

‘Let’s Play Together!’: Activating Psychology of Play in School Children during the New Normal Era

¹Aditya Putra Yudha Wiratama,²Ahmad Kailani

¹Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

²Program Studi S1 Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: Adityapyw12@gmail.com, ahmadikay@gmail.com

ABSTRACT

Playing is the most important thing for children during the pandemic Covid-19. Various studies indicated that playing activities can have relatively permanent effects. Plays will affect the improvement of the physical, psychological and social qualities of children. From a physical aspect, the activity can improve the function of organs such as heart, blood vessels, lungs, muscles, bones, joints, improve metabolism in the body, reduce body fat and balance cholesterol. From a psychological aspect, playing help children to be more resistant to stress and more able to concentrate. Besides that, it can increase feelings of achievement. From the social aspect, playing can increase self-confidence for children, cooperation and as an effective means of communication. Taking into account all the aforementioned benefits of play, this community service program was intended to invite children in Tatah Mesjid Village, Alalak Barito Kuala Subdistrict, especially at SDN 1 Tatah Mesjid, to enjoy playing activities during this New Normal Era. After the program ended, the participants showed excitement and enthusiasm. Their motivation of life was sparked and they wanted to explore other various of children play. It is expected that this impression will inspire children at Tatah Mesjid Village to be more optimistic and resilient in facing this new era.

Keywords : psychology of play, pandemic, covid-19

PENDAHULUAN

Diawal tahun 2020, dunia mulai digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyakitnya disebut coronavirus disease 2019 (COVID-19). Diketahui, asal mula virus ini berasal dari wuhan, Tiongkok. Ditemukan pada akhir Desember tahun 2019. Sampai saat ini sudah dipastikan terdapat 65 negara yang telah terjangkit virus satu ini (Yuliana 2020). Berbagai cara dilakukan untuk memutus mata rantai penyebaran wabah ini. Di antaranya upaya peningkatan imunitas tubuh, obat-obatan, sampai pemberian vaksinasi. Di antara sekian usaha tersebut, aktifitas bermain bagi anak-anak dapat menjadi salah satu upaya untuk pencegahan penularan virus berbahaya ini.

Bermain merupakan peristiwa hidup yang sangat digemari oleh anak-anak, melalui kegiatan bermain, banyak fungsi-fungsi kejiwaan dan kepribadian yang dapat dikembangkan. Hal ini disebabkan karena di dalam aktivitas bermain banyak kejadian-kejadian yang melibatkan keaktifan kejiwaan dan kepribadian pesertanya. Dengan bermain anak dapat mengaktualisasikan seluruh aspek kehidupan yang ingin disampaikannya. Aktivitas bermain dapat memberi pengaruh yang bersifat relative permanen, dengan bermain akan berpengaruh terhadap peningkatan kualitas fisik, psikis, dan sosial anak. Dari aspek fisik, bermain dapat meningkatkan fungsi organ tubuh seperti jantung, pembuluh darah, paru-paru, otot, tulang, persendian, perbaikan metabolisme dalam tubuh, mengurangi lemak tubuh dan menyeimbangkan kolesterol. Dari aspek psikis, bermain menyebabkan anak menjadi lebih tahan terhadap stress dan lebih mampu berkonsentrasi, selain itu dapat meningkatkan perasaan berprestasi. Dari aspek sosial, bermain dapat menambah kepercayaan diri pada anak, kerjasama serta sebagai sarana komunikasi yang efektif (Simatupang 2005). Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Banjarmasin berlokasi di Desa Tatah Mesjid Kecamatan Alalak Kabupaten Barito Kuala masyarakat banyak yang belum mengetahui bahwa walaupun masa pandemi ini anak-anak masih bisa

melakukan bermain pada usianya. Tentunya, permainan ini tetap mematuhi protokol kesehatan yang berlaku. Berdasarkan pemikiran tersebut, pengabdian masyarakat ini mengangkat tajuk tentang psikologi bermain sebagai salah satu upaya peningkatan kesehatan pada anak-anak di masa kenormalan baru ini.

METODE

Pelaksanaan program KKN-M UMBJM 2021 ini dilaksanakan sebagai upaya peningkatan kesadaran masyarakat di Kalimantan Selatan khususnya Desa Tatah Masjid agar masyarakat lebih waspada dan tetap menjaga kesehatannya selama masa pandemik ini. Melalui kegiatan pengabdian pada masyarakat ini akan ditawarkan berbagai solusi bagi permasalahan – permasalahan yang telah dirumuskan di atas. Langkah – langkah pendekatan yang digunakan yakni sebagai berikut: 1) Tahap Perencanaan; 2) Tahap Persiapan; 3) Tahap Pelaksanaan; 4) Tahap Evaluasi. Apabila kita menginginkan hasil yang bermakna maka pengabdian ini perlu direncanakan dengan sebaik-baiknya, dengan matang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Psikologi Bermain

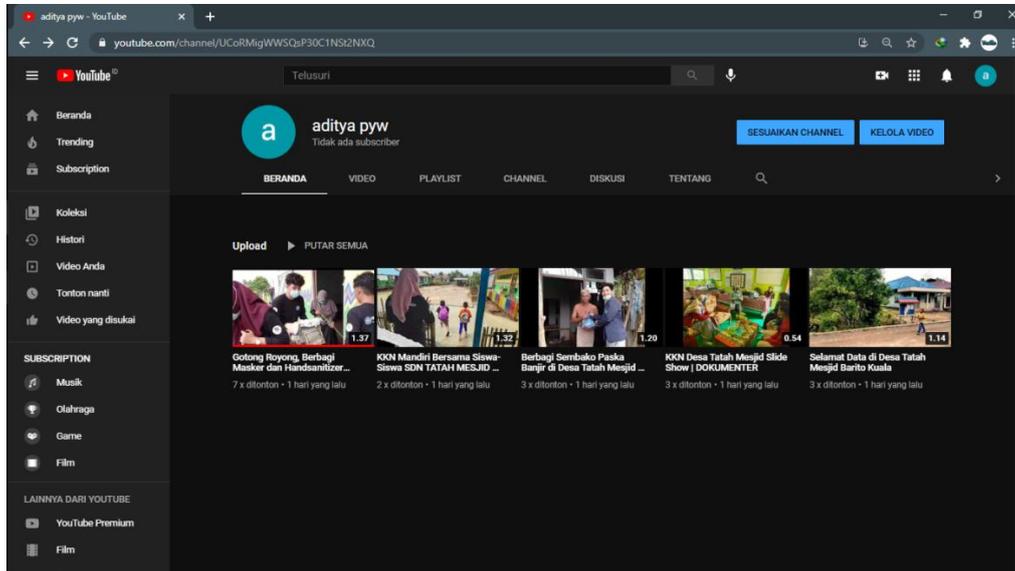
Hasil yang didapat dari 19 siswa 7 siswa masih belum mengenal permainan sederhana yang sering dimainkan keseharian. Banyaknya anak-anak yang masih memiliki pemahaman yang masih tergolong awam atau masih kurang untuk memahami dari permainan yang diberikan. Akan tetapi permainan tersebut dapat mereka pahami ketika saat permainan tersebut dilaksanakan. Hal ini memang terjadi pada anak-anak sebelumnya. Dalam bermain tersebut menampilkan hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal terbina melalui beberapa tahap, yakni 1) kontak, 2) keterlibatan, 3) keakraban, 4) perusakan, dan 5) pemutusan. Pada tahap pertama, individu membuat kontak dengan membuat persepsi terhadap individu lain melalui persepsi alat indra baik itu melihat, mendengar, dan membau. Pada tahap awal ini individu akan memberikan persepsinya dan akan memutuskan apakah hubungan akan berlanjut atau tidak. Tahap kedua adalah keterlibatan, yakni tahap pengenalan yang melibatkan di antara individu mengikatkan diri untuk mengenal lebih jauh melalui pengungkapan diri (*self disclosure*). Pengungkapan diri merupakan inti dari perkembangan hubungan (Utari 2013).

Aktivitas bermain dapat memberi pengaruh yang bersifat relative permanen, dengan bermain akan berpengaruh terhadap peningkatan kualitas fisik, psikis, dan sosial anak. Dari aspek fisik, bermain dapat meningkatkan fungsi organ tubuh seperti jantung, pembuluh darah, paru-paru, otot, tulang, persendian, perbaikan metabolisme dalam tubuh, mengurangi lemak tubuh dan menyeimbangkan kolesterol. Dari aspek psikis, bermain menyebabkan anak menjadi lebih tahan terhadap stress dan lebih mampu berkonsentrasi, selain itu dapat meningkatkan perasaan berprestasi. Dari aspek sosial, bermain dapat menambah kepercayaan diri pada anak, kerjasama serta sebagai sarana komunikasi yang efektif (Simatupang 2005).



Gambar 1. Proses memulai kegiatan bermain

Pada Gambar 1 dimana anak-anak atau siswa-siswa dari kelas 1 SDN Tatah Mesjid 1 ini setelah pelajaran kedua usai, sebelumnya mereka bersiap-bersiap untuk membereskan barang-barang yang ada di atas meja mereka untuk bersiap-siap keluar kelas dan mengikuti kegiatan yang di berikan oleh para peserta mahasiswa KKN Mandiri di Desa Tatah Mesjid Handil Bankti Barito Kuala. Terdapat banyak siswa untuk mengikuti antusias mereka mengikuti instruksi-instruksi yang di berikan oleh para peserta mahasiswa KKN Mandiri. Anak-anak atau siswa-siswa kelas 1 tersebut sangat gembira mengikuti kegiatan tersebut.



Link youtube: <https://youtu.be/qXQkTWYnGfc>

Gambar 2. Laman youtube



Gambar 4 Kegiatan bermain

Pada Gambar 4 di atas dimana anak-anak atau siswa-siswa kelas 1 tersebut sudah memulai kegiatan yaitu bermain. Pada kegiatan bermain ini, anak-anak atau siswa-siswa disini sangat semangat bahkan setelah selesai pun anak-anak atau siswa-siswa kelas 1 tersebut meminta permainan tersebut untuk di ulan sebanyak 3x. dalam permainan tersebut siswa-siswa kelas 1 sebanyak 19 siswa dan di bagi menjadi 3 kelompok.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang bisa saya Tarik dari pengabdian ini adalah Banyak anak-anak sekolah yang memang perlu untuk bermain dimana masa kanak-kanak tersebut perlu wawasan pengetahuan bermain di kalangan masa kanaka-kanak dan bermain tersebut merupakan bermain yang memang betul untuk seumuran anak-anak. Disini dapat disimpulkan kegiatan psikologi bermain tersebut sangat di perlukan agar anak-anak dapat berkembang mulai dari fisik hingga intelektual anak.

PENGHARGAAN

Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada Kepala Desa Tatah Mesjid Bapak Rasidi beserta perangkatnya yang telah memberikan ijin dan dukungan terhadap kegiatan ini, terakhir ucapan terimakasih penulis haturkan kepada Kepala Sekolah Ibu Sekti Handayani beserta Dewan Guru SDN Tatah Mesjid 1 yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian pengabdian masyarakat ini serta mendukung penuh berjalannya kegiatan yang penulis lakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Simatupang, N 2005, 'Bermain sebagai upaya dini menanamkan aspek sosial bagi siswa sekolah dasar,' Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, vol. 03, no.01.
- Utari, T. W. A. F. S. D. A 2013, 'Media sosial dan pengembangan hubungan interpersonal remaja di Sidoarjo. Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2, 1–hal. 106.
- Yuliana 2020, 'Corona virus diseases (Covid -19); Sebuah tinjauan literatur', Wellness and Healthy Magazine, vol. 2, no.1, hal. 187–192. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh>