

**IMPLEMENTASI TERAPI BERMAIN EDUKATIF UNTUK MENDUKUNG  
PEMULIHAN PSIKOSOSIAL ANAK KORBAN BENCANA LONGSOR*****Implementation of Educational Play Therapy to Support the Psychosocial Recovery  
of Children Affected by Landslides***

Eli Lusiani<sup>1</sup>  
Shella Febrita Puteri  
Utomo<sup>1</sup>  
Rahmat<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas 'Aisyiyah Bandung,  
Bandung

\*email: [lusiani.eli89@gmail.com](mailto:lusiani.eli89@gmail.com)

**Abstrak**

Bencana longsor tidak hanya menimbulkan kerusakan lingkungan, tetapi juga berdampak pada kondisi psikososial anak usia sekolah, yang terdampak seperti munculnya kecemasan, ketakutan, penurunan konsentrasi belajar, dan perubahan perilaku. Anak kelas VI sekolah dasar termasuk kelompok rentan karena berada pada fase perkembangan kognitif dan emosional yang sensitif terhadap pengalaman traumatis. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mendukung pemulihan psikososial anak korban longsor melalui implementasi terapi bermain edukatif. Metode yang digunakan berupa sesi terapi bermain berbasis edukasi dengan pendekatan interaktif, meliputi permainan kelompok, diskusi, serta tanya jawab yang mendorong ekspresi emosi dan penguatan coping positif. Sampel kegiatan adalah anak usia sekolah kelas VI yang terdampak langsung bencana longsor sejumlah 30. Hasil kegiatan menunjukkan anak lebih aktif berpartisipasi, mampu mengekspresikan perasaan, menunjukkan peningkatan interaksi sosial, serta memahami strategi sederhana dalam mengelola emosi dan rasa takut. Secara aplikatif, terapi bermain edukatif dapat menjadi media efektif dalam memberikan dukungan psikososial berbasis sekolah pada situasi pascabencana. Kesimpulan pendekatan ini membantu meningkatkan adaptasi psikososial anak dan menurunkan kecemasan.

**Kata Kunci:**

Terapi bermain edukatif  
Pemulihan psikososial  
Anak usia sekolah  
Korban longsor  
Dukungan pascabencana

**Keywords:**

Educational play therapy  
Psychosocial recovery  
School-aged children  
Landslide victims  
Post-disaster support

**Abstract**

Landslides not only cause physical destruction but also significantly affect the psychosocial condition of school-aged children, including anxiety, fear, decreased learning concentration, and behavioral changes. Sixth-grade elementary school students are considered a vulnerable group, as they are in a developmental stage that is cognitively and emotionally sensitive to traumatic experiences. This community service activity aimed to support the psychosocial recovery of children affected by landslides through the implementation of educational play therapy. The method consisted of education-based play therapy sessions using an interactive approach, including group games, discussions, and question-and-answer activities that encouraged emotional expression and strengthened positive coping strategies. The participants were sixth-grade school-aged children directly affected by the landslide disaster. The results showed that children became more actively engaged, were able to express their feelings, demonstrated improved social interaction, and gained simple strategies to manage emotions and fear. Practically, educational play therapy can serve as an effective school-based psychosocial support intervention in post-disaster situations. In conclusion, this approach enhances children's psychosocial adaptation and is recommended to be integrated into post-disaster community recovery programs.



© year The Authors. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Link: <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas>

Submit: 24-02-2026

Accepted: 03-03-2026

Published: 05-03-2026

**PENDAHULUAN**

Bencana longsor merupakan salah satu bencana alam yang sering terjadi di wilayah tropis seperti Indonesia, terutama pada musim hujan dengan curah hujan tinggi, kondisi geografi yang berbukit, dan ketidakseimbangan tata guna lahan. Bencana ini tidak hanya menyebabkan kerusakan fisik terhadap lingkungan dan infrastruktur,

tetapi juga berdampak signifikan terhadap kehidupan sosial dan perkembangan anak usia sekolah. Anak kelas VI sekolah dasar berada dalam fase perkembangan kognitif, emosional, dan sosial yang sensitif, sehingga paparan terhadap kejadian traumatis seperti longsor dapat memperburuk kemampuan mereka untuk belajar,

berinteraksi sosial, dan mengelola emosi (*United Nations Children's Fund* 2023).

Dampak yang terjadi pada anak korban longsor seringkali tersembunyi dan memerlukan pendekatan khusus dalam pemulihan psikososial. Secara global, bencana alam berdampak luas terhadap populasi anak. Data UNICEF menunjukkan bahwa selama periode lima tahun terakhir, diperkirakan 43,1 juta anak di seluruh dunia terpaksa mengungsi akibat berbagai jenis bencana alam seperti banjir dan badai yang dipicu perubahan iklim, yang merupakan bagian dari fenomena bencana alam luas yang juga melibatkan longsor. Di Indonesia sendiri, bencana alam juga berdampak pada hampir 1 juta anak yang terpaksa mengungsi akibat cuaca ekstrem dan bencana terkait perubahan iklim, termasuk banjir dan longsor dalam periode lima tahun terakhir. Di tingkat provinsi, wilayah seperti Jawa Barat termasuk yang memiliki risiko bencana menengah hingga tinggi, dengan puluhan hingga ratusan kejadian longsor serta ribuan warga terdampak dan rumah serta fasilitas pendidikan rusak akibat bencana dalam beberapa tahun terakhir (Badan Nasional Penanggulangan Bencana 2025)

Dampak bencana alam terhadap anak bersifat multidimensional dan meliputi aspek biologis, psikologis, dan sosial. Secara biologis, anak-anak rentan terhadap cedera fisik, penyakit, dan gangguan nutrisi pascabencana karena terganggunya akses pelayanan kesehatan dan kebutuhan dasar. Secara psikologis, paparan traumatik terhadap longsor dan bencana lain dapat menyebabkan gangguan stres pascatrauma (PTSD), kecemasan, ketakutan, serta penurunan konsentrasi belajar yang berkelanjutan. Secara sosial, anak dapat mengalami isolasi dari teman sebaya, gangguan hubungan keluarga akibat pengungsian, serta hambatan dalam partisipasi pendidikan formal. Dampak ini secara keseluruhan dapat menghambat perkembangan utuh anak sehingga memerlukan pendekatan pemulihan yang terintegrasi (Brymer 2012).

Penatalaksanaan atau intervensi untuk anak korban bencana memiliki peran penting dalam mengatasi dampak psikososial ini. Dalam konteks keperawatan dan layanan kesehatan mental, pendekatan psikososial yang berbasis sekolah dan komunitas seperti terapi bermain edukatif telah dipelajari dalam berbagai penelitian terbaru. Terapi bermain terbukti efektif untuk membantu anak mengekspresikan emosi, mengurangi gejala PTSD, serta memperbaiki keterampilan sosial dan coping emosional akibat trauma bencana. Intervensi ini memberikan kesempatan bagi anak untuk memproses pengalaman traumatis melalui kegiatan yang familiar dan menyenangkan, sehingga memfasilitasi proses pemulihan psikososial secara lebih natural dibandingkan intervensi tradisional semata (*World Health Organization* 2022).

Peran perawat anak dalam konteks pascabencana sangat penting karena mereka tidak hanya memberikan bantuan fisik dan klinis, tetapi juga berperan sebagai fasilitator intervensi psikososial, termasuk terapi bermain, konseling kelompok, dan dukungan keluarga. Perawat anak dapat membantu mengidentifikasi anak yang paling rentan, mengimplementasikan pendekatan berbasis bukti untuk trauma healing, serta bekerja sama dengan sekolah dan keluarga untuk menciptakan lingkungan pemulihan yang aman dan suportif. Peran ini menjadi bagian dari keperawatan komunitas dan keperawatan pediatrik sebagai bentuk respons holistik terhadap kebutuhan anak pascabencana (Loades 2020).

Berdasarkan paparan fenomena bencana, prevalensi anak yang terdampak, serta bukti efektivitas terapi bermain dalam pemulihan psikososial, pengabdian masyarakat tentang Implementasi Terapi Bermain Edukatif untuk Mendukung Pemulihan Psikososial Anak Korban Bencana Longsor sangat layak dilakukan. Kegiatan ini tidak hanya memberikan kontribusi langsung dalam membantu proses pemulihan anak, tetapi juga memperkuat literatur akademik dan praktik keperawatan dalam menangani kebutuhan anak yang terdampak bencana alam.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan intervensi psikososial berbasis terapi bermain edukatif dengan desain kegiatan partisipatif kelompok. Sasaran kegiatan adalah anak kelas VI sekolah dasar berjumlah 30 siswa (laki laki dan perempuan ) yang terdampak langsung bencana longsor. Kegiatan dilaksanakan dalam dua sesi terapi bermain, masing-masing berdurasi 60 menit, yang dilakukan secara berkelompok di ruang kelas.

Tahap pertama diawali dengan koordinasi dengan pihak sekolah dan guru untuk identifikasi peserta serta penentuan waktu pelaksanaan. Sebelum intervensi, dilakukan pendekatan awal (*building rapport*) selama  $\pm 10$  menit untuk menciptakan rasa aman dan kepercayaan anak dengan melakukan pendekatan /pengenalan peneliti sendiri. Sesi pertama difokuskan pada eksplorasi emosi melalui permainan kelompok interaktif, ice breaking, dan diskusi ringan mengenai pengalaman pascabencana. Anak diberikan kesempatan mengekspresikan perasaan melalui permainan simbolik dan tanya jawab bersama peneliti dan tim . Untuk penilaian ini peneliti menggunakan kuesioner penilaian kecemasan pada anak.

Sesi kedua berfokus pada penguatan coping positif dan resiliensi. Kegiatan meliputi permainan edukatif berbasis pemecahan masalah, simulasi sederhana menghadapi rasa takut yaitu dengan memutar video mengenai penanganan bencana secara interaktif, serta refleksi kelompok. Kemudian masing masing kelompok di berikan intervensi edukatif berupa kuis dan tebak gambar mengenai hal hal yang perlu di lakukan saat terjadi bencana (khususnya longsor dan gempa). Permainan di lakukan secara interaktif. Semua Kelompok aktif berpartisipasi dalam kegiatan. setelahnya di lakukan penilaian kecemasan kembali setelah penerapan intervensi terapi bermain edukatif.

Pada akhir sesi, dilakukan evaluasi singkat melalui umpan balik lisan untuk mengetahui respons anak terhadap

kegiatan. Seluruh tahapan dilaksanakan dengan prinsip suportif, non-menghakimi, dan berorientasi pada kebutuhan perkembangan anak usia sekolah serta siswa seluruhnya di berikan *reward*.



**Gambar 1. Penyampaian Materi**



**Gambar 2. Kegiatan Simulasi**

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini diperoleh dari 30 siswa kelas VI sekolah dasar yang terdampak langsung bencana longsor dan mengikuti dua sesi terapi bermain edukatif. Penilaian tingkat kecemasan dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan instrumen baku *Spence Children's Anxiety Scale (SCAS)* yang telah banyak digunakan untuk mengukur gejala kecemasan pada populasi usia sekolah. Instrumen ini terdiri dari sejumlah item dengan skala Likert yang menilai berbagai dimensi kecemasan seperti kecemasan umum, kecemasan sosial, dan ketakutan spesifik. Skoring dilakukan sesuai pedoman standar, kemudian dianalisis menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*.

Hasil pengukuran awal (*pre-test*) menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori kecemasan sedang hingga tinggi. Secara deskriptif, anak menunjukkan gejala seperti rasa takut berlebihan sebagai mengingat peristiwa longsor, kekhawatiran terhadap kemungkinan terjadinya bencana sebagai, kesulitan tidur, serta peningkatan kewaspadaan terhadap suara keras. Rata-rata skor kecemasan awal berada pada kategori sedang, dengan beberapa siswa berada pada rentang skor tinggi berdasarkan nilai *cut-off* sebagian SCAS.

Setelah pelaksanaan dua sesi terapi bermain edukatif, dilakukan pengukuran ulang (*post-test*) menggunakan sebagian yang sama. Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan pada sbagian besar peserta. Secara deskriptif, anak tampak lebih rileks, lebih mampu mengungkapkan perasaan secara verbal, dan menunjukkan peningkatan interaksi sosial selama kegiatan berlangsung. Pada pengukuran pascaintervensi, proporsi siswa dengan kategori kecemasan sedang menurun, dan sebagian besar berpindah ke kategori kecemasan ringan. Tidak ditemukan lagi siswa dengan kategori kecemasan tinggi.

Analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test* melalui SPSS menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi ( $p < 0,05$ ). Nilai rata-rata skor kecemasan setelah terapi bermain edukatif lebih rendah dibandingkan sebelum intervensi, yang menunjukkan bahwa terapi bermain edukatif efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak korban longsor. Besaran efek intervensi berada pada kategori sedang, yang mengindikasikan dampak praktis yang cukup signifikan dalam konteks kegiatan berbasis komunitas dengan durasi intervensi yang relatif singkat.

Selain data kuantitatif, evaluasi lisan pada akhir sesi menunjukkan bahwa anak merasa lebih senang, lebih tenang, dan lebih memahami apa yang harus dilakukan ketika terjadi bencana. Kegiatan kuis dan tebak gambar

mengenai kesiapsiagaan bencana juga meningkatkan rasa percaya diri anak dalam menghadapi situasi darurat. Seluruh siswa aktif berpartisipasi dan menunjukkan antusiasme tinggi, terutama pada sesi kedua yang berfokus pada penguatan coping dan resiliensi.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa implementasi terapi bermain edukatif secara kelompok efektif menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia sekolah yang terdampak bencana longsor, baik secara klinis maupun statistik berdasarkan analisis SPSS.

**Tabel 1. Hasil Analisis Skor Kecemasan Sebelum dan Sesudah Intervensi**

| Variabel            | n  | Mean  | SD   | Min–Max | p-value (Paired t-test) |
|---------------------|----|-------|------|---------|-------------------------|
| Pre-test (Sebelum)  | 30 | 45.20 | 8.15 | 32–62   |                         |
| Post-test (Sesudah) | 30 | 36.10 | 7.40 | 25–52   | 0.000*                  |

\*Keterangan:  $p < 0,05$  menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik.

**Tabel 2. Distribusi Kategori Tingkat Kecemasan**

| Kategori Kecemasan | Pre-test n (%)   | Post-test n (%)  |
|--------------------|------------------|------------------|
| Ringan             | 6 (20%)          | 18 (60%)         |
| Sedang             | 17 (57%)         | 12 (40%)         |
| Tinggi             | 7 (23%)          | 0 (0%)           |
| <b>Total</b>       | <b>30 (100%)</b> | <b>30 (100%)</b> |

Terjadi penurunan rerata skor kecemasan dari 45,20 menjadi 36,10 setelah intervensi terapi bermain edukatif. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, tidak ditemukan lagi kategori kecemasan tinggi pada pengukuran *post-test*.

Hasil pengabdian menunjukkan adanya penurunan signifikan tingkat kecemasan anak setelah diberikan terapi bermain edukatif, dibuktikan melalui analisis *paired sample t-test* menggunakan SPSS ( $p < 0,05$ ). Rerata skor kecemasan berdasarkan Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) menurun dari kategori sedang - tinggi menjadi dominan ringan pada pengukuran pascaintervensi. Secara observasional, anak tampak lebih mampu mengekspresikan emosi, lebih aktif berpartisipasi dalam diskusi kelompok, serta

menunjukkan peningkatan rasa percaya diri dalam menghadapi situasi terkait bencana. Fakta ini sejalan dengan penelitian bahwa anak yang terdampak bencana berisiko mengalami kecemasan, ketakutan berulang, dan gangguan konsentrasi belajar (Brymer 2012). Studi meta-analisis juga menunjukkan bahwa intervensi psikososial berbasis sekolah efektif menurunkan gejala trauma dan kecemasan pada anak pascabencana (Cohen 2017).

Secara teoritis, terapi bermain berakar pada teori perkembangan kognitif Piaget dan pendekatan psikodinamik yang menekankan bahwa bermain merupakan media alami anak untuk mengekspresikan konflik internal dan pengalaman traumatis. Lazarus (1984) menjelaskan bahwa melalui permainan simbolik dan interaksi suportif, anak dapat memproses pengalaman emosional secara aman dan terstruktur. Selain itu, dalam kerangka teori coping Lazarus dan Folkman, peningkatan kemampuan anak dalam mengenali emosi dan mempelajari strategi menghadapi ketakutan menunjukkan adanya penguatan *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Intervensi berbasis permainan yang dilakukan secara kelompok juga mendukung teori dukungan sosial (*social support theory*), di mana interaksi positif dengan teman sebaya berperan dalam menurunkan stres psikologis (Landreth 2012). Dengan demikian, penurunan kecemasan yang ditemukan dalam kegiatan ini memiliki dasar teoritis yang kuat.

Dari sisi praktik keperawatan anak, hasil ini memperkuat bahwa intervensi sederhana, kontekstual, dan sesuai tahap perkembangan anak dapat memberikan dampak bermakna meskipun dilakukan dalam waktu relatif singkat. Opini penulis berdasarkan hasil lapangan menunjukkan bahwa pendekatan interaktif, penggunaan media visual (video kesiapsiagaan), serta pemberian kuis dan reward berkontribusi terhadap keterlibatan aktif anak, yang kemungkinan memperkuat efek terapeutik. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana katarsis emosional, tetapi juga meningkatkan literasi

kebencanaan sehingga anak merasa lebih memiliki kontrol terhadap situasi yang sebelumnya menimbulkan rasa takut. Hal ini penting karena persepsi kontrol merupakan salah satu faktor protektif dalam menurunkan kecemasan pascatrauma pada anak (Kar 2009; Kousky 2016).

Dengan demikian, secara faktual hasil menunjukkan penurunan kecemasan yang signifikan; secara teoritis intervensi ini didukung oleh teori perkembangan, coping, dan dukungan sosial; serta secara praktis terapi bermain edukatif layak dijadikan bagian dari intervensi psikososial berbasis sekolah pada anak terdampak bencana.

## RENCANA TINDAK LANJUT

Rencana tindak lanjut dari kegiatan pengabdian ini adalah melakukan pendampingan berkelanjutan melalui program terapi bermain edukatif terstruktur yang dilaksanakan secara periodik, misalnya satu kali setiap bulan selama tiga bulan ke depan, untuk memantau stabilitas kondisi psikososial anak. Selain itu, akan dilakukan pelatihan singkat bagi guru dan wali kelas mengenai deteksi dini kecemasan dan teknik sederhana terapi bermain yang dapat diintegrasikan dalam kegiatan pembelajaran di kelas. Evaluasi berkala menggunakan instrumen kecemasan yang sama juga direncanakan untuk melihat keberlanjutan efek intervensi. Di samping itu, kolaborasi dengan orang tua melalui edukasi singkat mengenai dukungan emosional di rumah akan diperkuat agar intervensi tidak berhenti di sekolah saja. Dengan pendekatan berkesinambungan dan kolaboratif ini, diharapkan dukungan psikososial terhadap anak terdampak bencana dapat berlangsung secara lebih optimal dan berkelanjutan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, implementasi terapi bermain edukatif yang dilakukan dalam dua sesi masing-masing 60 menit terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan

pada anak kelas VI sekolah dasar yang terdampak bencana longsor. Penilaian menggunakan instrumen baku *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS) menunjukkan adanya penurunan rerata skor kecemasan secara signifikan berdasarkan analisis SPSS ( $p < 0,05$ ), disertai perubahan distribusi kategori kecemasan dari sedang–tinggi menjadi dominan ringan setelah intervensi. Secara perilaku, anak tampak lebih mampu mengekspresikan emosi, lebih aktif berinteraksi, serta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai strategi coping dan kesiapsiagaan bencana. Dengan demikian, terapi bermain edukatif dapat menjadi intervensi psikososial berbasis sekolah yang aplikatif dan efektif dalam mendukung pemulihan psikososial anak pascabencana.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Ikatan Perawat Anak Indonesia (IPANI) karna sudah memberikan kesempatan serta menjembatani untuk dapat melakukan pengabdian kepada masyarakat khususnya anak anak yang terdampak Benana.

## REFERENSI

- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. 2025. *Buletin Info Bencana Maret 2025*.
- Brymer, M., Jacobs, A., Layne, C., Pynoos, R., Ruzek, J., Steinberg, A., Watson, P. 2012. *Psychological First Aid: Field Operations Guide (2nd Ed.)*. Stress Network.
- Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. 2017. *Treating Trauma and Traumatic Grief in Children and Adolescents (2nd Ed.)*. Guilford Press.
- Kar, N. 2009. "Psychological Impact of Disasters on Children: Review of Assessment and Interventions." *World Journal of Pediatrics* 5(1):5–11.
- Kousky, C. 2016. "Impacts of Natural Disasters on Children." *The Future of Children* 26(1):73–92.
- Landreth, G. L. 2012. *Play Therapy: The Art of the Relationship (3rd Ed.)*. Routledge.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Crawley, E. 2020. "Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents." *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* 59(11):1218–39.
- United Nations Children's Fund. 2023. *The Climate Crisis Is a Child Rights Crisis: Introducing the Children's Climate Risk Index*.
- World Health Organization. 2022. *Mental Health and Psychosocial Support in Emergencies*.