

# Bermain buku Pop\_up sebagai terapi gangguan mental emosional pasca bencana tsunami

*by* Sulastri Sulastri

---

**Submission date:** 06-Apr-2022 01:10PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1803163790

**File name:** `bagai_terapi_gangguan_mental_emosional_pasca_bencana_tsunami.pdf` (233.26K)

**Word count:** 3946

**Character count:** 23926

## Bermain Buku *Pop-Up* sebagai Terapi Gangguan Mental Emosional Pasca Bencana Tsunami

### *Playing Pop-Up Books as a Therapy for Mental Emotional Problems after the Tsunami Disaster*

Sulastr<sup>1</sup>, Rohayati<sup>2</sup>, Sary Febriaty<sup>3</sup>

Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Indonesia

#### ARTICLE INFO

##### Article history

Received date  
01 Oct 2021

Revised date  
14 Oct 2021  
23 Nov 2021

Accepted date  
24 Nov 2021

##### Keywords:

Children's emotional  
mentality;  
Play therapy;  
Pop-up books;  
Tsunami.

##### Kata kunci:

Mental emosional anak;  
Terapi bermain;  
*Pop-up books*;  
Tsunami.

#### ABSTRACT/ ABSTRAK

Traumatic experience can trigger mental-emotional problems in children, especially in disaster conditions. The purpose of this study is to describe mental and emotional problems in children in South Lampung after the Sunda Strait tsunami natural disaster after being given playing therapy with pop-up books. This study uses a quantitative design with quasi-experimental treatment. The population in this study were preschool and school-age children affected by the Sunda Strait tsunami who lived in temporary village shelters in three villages namely Way Muli Timur, Way Muli Barat, and Kunjir as many as 93 children. The mental-emotional state of the child will be measured before and after therapy. Data collection using the Strength Difficulties Questionnaire questionnaire. The test was conducted using the dependent t-test. The results of data analysis showed that in general the level of strength and difficulty of children was abnormally susceptible (63,4%) at the beginning of the measurement and increased towards normal, in other words, as an effect of playing therapy with pop-up books on the child's emotional mentality. The results of the bivariate test showed that there was an effect of pop-up books play therapy on children's mental-emotional problems (p-value 0,002). It is recommended that play therapy be combined with other therapies, including consistently to reinforce for children from those closest to them, such as nuclear family and other children's closest people.

Pengalaman traumatis bisa menjadi pemicu masalah mental emosional pada anak, khususnya pada kondisi bencana Tujuan penelitian ini mendeskripsikan masalah mental dan emosional pada anak di Lampung Selatan Pasca bencana alam tsunami selat Sunda setelah diberi terapi bermain dengan *pop-up books*. Peneliti ini menggunakan desain kuantitatif dengan pemberian perlakuan/eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak prasekolah dan usia sekolah yang terdampak tsunami selat sunda yang tinggal di hunian sementara desa di tiga desa yaitu Way Muli Timur, Way Muli Barat, dan Kunjir sebanyak 93 anak. Kondisi mental emosi anak akan diukur sebelum dan setelah terapi. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Strength Difficulties Questionnaire*. Uji dilakukan menggunakan uji *t-dependent*. Hasil analisis data diperoleh secara umum tingkat kekuatan dan kesulitan anak pada rentan abnormal (63,4%) pada awal pengukuran dan mengalami peningkatan kearah normal, dengan kata lain ada pengaruh terapi bermain dengan *pop-up books* dengan mental emosional anak. Hasil uji bivariat menunjukkan ada pengaruh terapi bermain *pop-up books* terhadap masalah mental emosional anak (p-value 0,002). Disarankan terapi bermain dengan dikombinasi dengan terapi lain termasuk secara konsisten untuk memberikan penguatan pada anak dari orang terdekat, seperti keluarga inti dan orang terdekat anak lainnya.

#### Corresponding Author:

Sulastr<sup>1</sup>  
Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Indonesia  
Email: [sulastr1@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:sulastr1@poltekkes-tjk.ac.id)

## PENDAHULUAN

Peristiwa bencana alam Tsunami yang terjadi di selat sunda masih menyisakan duka yang mendalam, khususnya anak-anak di wilayah terdampak paling parah yaitu desa Kunjir, Way Muli, dan Way Muli Timur. Banyak penduduk yang merasakan dampaknya, termasuk anak-anak. Masa kanak-kanak merupakan kelompok yang rentan dan kritis dalam siklus perkembangan seseorang, dimana pada masa ini terjadi banyak perubahan, baik perubahan biologis, psikologis maupun perubahan sosial. Fase perubahan tersebut seringkali memicu terjadinya konflik antara anak dengan dirinya sendiri maupun konflik dengan lingkungan sekitarnya. Apabila konflik-konflik tersebut tidak dapat teratasi dengan baik maka dalam perkembangannya dapat membawa dampak negatif terutama terhadap pematangan karakter anak dan tidak jarang memicu terjadinya gangguan mental.

Kelainan mental, emosional dan perilaku (*mental emosional behaviour disorders*) seperti depresi, masalah perilaku dan penyalahgunaan zat di antara anak-anak meyebabkan beban yang berat bagi keluarga, bangsa dan diri mereka sendiri. Selain kesehatan fisik, kesehatan mental merupakan faktor yang penting bagi masa depan dan kesejahteraan anak dimasa yang akan datang. Empat belas sampai dua puluh persen remaja mengalami kelainan mental, emosional dan perilaku. Survey menunjukkan bahwa 50% dari seluruh kasus yang didiagnosa kelainan mental dimulai sejak usia 14 tahun (Radityo, *et al.*, 2012).

Setelah bencana terjadi, anak harus pindah dari situasi dan rutinitas keseharian yang membuatnya aman dan nyaman. Ada yang kehilangan orang tua atau saudara, ada yang pindah dari rumah dan tinggal sementara waktu di tempat pengungsian, bahkan ada yang tidak bisa bersekolah, bermain dan mendapatkan istirahat yang cukup. Oleh karena itu, diperlukan metode dan media yang tepat untuk membantu anak mengekspresikan rasa takut, cemas, pesimis dan menumbuhkan harapan serta optimisme mengenai masa yang akan datang.

Setiap kejadian bencana alam, rata-rata penduduk yang mengalami masalah kejiwaan mencapai 50%. Oleh sebab itu, selain membutuhkan pasokan logistik, para korban bencana alam juga memerlukan terapi pemulihan stres dan trauma. Salah satunya dengan terapi bermain (Rahmadian, *et al.*, 2016). Pada penelitian ini peneliti menggunakan terapi bermain sebagai perlakuan. Terapi yang digunakan adalah *pop-up books*. *Pop-up books*

mampu menurunkan kecemasan pada anak (Handayani, *et al.*, 2017).

Bencana alam Tsunami selat sunda yang terjadi pada Desember 2018 lalu meninggalkan dampak psikologis termasuk pada anak-anak. Saat ini warga yang kehilangan tempat tinggal, disiapkan hunian sementara. Ada tiga hunian sementara terbanyak yaitu Way Muli Timur sebanyak 443 jiwa, Way Muli Barat 157 jiwa dan Kunjir 378 jiwa. Dari 978 jiwa, 176 di antaranya adalah anak-anak. Hasil pre-survey yang dilakukan pada 10 anak di tiga pengungsian diperoleh informasi sebagian besar anak-anak menunjukkan respons masalah emosional, seperti sering mengeluh tidak nyaman pada perut dan sakit kepala pasca bencana, tampak khawatir saat mendengar suara keras dan hujan deras, mudah menangis dan sedih, takut saat ditinggal orang tua dan mudah khawatir. Kondisi ini jelas membutuhkan intervensi yang sesuai dengan tumbuh kembang anak, yaitu terapi bermain. Peneliti menemukan *pop-up books* sebagai media terapi. *Pop-up books* adalah sebuah buku yang memiliki bagian yang dapat bergerak atau memiliki unsur 3 dimensi serta memberikan visualisasi cerita yang lebih menarik, mulai dari tampilan gambar yang dapat bergerak ketika halamannya dibuka.

Menurut Handayani, *et al.*, (2017) menunjukkan tingkat kecemasan dari 20 orang responden belum diberikan terapi bermain *pop-up books* sebagian besar yaitu 13 orang (65%) dengan kategori cemas sedang, cemas berat 6 orang (30%), kategori cemas berat sekali tidak ada dan kategori paling sedikit yaitu cemas ringan sebesar 1 orang (5%).

Dampak kecemasan yang tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan pengobatan yang diberikan sehingga berpengaruh terhadap lama rawatnya hari, memperberat kondisi anak dan bahkan dapat menyebabkan kematian pada anak. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang berlebihan terhadap kondisi ketakutan, kegelisahan, kekhawatiran atau ketakutan terhadap ancaman nyata atau yang dirasakan (Saputro & Fazrin, 2017).

Selanjutnya penelitian lain yang menggunakan *pop-up book* sebagai terapi juga menemukan ada hubungan yang bermakna antara bermain *pop-up books* terhadap kecemasan, dimana pada hasil penelitian ditemukan ada penurunan skor kecemasan secara bermakna setelah terapi (Handayani, *et al.*, 2017). Salah satu cara untuk mengalihkan perhatian anak dipengungsian/hunian sementara adalah dengan diberikannya dukungan sarana bermain yaitu

terapi bermain *pop-up books* yang dapat memfasilitasi anak untuk mengurangi kecemasan dan ketakutan, karena anak usia sekolah masih senang bermain.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan quasi eksperimen *one grup pre-test post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak prasekolah dan usia sekolah yang terdampak tsunami selat Sunda yang tinggal di hunian sementara desa Way Muli Timur, Way Muli Barat, dan Kunjir sebanyak 93 anak.

Penelitian dilakukan pada anak pra sekolah dan usia sekolah yang mengalami dampak bencana alam Tsunami Selat Sunda pada Desember 2018. Analisis masalah mental emosional menggunakan kuesioner kekuatan dan kesulitan pada anak.

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi menggunakan alat ukur SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*). SDQ adalah sebuah instrumen skrining perilaku singkat untuk anak dan remaja (3-17 tahun) yang memberikan gambaran singkat dari perilaku yang berfokus pada kekuatan dan juga kesulitan mereka (Black, Pulford, Christie, & Wheeler, 2010). SDQ terdiri dari 25 item yang dialokasikan pada lima subskala. Keempat subskala termasuk ke dalam kelompok subskala kesulitan, yaitu subskala *emotional symptom*, subskala *conduct problem*, subskala *hyperactivity-inattention*, dan subskala *peer problem*. Sedangkan subskala yang kelima termasuk dalam kelompok subskala kekuatan, yaitu subskala *pro-social*. Masing-masing subskala SDQ terdiri dari lima item. Masing-masing item diskor dalam kriteria tiga poin yaitu 0=tidak benar, 1=agak benar, 2=sangat benar. Skor dari masing-masing subskala dapat dihitung dengan menjumlahkan skor dari masing-masing item yang relevan pada subskala tersebut. Skor tertinggi dari masing-masing subskala adalah 10 dan skor terendah adalah 0 (Goodman dalam Muris, Meesters, & van den Berg, 2003). Instrumen ini sudah dilakukan uji validasi (Oktaviana dan Wimbarti, 2014).

Terapi bermain *pop-up books* sebagai perlakuan diberikan secara berkala selama 3 minggu yang terbagi dalam 3 sesi pendampingan pada kelompok anak di tiap wilayah. Setiap responden dilakukan pengukuran mental emosional pada awal sebelum intervensi setiap kali sesi pendampingan dan pengukuran *post*

dilakukan setelah pendampingan terakhir atau ketiga. Analisis yang digunakan adalah *T-test dependent*.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang dengan Nomor 276/EA/KEPK-TJK/IX/2019.

## HASIL

**Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden Penelitian**

Variabel	Jumlah	%
<b>Usia</b>		
5 tahun	5	5,4
6 tahun	24	25,8
7 tahun	21	22,6
8 tahun	12	12,9
9 tahun	23	24,7
10 tahun	8	8,6
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	49	52,7
Laki-laki	44	47,3
<b>Kehilangan Anggota Keluarga</b>		
Way Muli Timur	28	30,1
Way Muli Barat	42	45,2
Kunjir	23	24,7
<b>Masalah Mental Emosional</b>		
Normal	1	1,1
Borderline	33	35,5
Abnormal	59	63,4

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan The Strengths and Difficulties Questionnaire**

The Strengths and Difficulties Questionnaire	Jumlah	%
<b>Emosional</b>		
Normal	55	59,1
Borderline	18	19,4
Abnormal	20	21,5
<b>Conduct Problems</b>		
Normal	24	25,8
Borderline	18	19,4
Abnormal	51	54,8
<b>Hyperactivity</b>		
Normal	90	96,8
Borderline	3	3,2
Abnormal	0	0
<b>Peer Problem</b>		
Normal	40	43
Borderline	33	35,5
Abnormal	20	21,5
<b>Prosocial</b>		
Normal	57	61,3
Borderline	34	36,6
Abnormal	2	2,2

Berdasarkan tabel 1, terlihat sebagian besar responden pada usia 6 tahun, yaitu 24 orang

(25,8%); berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 49 orang (52,7%); tinggal di Way Muli rat sebanyak 42 orang (45,2%); dan diketahui sebagian besar responden berada pada kategori abnori<sup>30</sup>, yaitu 59 orang (63,4%)

Hasil analisis pada tabel 2 diketahui <sup>18</sup>agian besar gejala emosional responden berada pada kategori normal yaitu 55 orang (59,1%), masalah perilaku responden berada pada kategori abnormal yaitu 51 orang (54,8%), hiperaktif-Inatensi responden berada pada kategori normal yaitu 90 orang (96,8%), <sup>18</sup>ubungan dengan teman sebaya responden berada pada kategori normal yaitu 40 orang <sup>18</sup>%, dan masalah ketidakpedulian responden berada pada kategori normal yaitu 57 orang (61,3%)

**Tabel 3. Skor Mental Emosional Sebelum Diberikan Terapi Bermain Pop-up Books**

Mean	Median	SD	Min	Max
71,19	71,51	4,69	60	81

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa rata-rata skor mental emosional anak kelompok responden sebelum mendapat terapi bermain sebelum mendapat terapi bermain *pop-up books* adalah 71,19 dengan standar deviasi 4,72 dan skor mental emosional anak terendah adalah 60 (cemas sedang) serta skor mental emosional tertinggi adalah 81 (cemas berat).

**Tabel 4. Skor Mental Emosional Sesudah Diberikan Terapi Bermain Pop-up Books**

Mean	Median	SD	Min	Max
41,2 <sup>33</sup>	41	7,53	32	58

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa rata-rata skor mental emosional kelompok responden sesudah mendapat terapi bermain *pop-up books* adalah 41,20 dengan standar deviasi 7,53 dan skor mental emosional terendah adalah 32 (cemas ringan) serta skor kecemasan tertinggi adalah 58 (cemas sedang).

**Tabel 5. Skor Mental Emosional Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Bermain Pop-up books**

Mental emosional	Mean	Med	SD	Min-Max	p-value
Sebelum	71,19	71,51	4,69	60-81	0,002
Sesudah	41,20	41	7,53	32-58	

<sup>36</sup> Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa rata-rata skor mental emosional setelah perlakuan menurun dibandingkan sebelum perlakuan

<sup>32</sup>ngan selisih skor sebesar 30 poin, dengan nilai *p-value*<0,05. Hasil ini menunjukkan ada perbedaan yang <sup>2</sup>permakna masalah mental emosional anak sebelum dan sesudah terapi <sup>2</sup>rmain *pop-up books*. Hasil ini menunjukkan ada pengaruh terapi bermain *pop-up books* terhadap masalah mental emosional anak.

Analisis dilakukan berdasarkan perhitungan sebaran skor jawaban untuk pernyataan positif tidak benar=0, agak benar=1, dan benar=2. Skor untuk pernyataan negatif tidak benar=2, agak benar=1, dan benar=0. Hasil analisis pada variabel masalah mental emosional anak secara keseluruhan menunjukkan kondisi abnormal. Namun saat dilakukan analisis satu persatu pada subvariabel diperoleh kondisi yang berbeda. Secara keseluruhan masalah mental emosional anak tinggi pada ketidakpedulian (skor 3,2), gejala emosional (2,1), hiperaktif (1,76), masalah relasi dengan teman sebaya (1,4), dan masalah perilaku (1,3).

**PEMBAHASAN**

Hasil analisis pada subvariabel untuk masalah/gejala emosional masalah lebih tinggi pada pertanyaan nomor 16 (E4), yaitu gugup/sulit berpisah dengan orang tua/pengasuhnya pada situasi baru, mudah kehilangan rasa percaya diri. Skor terendah pada pertanyaan nomor 3 (E1), 8 (E2), 13 (E3), dan 24 (E5).

Hasil analisis pada subvariabel untuk masalah tingkah laku, masalah lebih tinggi pada pertanyaan nomor 7 (C2), yaitu umumnya anak bertingkah laku baik, biasanya melakukan apa yang disuruh oleh orang dewasa. Skor terendah pada pertanyaan nomor 22 (C5), yaitu mencuri dari rumah, sekolah atau tempat lain.

Hasil analisis pada subvariabel untuk masalah hiperaktifitas, masalah lebih tinggi pada pertanyaan nomor 21 (H4), yaitu sebelum melakukan sesuatu ia berpikir akan akibatnya dan pertanyaan nomor 25 (H5), yaitu memiliki perhatian yang baik terhadap apapun, mampu menyelesaikan masalah, tugas atau pekerjaan rumah sampai selesai. Skor terendah pada pertanyaan (H2), yaitu terus menerus bergerak dengan resah/menggeliat-geliat.

Hasil analisis pada subvariabel untuk masalah teman sebaya, masalah lebih tinggi pada pertanyaan nomor 11 (P2), yaitu mempunyai satu atau lebih teman dan pertanyaan 14 (P3) yaitu pada umumnya disukai oleh anak-anak lain. Skor terendah pada pertanyaan nomor 6 (P1) yaitu cenderung menyendiri; 19 (P4) pada umumnya disukai anak-anak lain; dan 23 (P5)

lebih mudah berteman dengan orang dewasa dibanding anak-anak lain.

Hasil analisis pada subvariabel untuk masalah *prosocial*/ketidakpedulian, masalah lebih tinggi pada pertanyaan nomor 17 (Pr4), yaitu bersikap baik pada anak-anak yang lebih muda. Skor terendah pada pertanyaan nomor 4 (Pr2), yaitu kalau mempunyai mainan, kesenangan, atau pensil, anak bersedia berbagi dengan anak-anak lain.

Anak-anak adalah kelompok yang rentan. Temuan penelitian memberikan kesan bahwa anak usia prasekolah menunjukkan distres psikologis dan masalah kognitif yang rendah jika dibandingkan pada anak yang lebih tua. Bagaimanapun juga mereka cenderung untuk memperlihatkan insiden yang tinggi terhadap ketakutan umum dan spesifik, kehilangan kemampuan bahasa, masalah perilaku (*tempertantrum*, agresif), ketergantungan, kecemasan akibat perpisahan, iritabel, mimpi buruk, dan perilaku regresi spesifik (seperti memasukkan ibu jari ke mulut, dan ngompol). Gempa bumi secara konsisten terbukti berhubungan dengan masalah kesehatan mental seperti depresi dan gangguan stres paska-trauma. Sebuah survey menunjukkan bahwa, setelah peristiwa bencana, sekitar 15-20% populasi akan mengalami gangguan mental ringan atau sedang yang merujuk pada kondisi post-traumatic stress disorder (PTSD), sementara 3-4% akan mengalami gangguan berat seperti psikosis, depresi berat dan kecemasan yang tinggi (Sherchan, *et al.*, 2017).

Penelitian lain mengindikasikan adanya tingkat yang tinggi dari trauma spesifik dan ketakutan umum diantara anak usia prasekolah mengikuti kejadian traumatik. Permasalahan yang ditemukan pada anak korban gempa adalah yang pertama berubah sikap seperti anak menjadi lebih sensitif, mudah menangis, mudah marah, ketika mendengar ada yang bergemuruh langsung panik dan menangis, sering khawatir masuk rumah, siapa awalnya ceria dan cemas. cerdas setelah gempa lebih diam dan menarik diri. Gejala kecemasan klinis yang dialami anak dapat menimbulkan gejala PTSD (Thoyibah, *et al.*, 2019).

Anak usia prasekolah yang terpapar badai tornado Illinois menunjukkan 88% takut terhadap angin ribut, 67% takut sendirian dan 56% takut kegelapan dan kecelakaan. Gejala PTSD lebih umum dilaporkan oleh anak usia sekolah (Purnamasari, 2016).

Penelitian lain terhadap tingkat PTSD yang dilakukan pada anak usia sekolah secara umum menunjukkan setiap kali ada bencana selalu

diikuti oleh kejadian PTSD pada anak. Minimal PTSD yang terjadi sebagai ikutan dari bencana terjadi pada tingkat menengah sampai dengan ketinggian yang berat. PTSD selalu terjadi pada anak setiap kali kejadian bencana (Rahmadian, *et al.*, 2016). Selanjutnya juga dilaporkan kondisi masalah psikologis dan gangguan tidur pada anak pasca bencana (Itagaki, *et al.*, 2018).

Secara keseluruhan, anak sekolah yang selamat dari bencana memperlihatkan ketakutan pada tingkat yang tinggi, gejala somatik yang luas, masalah kognitif, perilaku dan masalah sosial. Masalah kognitif meliputi kurang konsentrasi, permasalahan membaca dan pemahaman dan menurunnya *performance* di sekolah. Masalah terkait perilaku diantaranya seperti perilaku menolak datang ke sekolah dan ketidakmampuan konsentrasi. Perilaku anak menjadi tidak konsisten seperti mudah marah, tidak sopan dan secara emosional menjadi sensitif. Oleh karena itu, teman sebayanya mungkin menjadi menderita karena perilaku ini. Mereka juga mungkin mengalami kehilangan support social seperti teman. Penelitian juga mengindikasikan bahwa perbandingan anak usia prasekolah dengan anak usia sekolah terhadap tingkat gejala PTSD dan mempunyai pemahaman yang lebih tinggi pada anak usia sekolah terhadap pengalaman yang traumatic.

Kondisi mental emosional anak setelah terapi menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hasil uji menunjukkan ada pengaruh terapi bermain dengan *pop-up book* terhadap masalah mental emosional anak. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan pengalaman traumatis pada anak akan berkurang melalui terapi bermain.

Trauma anak bisa ditangani melalui empat teknik, yaitu teknik relaksasi, teknik mengekspresikan emosi, teknik rekreasional, teknik ekspresif. Upaya penerapan terapi rekreasi ini memberikan keringanan beban pikiran yang dirasakan pada penyintas,

Mengurangi rasa ketegangan, mengurangi rasa takut, menghapus memori yang membuat trauma terkait dengan bencana, memudahkan ingatan anak tentang bencana yang pernah dirasa, dan membuat suasana hari menjadi lebih rileks, serta semakin baik memulihkan kondisi mental anak. Pada akhirnya, kehidupan anak dapat kembali normal dalam beberapa hari atau minggu setelah peristiwa yang mengerikan tersebut (Safitri, *et al.*, 2021). Selanjutnya penelitian lain menunjukkan bahwa *pop-up books* identik dengan anak-anak dan mainan, merupakan media ini berisi cerita bergambar yang memiliki bentuk tiga dimensi ketika

halaman buku dibuka. Terapi bermain merupakan salah satu teknik yang akan membantu penurunan ketegangan emosional yang dirasakan anak. Secara bertahap respon psikis maupun fisiologis kecemasan akan berkurang (Handayani, *et al.*, 2017). Bagi anak-anak yang mengalami PTSD teknik yang sesuai untuk mengatasi kondisi trauma adalah dengan menggunakan teknik *play therapy* (Nawangsih, 2016). Upaya yang bisa dilakukan untuk menyembuhkan trauma pada dasarnya adalah kegiatan mengajak korban untuk dapat merasa lebih tenang dan damai sehingga dapat memiliki pandangan baru (Darmiany, 2019; Pratiwi, 2017; Salamor, *et al.*, 2020)

Beberapa penelitian lain menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara terapi bermain dengan kondisi trauma pasca bencana. Anak menjadi lebih tenang dan nyaman melalalui terapi bermain, dapat mengekspresikan perasaannya melalui tahapan permainan. Tanpa disadari bermain menjadi arena untuk mengekspresikan perasaan kesedihan dan stress anak (Pramardika, Hironaung, *et al.*, 2020; Pramardika, Siska, *et al.*, 2020 ; Haryati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu jelas bahwa terapi bermain merupakan metode yang efektif untuk mengatasi kondisi psikologis atau masalah mental dan emosi pada anak.

### 3 DAFTAR PUSTAKA

- Ali Rahmadian, A., F., Yusuf L.N, S., Rusmana, N., & L. Downs, L. (2016). Prevalensi Ptsd Dan Karakteristik Gejala Stres Pascatrauma Pada Anak Dan Remaja Korban Bencana Alam. *Edusentris*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.17509/edusentris.v3i1.184>
- Darmiany. (2019). Pgsd Untuk Negeri: Terapi Bermain Sebagai Bentuk Trauma Healing Bagi Anak-Anak Korban Gempa Lombok. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(2).
- Handayani, N, Badi'ah, A., & Ermawan, B. (2017). Pengaruh Terapi Bermain Pop- Up Book Terhadap Kecemasan Preoperatif Menggunakan Anestesi Umum Pada Anak Usia Sekolah Di Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Caring : Jurnal Keperawatan*, 6(2), 94-105. <https://doi.org/10.29238/caring.v6i2.351>.
- Haryati, S. (2019). Terapi Bermain "Trauma Healing" Dengan Alat Permainan Edukatif (APE) Buatan Sendiri Pasca Gempa Pada Peserta Didik Kelompok TK A Paud Terpadu Putra Kaili Permata Bangsa. Sulawesi Tengah: Best Practice.
- Itagaki, S., Ohira, T., Nagai, M., Yasumura, S., Maeda, M., Suzuki, Y., Mashiko, H., Shiga, T., Miura, I., & Yabe, H. (2018). The relationship between sleep time and mental health problems according to the strengths and difficulties questionnaire in children after an earthquake disaster: The Fukushima health management survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph15040633>.
- Nawangsih, E. (2016). Play Therapy Untuk anak-anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164-178. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.475>.
- Oktaviana, M., & Wimbari, S. (2014). Validasi Klinik Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tingkah Laku. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 101.

### SIMPULAN

Hasil analisis pada variabel masalah mental emosional anak secara keseluruhan menunjukkan kondisi abnormal. Namun saat dilakukan analisis satu persatu pada subvariabel diperoleh kondisi yang berbeda. Secara keseluruhan masalah mental emosional anak tinggi pada ketidak pedulian (skor 3,2), gejala emosional (2,1), hiperaktif (1,76), masalah relasi dengan teman sebaya (1,4), dan masalah perilaku (1,3). Ada perbedaan yang signifikan kondisi mental emosional anak sebelum dan sesudah perlakuan dengan *pop-up book*.

Perlu dikembangkan psikoterapi dalam asuhan keperawatan keluarga dengan penyintas usia anak-anak, khususnya yang terdampak bencana alam yang sering terjadi saat ini, dengan melakukan kerja sama dengan intitusi pendidikan dan organisasi seperti ikatan perawat kesehatan jiwa (IPKJI) untuk penerapan keperawatan kesehatan jiwa komunitas, salah satunya dengan terapi bermain. Perlu dikembangkan terapi bermain lain yang sesuai dengan kearifan lokal, seperti bercerita dengan tradisi Lampung/mendongeng yang lebih dikenal dengan pisaan.

- <https://doi.org/10.22146/jpsi.6961>.
- Pramardika, D. D., Hinonaung, J. S. H., & Mahihody, A. J. (2020). *Pengaruh Terapi Bermain Terhadap*. 7(2), 85-91.
- Pramardika, D. D., Siska, J., Hinonaung, H., Mahihody, A. J., & Wuaten, G. A. (2020). *Terapi Bermain Sebagai Trauma Healing Pada Anak*. 3, 167-172.
- Pratiwi, S. A. (2017). Play therapy untuk post traumatic stress disorder pada anak korban bencana. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 31-38.
- Purnamasari, I. (2016). Perbedaan reaksi anak dan remaja pasca bencana. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 3(1), 49-55.
- Radityo S, A. N., Utami, D., & Hartanto, F. (2012). Masalah Mental Dan Emosional Pada Siswa SMP Kelas Akselerasi Dan Reguler (Studi Kasus Di SMP Negeri 2 Semarang). *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 20(1), 107008.
- Rahmadian, A. A., Rusmana, N., & Downs, L. L. (2016). Prevalensi PTSD dan Karakteristik Gejala Stres Pascatrauma Pada Anak dan Remaja Korban Bencana Alam. *Edusentris*, 3(1), 1-17.
- Safitri, R. P., Jumadi, J., madonika, F., & Adithia, E. (2021). *Mencegah Trauma Pasca Bencana Gempa Bumi pada Anak dengan Terapi Rekreasional di Lombok Utara*. *ADMA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1), 95-100. <https://doi.org/10.30812/adma.v2i1.1265>
- Salamor, A. M., Salamor, Y. B., & Ubwarin, E. (2020). Trauma Healing Dan Edukasi Perlindungan Anak Pasca Gempa Bagi Anak-Anak Di Desa Waai. *Communnity Development Journal*, 1(3), 320.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib bermain di Rumah Sakit: penerapan terapi bermain anak sakit; proses, pelaksanaan & manfaatnya*. Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES). <https://doi.org/978-6021081-44-0>.
- Sherchan, S., Samuel, R., Marahatta, K., Anwar, N., Van Ommeren, M. H., & Ofrin, R. (2017). Post-disaster mental health and psychosocial support: Experience from the 2015 Nepal earthquake. *WHO South-East Asia Journal of Public Health*, 6(1), 22-29. <https://doi.org/10.4103/2224-3151.206160>.
- Thoyibah, Z., Dwidiyanti, M., Mulianingsih, M., Nurmayani, W., & Wiguna, R. I. (2019). Gambaran Dampak Kecemasan dan Gejala Psikologis pada Anak Korban Bencana Gempa Bumi di Lombok. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(1), 31-38. <https://doi.org/10.14710/hnhs.2.1.2019.31-38>.

# Bermain buku Pop\_up sebagai terapi gangguan mental emosional pasca bencana tsunami

## ORIGINALITY REPORT

**31** %  
SIMILARITY INDEX

%  
INTERNET SOURCES

**23** %  
PUBLICATIONS

**22** %  
STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

- 1** Rias Pratiwi Safitri, Joko Jumadi, Fitri Romadonika, Eka Adithia Pratiwi. "Mencegah Trauma Pasca Bencana Gempa Bumi pada Anak dengan Terapi Rekreasional di Lombok Utara", ADMA : Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat, 2021  
Publication **4%**
- 2** Nia Handayani, Atik Badi'ah, Budhy Ermawan. "PENGARUH TERAPI BERMAIN POP- UP BOOK TERHADAP KECEMASAN PREOPERATIF MENGGUNAKAN ANESTESI UMUM PADA ANAK USIA SEKOLAH DI RS PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA", Caring : Jurnal Keperawatan, 2017  
Publication **3%**
- 3** Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan  
Student Paper **3%**
- 4** Submitted to Universitas Respati Indonesia  
Student Paper **2%**

5	Submitted to The University of Notre Dame	2%
Student Paper		
6	Submitted to Universitas Negeri Malang	1%
Student Paper		
7	Stefanicia Stefanicia, Lelly Oktarina, Nita Kusuma Lindarsih. "Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Perilaku Berisiko terkena Infeksi Menular Seksual pada Remaja di Puskesmas Menteng Palangka Raya", Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars, 2019	1%
Publication		
8	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta	1%
Student Paper		
9	Zurriyatun Thoyibah, Dewi Nur Sukma Purqoti, Elisa Oktaviana. "Spiritual counseling on anxiety level in (Lombok) Indonesian earthquake victims", Malahayati International Journal of Nursing and Health Science, 2019	1%
Publication		
10	Fatur Rahman Al Isfahani, Sutijono Sutijono, Dimas Ardika Miftah Farid. "Traditional play therapy "Bancakan" efektif dalam mengurangi kejenuhan pembelajaran daring siswa SMA saat pandemi Covid-19", TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2021	1%
Publication		

---

11 Submitted to UIN Sunan Ampel Surabaya 1 %  
Student Paper

---

12 Submitted to Udayana University 1 %  
Student Paper

---

13 Vivien Restianim, Nining Sar'Iyyah, Chatarina Novianti. "Penggunaan My Pop Up Book Ditinjau dari Hasil Belajar Matematika Siswa Sekolah Dasar", Science, and Physics Education Journal (SPEJ), 2020 1 %  
Publication

---

14 Submitted to Universitas Negeri Semarang 1 %  
Student Paper

---

15 Armenia Diah Sari, Indria Laksmi Gamayanti, Retno Koeswandari. "The Use of Preoperative Education Booklet Media to Decrease Anxiety Level of School-Aged Children", Journal of Nursing Practice, 2019 1 %  
Publication

---

16 Dwi Aryani, Nedra Wati Zaly. "Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah", Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 2021 1 %  
Publication

---

17 Submitted to Universitas Brawijaya 1 %  
Student Paper

---

18	Sambodo Sriadi Pinilih, Retna Tri Astuti, Desi Risaditia Rini. "HUBUNGAN ANTARA LIFESTYLE DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA", Journal of Holistic Nursing Science, 2018 Publication	1 %
19	Erwin Ubwarin, Jacob Hattu, Elias Zadrak Leasa, Patrick Corputty, Wilshen Leatemala. "PELATIHAN PENULISAN JURNAL ILMIAH DI SEKOLAH TINGGI ILMU-ILMU SOSIAL (STIS) TUAL", Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2021 Publication	1 %
20	Ifdil Ifdil, Nilma Zola, Rima Pratiwi Fadli. "Ifdil perceptual light technique (IPLT) an alternative brief approach for the reduction of trauma, phobia and psychological problems", Jurnal Konseling dan Pendidikan, 2019 Publication	1 %
21	Submitted to Universitas Mataram Student Paper	1 %
22	Submitted to Universitas Indonesia Student Paper	<1 %
23	Fitria Masulili, Allenidekania Allenidekania, Sutanto Priyo Hastono. "Audio Recorded Guided Imagery Method to Reduce Stress Hospitalisazation in School Age Children in	<1 %

Palu Hospital", Makara Journal of Health  
Research, 2013

Publication

---

24

Submitted to Sriwijaya University

Student Paper

<1 %

---

25

Annaas Budi Setyawan, Rusni Masnina.  
"Efektivitas Teh Bawang Dayak untuk  
Menurunkan Kadar Gula Darah Pasien  
Diabetes Mellitus Tipe 2", STRADA JURNAL  
ILMIAH KESEHATAN, 2018

Publication

---

26

Ricky Aurelius Nurtanto Diaz, Putu Devi  
Novayanti, I Made Suandana Astika Pande,  
Komang Wirayudha Wizu Diaz et al.  
"Pengembangan Branding dan Pelatihan  
Pemanfaatan Teknologi Informasi pada Usaha  
Jus Buah", ADMA : Jurnal Pengabdian dan  
Pemberdayaan Masyarakat, 2021

Publication

---

27

I Made Sundayana, Kadek Yudi Aryawan, Putu  
Cyndy Fransisca, Ni Made Dwi Yunica Astriani.  
"Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Pra  
Sekolah 4-5 Tahun dengan Kegiatan  
Montase", Jurnal Keperawatan Silampari, 2020

Publication

---

28

Goes, Ana Rita. "'De Pequenino...": Uma  
Abordagem Ao Desenvolvimento e

<1 %

## Comportamento Da crianca Pequena", Universidade de Lisboa (Portugal), 2021

Publication

---

29

Hastin Laili Mukharromah, Yuni Kusmiyati, Margono Margono. "Kehamilan Ibu di Usia Muda dengan Perkembangan Emosi Anak Usia 3-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon II Kabupaten Bantul", Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak, 2017

Publication

---

30

Marleni Leni. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer Pada Remaja Putri", Citra Delima : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung, 2021

Publication

---

31

Muslim Kasim, Upik Pebriani, Astri Pinilih, Amira Ainulwidad. "Hubungan Lingkungan dan Sosial Budaya dengan Pengetahuan Orang Tua Terhadap Deteksi Dini Pendengaran Bayi Baru Lahir di Rumah Sakit Mitra Husada Pringsewu Lampung", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2021

Publication

---

32

Suyani Suyani, Mochammad Anwar, Herlin Fitriana Kurniawati. "Pengaruh massage counterpressure terhadap intensitas nyeri

<1 %

<1 %

<1 %

<1 %

persalinan kala I fase aktif", Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 2018

Publication

---

33

Happy Marthalena Simanungkalit, Muliana Muliana. "Pemberian Bubur Tempe terhadap Lamanya Diare Akut pada Balita di Puskesmas Puruk Cahu", Jurnal Kesehatan Manarang, 2021

Publication

---

<1 %

34

Olga Paramita, Tias Ernawati. "PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA POP-UP TERHADAP MINAT DAN HASIL BELAJAR IPA SISWA KELAS IV SD SINGOSAREN", TRIHAYU: Jurnal Pendidikan Ke-SD-an, 2020

Publication

---

<1 %

35

Theresia Mindarsih, Rosina Kardina Kidi Hurek. "Corelation Between Worm Infection and Anemia in Pregnant Women at Sikumana Health Center, Kupang", Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan, 2021

Publication

---

<1 %

36

Nurhayati Nurhayati. "PENGGUNAAN MEDIA ANIMASI BERBASIS VISUAL BASIC (VBA) SPREADSHEET EXCEL UNTUK MENINGKATKAN PENGUASAAN KONSEP MAHASISWA PADA MATERI POTENSIAL OSILATOR HARMONIK SEDERHANA", Jurnal Edukasi Matematika dan Sains, 2015

Publication

<1 %

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off