



## Research article



# The effect of emotional ventilation on the psychosocial development of school age children during the Covid-19 Pandemic

Mariyam Mariyam<sup>1</sup>, Eni Hidayati<sup>1</sup>, Titiek Suerni<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

### Article Info

#### Article History:

Submitted: Oct 10<sup>th</sup>, 2021

Accepted: Nov 21<sup>st</sup>, 2021

Published: Nov 25<sup>th</sup>, 2021

#### Keywords:

Psychosocial development;  
Emotional ventilation; covid-19 pandemic

### Abstract

The World Health Organization has officially declared the coronavirus as a pandemic. The impact of the pandemic is also experienced by children. Children experience major changes in their lives, one of which is child psychosocial. Psychosocial support needs for the children. This study aims to determine the effect of emotional ventilation on the psychosocial development of school-age children during the Covid-19 pandemic. This research design is a quasi-experiment with a one-group pretest and posttest design approach. Respondents were 43 school-age children. Psychosocial development was assessed using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). Emotional ventilation is done once a week and twice a week. A week after the second intervention, a post-test was performed. The results showed that before the intervention prosocial behaviour, emotional problems and hyperactivity were mostly normal, behavioural problems and relationship problems with peers before the intervention showed mostly abnormal. After prosocial behaviour intervention, emotional problems, behavioural problems and hyperactivity were mostly normal and only peer relationship problems were still mostly abnormal. There are differences between emotional problems, behavioural problems, hyperactivity before and after emotional ventilation with a p-value  $\leq 0.05$ .

## PENDAHULUAN

Covid-19 telah ditetapkan sebagai pandemic dan bencana Nasional [1]. Penularan Covid-19 sangat cepat sehingga pemerintah menerapkan kebijakan. Kebijakan pemerintah diantaranya Pembatasan Sosial Berskala Besar [2]. PSBB terkait pembatasan aktifitas untuk menjaga keamanan dan mencegah orang berkumpul. Masyarakat diharuskan hidup dengan tatanan baru atau adaptasi kebiasaan baru, dalam rangka penanggulangan pandemi.

Pandemi Covid-19 menimbulkan dampak besar terhadap kehidupan semua kalangan termasuk anak. Anak mengalami perubahan dalam kehidupannya. Keadaan ini mengakibatkan ketidaknyamanan dan menuntun individu untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri. Hal ini juga dapat mempengaruhi perkembangan psikososial anak. Hal tersebut semakin memberat karena adanya pembatasan aktifitas fisik dan sosial di luar rumah [3]. Selain itu juga ada keputusan Menteri yang menyampaikan kegiatan pembelajaran

Corresponding author:

Mariyam Mariyam

[mariyam@unimus.ac.id](mailto:mariyam@unimus.ac.id)

Media Keperawatan Indonesia, Vol 4 No 4, November 2021

e-ISSN: 2615-1669

ISSN: 2722-2802

DOI: 10.26714/mki.4.4.2021.298-303

dilaksanakan secara online [4]. Kebijakan *study from home* merubah pola kebiasaan anak [5]. Anak tidak bisa berinteraksi dan bersosialisasi dengan guru dan teman-teman sebayanya.

Dampak Covid-19 menunjukkan adanya peningkatan tekanan psikososial anak [3]. Perkembangan psikososial anak usia sekolah berada pada tahap *industry vs inferiority*. Pada tahap ini anak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan, mampu menghasilkan suatu karya, interaksi sosial dan menghasilkan suatu prestasi. Karakteristik lain anak usia sekolah adalah aktif dalam kegiatan yang dilakukan bersama teman sebayanya [6].

Pandemi Covid-19 sangat mempengaruhi perkembangan psikososial anak usia sekolah. Kondisi ini harus mendapatkan perhatian agar tidak berdampak pada perkembangan psikologis dan perkembangan sosial anak. Dukungan yang bisa dilakukan adalah mengajak anak berbicara dengan nyaman serta memberikan kesempatan untuk mengungkapkan apa yang dirasakan [5]. Dukungan psikologis awal juga sangat diperlukan untuk mencegah dampak psikososial anak.

Dukungan psikologis awal merupakan salah satu dari beberapa kegiatan dukungan psikososial untuk anak [5][7]. Dukungan psikologis awal dapat dilakukan dengan mengenali dan memberikan perhatian, mendengarkan dan menghubungkan. Salah satu aktifitas yang dapat dilakukan adalah eksplorasi kebutuhan: apa yang saya rasakan?. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh ventilasi emosi terhadap perkembangan psikososial anak usia sekolah di masa pandemic Covid-19.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan *one group pre test post test design*. Responden penelitian ini adalah anak usia sekolah di

wilayah RW 06 Tandang Tembalang Semarang. Responden berjumlah 43 yang didapatkan secara total sampling.

Penelitian dilakukan pada Maret-November 2021 di RW 06 Kelurahan Tandang Tembalang Semarang. Responden diberikan intervensi ventilasi emosi 2 kali (1 minggu sekali). Alat yang dibutuhkan untuk pemberian ventilasi emosi adalah kartu-kartu 4 emosi dasar (Wajah anak yang gembira, sedih, kuatir dan marah), 2 kartu dengan gambar wajah kosong, dan pensil/spidol/krayon berwarna. Cara pelaksanaan ventilasi emosi: anak berada pada posisi yang nyaman, menanyakan apa yang dirasakan dalam beberapa hari terakhir (1 minggu atau 3 hari terakhir), peneliti menggambar ekspresi wajah berdasarkan apa yang dirasakan anak dan menanyakan apakah gambar wajah sudah sesuai dengan apa yang dirasakan, anak diminta untuk menirukan ekspresi wajah tersebut dan diminta menggambar ekspresi yang dirasakan. Setelah tahap tersebut selesai, peneliti menunjukkan satu persatu kartu ekspresi wajah, anak diminta memilih satu kartu yang sesuai dengan suasana hati anak dan menanyakan ke anak hal apa yang membuat anak merasakan seperti gambar yang dipilih. Selanjutnya peneliti menanyakan perasaan anak saat ini dan meminta untuk menggambar apa yang dirasakan di kartu wajah yang kosong. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada anak karena telah bersedia menyampaikan apa yang dirasakan anak.

Instrument yang digunakan untuk mengkaji perkembangan psikososial adalah Kuesioner *strengths and difficulties questionnaire* (SDQ) untuk anak usia 4-10 tahun diisi oleh orang tua dan untuk anak usia 11-12 tahun diisi sendiri oleh anak. Kuesioner memiliki 25 pertanyaan yang meliputi gejala emosional, masalah tingkah laku, hiperaktivitas, masalah hubungan dengan teman sebaya, dan perilaku prososial. Pertanyaan memiliki 3 skor yaitu sering (2), jarang (1), tidak pernah (0) untuk pengisian kuesioner dengan

memberikan tanda centang ( $\checkmark$ ). Ketika kuesioner sudah terisi, jawaban diberikan skor sesuai dengan masing-masing kelompok dengan nilai yang telah ditentukan. Interpretasi hasil yang diperoleh untuk anak usia 4-10 tahun antara lain: perilaku prososial (normal: 6-10, borderline: 5, abnormal: 0-4), masalah emosional (normal: 0-3, borderline: 4, abnormal: 5-10), masalah tingkah laku (normal: 0-2, borderline: 3, abnormal: 4-10), hiperaktivitas (normal: 0-5, borderline: 6, abnormal: 7-10), dan masalah hubungan dengan teman sebaya (normal: 0-2, borderline: 3, abnormal: 4-10). Interpretasi hasil untuk anak usia 11-12 tahun antara lain: perilaku prososial (normal: 6-10, borderline: 5, abnormal: 0-4), masalah emosional (normal: 0-5, borderline: 6, abnormal: 7-10), masalah tingkah laku (normal: 0-3, borderline: 4, abnormal: 5-10), hiperaktivitas (normal: 0-5, borderline: 6, abnormal: 7-10), dan masalah hubungan dengan teman sebaya (normal: 0-3, borderline: 4-5, abnormal: 6-10) [8].

Penelitian ini diawali dengan proses perijinan ke kelurahan Tandang Tembalang dan Ketua RW 06 Tandang. Proses penelitian selanjutnya dengan menyampaikan penjelasan penelitian ke keluarga responden dan untuk memperoleh persetujuan. Sejumlah 43 penanggung jawab responden memberikan informed consent atau persetujuan untuk terlibat dalam penelitian.

Data dianalisis secara univariat meliputi variable perilaku prososial, masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas dan masalah hubungan dengan teman sebaya. Uji bivariat dilakukan dengan menggunakan *Wilcoxon Match Paired Test* setelah uji kenormalan dengan menggunakan *Shapiro Wilk*.

Prinsip etika yang diterapkan dalam penelitian ini prinsip manfaat bebas dari penderitaan, bebas eksploitasi, menghargai hak asasi manusia, perlakuan yang diberikan sesuai dengan prosedur. Penelitian dilakukan setelah mendapat *etical clearance* dari Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang tanggal 21 Juli 2021 dengan nomor 0025/KEPK/VII/2021.

## HASIL

Penelitian ini meneliti pengaruh ventilasi emosi terhadap perkembangan psikososial anak usia sekolah di masa pandemic covid-19. Penilaian perkembangan psikososial dikaji dengan menggunakan kuesioner SDQ yang meliputi perilaku pro-sosial, masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, dan masalah hubungan dengan teman sebaya. Perkembangan psikososial dikaji sebelum dan setelah dilakukan intervensi ventilasi emosi. karakteristik responden berdasarkan usia anak rerata 9,2 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan sejumlah 26 anak (60,5%).

Tabel 1  
Perkembangan psikososial anak usia sekolah selama masa pandemic covid-19 sebelum dan sesudah diberikan ventilasi emosi

Psikososial	Sebelum intervensi			Setelah intervensi		
	Normal	Borderline	abnormal	Normal	Borderline	abnormal
Perilaku pro-sosial	31(72.1%)	7(16.3%)	5(11.6%)	38(88.4%)	4(9.3%)	1(2.3%)
Masalah emosional	28(65.1%)	7(16.3%)	8(18.6%)	33(76.7%)	7(16.3%)	3(7%)
Masalah perilaku	6(14%)	4(9.3%)	33(76.7%)	16(37.2%)	13(30.2%)	14(32.6%)
hiperaktivitas	22(51.2%)	9(20.9%)	12(27.9%)	34(79.1%)	4(9.3%)	5(11.6%)
masalah hubungan dengan teman sebaya	1(2.3%)	6(14%)	36(83.7%)	1(2.3%)	7(16.2%)	35(81.4%)

Tabel 2

Perbedaan perkembangan psikososial anak usia sekolah selama masa pandemic covid-19 sebelum dan sesudah diberikan ventilasi emosi

Indikator	Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi	p
Perilaku prososial	7.42(±2.17)	7.72(±1.25)	0.074
Masalah emosional	3.27 (±2.26)	2.51(±1.54)	0.000
Masalah perilaku	4.58 (±1.19)	3.13(±0.8)	0.000
hiperaktivitas	5.21(±1.61)	4.88(±1.17)	0.033
masalah hubungan dengan teman sebaya	5.37 (±1.57)	5.39(±1.31)	0.796

## PEMBAHASAN

Rerata usia responden penelitian ini 9.2 tahun, pada usia tersebut anak sudah bisa menyembunyikan dan mengungkapkan perasaan emosi dan mampu memahami emosi orang lain. Anak juga mampu mengontrol kondisi emosi yang dirasakan dan bisa adaptasi dengan emosinya.

Pada penelitian ini perilaku prososial anak sebelum diberikan intervensi dan sesudah intervensi tidak menunjukkan perbedaan. Sebagian besar anak menunjukkan perkembangan prososial normal. Anak sebagian besar peduli dengan perasaan orang lain dan bersedia berbagi barang dengan orang lain. Orang lain yang dimaksud adalah orang tua dan saudara yang ada di rumah. Hal tersebut sesuai dengan penelitian lain yang menyampaikan bahwa pada masa pandemi reaksi psikologis prososial anak menunjukkan sebagian besar normal [9]. Perilaku prososial merupakan perilaku alamiah yang dimiliki manusia, manusia tidak bisa hidup dengan tanpa bantuan orang lain. Pada perilaku prososial, anak mempunyai jiwa saling menolong atau membantu kepada orang lain dan dapat memikirkan perasaan orang lain [10].

Pada masalah emosional sebelum intervensi, penelitian ini menunjukkan sebagian besar normal namun ada yang urang setelah dilakukan ventilasi emosi. Begitu pula masalah hiperaktivitas, setelah dilakukan intervensi anak yang semula sering sulit memusatkan perhatian menjadi bisa memusatkan perhatian dan perhatiannya tidak mudah teralihkan.

menunjukkan borderline dan abnormal. Hal ini sesuai dengan penelitian lain yang menyampaikan bahwa anak usia sekolah lebih reflektif dan strategis emosionalnya [11]. Masalah emosional merupakan perasaan yang terjadi akibat adanya reaksi antara keadaan biologis dan psikologis. Anak yang mempunyai gangguan emosi akan mengalami sering menangis, mengganggu teman sebayanya, merasa tidak bahagia, merasa khawatir bahkan suka menyendiri. Pemberian intervensi ventilasi emosi mampu menurunkan masalah emosional anak. Pada penelitian ini anak yang semula kadang mengalami gejala sakit kepala atau sakit perut, setelah adanya ventilasi emosi gejala tersebut tidak muncul lagi. Selain itu kecemasan anak juga sudah jarang terjadi setelah adanya ventilasi emosi.

Masalah perilaku (*conduct problem*) merupakan suatu perilaku yang mengganggu pola perilaku anak seperti permusuhan, pertengkaran atau perilaku negative lainnya. Permalahan yang sering terjadi pada anak seperti mengejek, berkelahi, memukul dan tidak menuruti permintaan orang lain. Pada penelitian ini sebelum intervensi menunjukkan sebagian besar anak mengalami masalah perilaku. Anak sering marah, tidak mengikuti perintah orang lain dan bertengkar dengan saudara. Kondisi tersebut berk

Pada penelitian ini sebagian besar anak menunjukkan adanya masalah dengan teman sebaya. Selama masa pandemic Covid-19 anak mengalami perubahan besar. Kebijakan *study from home* merubah pola kebiasaan anak [5]. Anak tidak bisa

berinteraksi dan bersosialisasi dengan guru dan teman-teman sebayanya. Kelompok teman sebaya memberikan pemikiran yang positif dan pemikiran positif dapat memberikan kepercayaan diri dalam diri anak untuk membuat keputusan.

Akibat pandemi covid-19 anak mengalami gangguan terkait aktifitas fisik, pola tidur tidak teratur, diet yang kurang baik, gaya hidup yang menetap, akses gadget dan televisi yang lebih lama. Study from home merubah rutinitas kebiasaan sekolah, pendidikan berorientasi tugas, mengganggu hubungan guru dan siswa serta interaksi kelompok sebaya. Hal tersebut mempengaruhi perkembangan psikososial anak [12]. Pada psikologis anak, adanya Covid-19 menyebabkan tekanan psikologis, gangguan emosi, stres, suasana hati yang tidak stabil, mudah tersinggung, insomnia, kelelahan, kebingungan, ketakutan akan infeksi, dan kecemasan yang berlebihan [13].

Perkembangan psikososial anak usia sekolah (6-12 tahun) berada ditahap industry versus inferiority, anak mampu untuk menyelesaikan pekerjaan sekolah dan pekerjaan rumah yang diberikan, mempunyai rasa bersaing, senang berkelompok dan mempunyai peran penting dalam kegiatan kelompok. Faktor yang mempengaruhi perkembangan psikososial anak usia sekolah antara lain status kesehatan, lingkungan, kelompok teman sebaya, komunikasi ibu dan anak serta stimulasi[14].

Masalah anak yang terjadi akibat dari pandemic covid-19 dapat diminimalkan dengan memastikan keamanan fisik anak, serta emosional anak, menjaga hubungan yang sehat dengan orang lain dan mejarkan anak untuk memiliki strategi mengatur emosinya [15]. Ventilasi emosi membantu anak mengeluarkan tekanan psikologis yang disadari/ tidak disadari dalam diri sehingga tidak memunculkan masalah yang mengganggu anak. Anak memiliki alasan tertentu untuk merasakan emosi takut atau

marah. Penting bagi anak mengerti tentang emosi yang anak rasakan dan mengenali emosi membantu anak dalam bersosialisasi dengan orang lain dan orang lain juga bisa membantu anak ketika membutuhkan bantuan.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas sebelum dan setelah diberikan ventilasi emosi pada anak usia sekolah selama pandemic Covid-19.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada responden di RW 06 Tandang Tembalang dan dukungan biaya dari Universitas Muhammadiyah Semarang.

## REFERENSI

- [1] Indonesia PR. KEPPRES NO 12 TH 2020 Tentang Penetapan Bencana Nonalam Penyebaran Corona Virus Disease 2019 Sebagai Bencana Nasional. *Fundam Nurs* 2020;18=30.
- [2] Wiryawan IW. Kebijakan Pemerintah Dalam Penanganan Pandemi Virus Corona Disease 2019 ( Covid-19 ) Di Indonesia. *Pros Semin Nas Webinar Nas Univ Mahasaraswati Denpasar "Percepatan Penanganan COVID-19 Berbas Adat Di Indones* 2020;2019:179-88.
- [3] Kemenkes. Protokol Layanan DKJPS Anak dan Remaja Pda Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Pandemi COVID-19 2020:41.
- [4] Nasional U. C. d. 0.0075 300. 2020.
- [5] Tuwu D, Bahtiar B, Supiyah R, Upe A. Pemberian Dukungan Psikososial Pada Anak Yang Mengalami Gangguan Di Era Pandemi Covid-19. *J Publicuho* 2020;3:394. <https://doi.org/10.35817/jpu.v3i3.14489>.
- [6] Khasanah UA, PH L, Indrayati N. Hubungan Perkembangan Psikososial Dengan Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah. *J Ilmu Keperawatan Jiwa* 2019;2:157. <https://doi.org/10.32584/jikj.v2i3.426>.
- [7] Simfoni PPA. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. *KemenpppaGold* 2019;4; 48.
- [8] Rizkiah A, Risanty RD, Mujiastuti R. Sistem pendeteksi dini kesehatan mental emosional anak usia 4-17 tahun menggunakan metode forward chaining. *JUST IT J Sist Informasi,*

- Teknol Inform Dan Komput 2020;10:83-93.
- [9] Rosdiana Y, Hastutiningtyas WR. Reaksi Psikologis Anak Belajar Daring (Online) Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SDN Sumberejo 1 Purwosari Pasuruan. *Nurs News J Ilm Keperawatan* 2021;5:16-23. <https://doi.org/10.33366/nn.v5i1.2256>.
- [10] Istiqomah I. Parameter Psikometri Alat Ukur Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). *Psymphatic J Ilm Psikol* 2017;4:251-64. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1756>.
- [11] Fauzi M. Perkembangan Sosio Emosional Siswa Mandrasah IBTIDAIYAH : Pembelajaran Sekolah Berbasis Dalam Jaringan Di Era Pandemi. *Bidayatuna J Pendidik Guru Madrasah Ibtidaiyah* 2021;04:15-30.
- [12] Ghosh R, Dubey MJ, Chatterjee S, Dubey S. Impact of COVID-19 on children: Special focus on the psychosocial aspect. *Minerva Pediatr* 2020;72:226-35. <https://doi.org/10.23736/S0026-4946.20.05887-9>.
- [13] Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 2020;395:912-20. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).
- [14] Wilson MHCRD. *Wong's Essentials of Pediatric Nursing*. Tenth Edit. Elsevier Health Sciences; 2016.
- [15] Meutia A. Dampak pandemi Covid-19 pada Psikis dan Ingatan Anak. *Elem Sch* 2020;10:60-6.