, M.Si, psikolog, dan Nesi S. Ft., M.Si (fisioerapis). Untuk tema bermain sebagai stimulasi tumbuh kembang anak di sampaikan oleh Nesi.

Para peserta dalam pengabdian masyarakat ini diundang melalui Poster yang disebarluaskan seminggu sebelum kegiatan melalui media sosial. Para peserta memberikan infomarsi demografi yang diisi dalam absensi kegiatan. Peserta terdiri dari 64 orang (50 orang perempuan dan 14 orang laki-laki) dengan usia rata-rata 28 tahun (SD : 5,64) . Peserta terdiri dari 55 orangtua dan 9 pelajar dengan latar belakang professional sebanyak 34 orang dan masyarakat umum sebanyak 30 orang. Para peserta dengan latar belakang pendidikan tinggi sebanyak 53 orang dan menengah atas sebanyak 11 orang.

Pada awal kegiatan peserta diberikan kuisioner pretest tentang pemahaman bermain sebagai stimulasi pada anak. Setelah mengikuti serangkaian werbinar, peserta diminta kembali mengisi post test yang berisikan soal yang sama dengan pretest mereka. Tujuannya adalah untuk mengetahui peningkatan pemahaman yang mereka miliki setelah mengikuti webinar pengabdian masyarakat.

Baik pretest maupun post test berisikan 5 soal yang menanyakan tentang pemahaman mereka tentang manfaat bermain, sumber yang menyebabkan adanya variasi bermain dan beberapa contoh tujuan bermain yang sesuai dengan tahapan usia. Hasil dari kuisioner dijabarkan melalui tabel di bawah ini.

Tabel Hasil Pretest dan Posttest Peserta

Jumlah peserta	Pretest	Posttest	selisih
5	20	60	40
3	20	80	60
3	20	100	80
9	40	80	40
6	60	80	20
28	60	100	40
1	80	60	-20
2	80	80	0
7	80	100	20
Mean			36,56
Standar Deviasi			16,54

Data dari Tabel di atas menunjukkan bahwa pemahaman para peserta sebelum mengikuti webinar masih kurang (M: 53,44, SD: 18,87), sedangkan setelah mengikuti webinar, para peserta memiliki pemahaman yang lebih tinggi (M: 90, SD: 13,33).

Data dari tabel *pretest* dan *posttest* peserta kemudian di analisis kembali menggunakan uji *Paired Sample T Test* untuk melihat signifikansi perbedaan pemahaman sebelum dan setelah mengikuti webinar. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan wawasan peserta sebelum dan setelah penelitian berlangsung digunakan ( $p$  value < 0,05, M: 36,56, SD: 16,54).

## KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh program studi Fisioterapi Politeknik Kesehatan Hermina bertujuan untuk meningkatkan pemahaman orangtua, mahasiswa dan *caregiver* dalam memberikan stimulasi bermain yang sesuai dengan tahapan usia anak.

Setelah webinar berlangsung, terlihat adanya peningkatan pemahaman yang signifikan tentang bermain sebagai stimulasi tumbuh kembang pada anak. Bermain merupakan sarana terbaik untuk memberikan stimulasi tumbuh kembang anak baik dari perkembangan fisik, bahasa, personal sosial dan kognitif (Ginsburg, 2021; Tameon, 2018; Rohmah 2016; Paramitha, Wirya, & Tirtayani, 2016; Milteer & Ginsburg, 2012). Dengan memberikan stimulasi bermain yang sesuai dengan tujuan di tahapan usia diharapkan anak tidak mengalami keterbatasan stimulasi akibat adanya pandemic covid-19.

## REFERENSI

- Ares, G. et al (2021). *The experience of social distancing for families with children and adolescents during the coronavirus (COVID-19) pandemic in Uruguay: Difficulties and opportunities*. Children and Youth Services Review Vol 121.
- Clemens, V. et al (2020). *Potential effects of "social" distancing measures and school lockdown on child and adolescent mental health*. European Child & Adolescent Psychiatry. 29:739–742
- de Araújo, L. A., Veloso, C.F., de Campos Souza, M., de Azevedo, J.M.C. & Tarro, G. (2020). *The potential impact of the COVID-19 pandemic on child growth and development: a systematic review*. J Pediatric (Rio J).
- Ginsburg, K.R. (2007) *The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds*. American Academy of Pediatrics.
- Ginsburg, K. R. (2021). *The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds*. American Academy of Pediatric. Vol. 119, Number 1.
- Gracia, A.U. (2020). *Young Children's Mental Health: Impact of Social Isolation During The COVID-19 Lockdown and Effective Strategies*. Children and Social Isolation in Covid-19.
- Hastuti, A. P. (2015). *Hubungan antara Variasi Bermain dengan Perkembangan Kognitif pada Anak Usia Prasekolah Kelompok A di TK PGRI 01 Kedungkandang Malang*. Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti, 3(2), 4-1.
- Kania, N. (2006). *Stimulasi Tumbuh Kembang Anak untuk Mencapai Tumbuh Kembang yang Optimal*. Seminar Stimulasi Tumbuh Kembang Anak. Bandung.

- Martorell, G., Papalia, D.E., & Feldman, R. D. (2014). *A Child World: Infancy through Adolescence* 4th Ed. McGraw-Hill Education, New York,
- Musfiroh, T. (2014) *Bermain dan Permainan Anak*. In: Teori dan Konsep Bermain. Universitas Terbuka, Jakarta, pp. 1-44.
- Paramitha, K.D.P., Wirya, I.N. & Tirtayani, L.A. (2016). *Penerapan Metode Bermain untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Kelompok A TK Kunci Harapan Singaraja*. e-Journal Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Pendidikan Ganesha. Vol 4. No. 2
- Pradana, A.A., Casman, & Nur'aini (2020). *Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah Covid-19 terhadap Kelompok Rentan di Indonesia*. Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI. Vol 9.
- Rohmah, N. (2016). *Bermain dan Pemanfaatnya dalam Perkembangan Anak Usia Dini*. Jurnal Tarbawi Vol. 13. No. 2.
- Smith, Peter K And Pellegrini, Antony. (2008). "Learning Through Play". *Minesota: Goldsmiths*, University of London, United Kingdom University of Minnesota, USA.
- Sutapa, P. & Suharjana. (2020). *Improvisasi Gross Motor Skills by Kinaesthetic and Contemporary based Physical Activity in Early Childhood*. Cakrawala Pendidikan, Vol. 38, No. 3.
- Tameon, S. M. (2018). *Peran Bermain Bagi Perkembangan Kognitif dan Sosial Anak*. Ciencias: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan. Vol 1 No. 1.
- Yenawati, S. (2010). *Stimulasi Tumbuh Kembang Anak*. Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. III, No.1: 121 – 130.
- Yunfei, F., (2020) SARS pandemic exposure impaired early childhood development: A lesson for COVID-19.
- Yusuf, R.A. (2020). *Mental Health Implication of Quarantine and Isolation on Children and Adolescent During Covid-19 Outbreak: a Narrative Review*. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia.
- Otto, B. (2010). *Language Development in Early Childhood* 3<sup>rd</sup> Ed. Pearson. Ohio.