

PERKEMBANGAN SOSIAL DAN EMOSI KANAK-KANAK: KESAN PENJARAKAN SOSIAL DALAM TEMPOH PERINTAH KAWALAN PERGERAKAN DAN PENDEKATAN DALAM MEMBANTU

Nor Hamizah bt Ab Razakⁱ & Abdul Rashid Aziz@ Dorashidⁱⁱ

ⁱ Pensyarah Kanan, Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan. norhamizah@usim.edu.my

ⁱⁱ Pensyarah Kanan, Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan. rashid@usim.edu.my

Abstrak

Penularan wabak Covid-19 yang pantas telah memberi kesan mendalam kepada seluruh dunia. Pengisytiharan sebagai 'pandemik' oleh WHO mendesak kerajaan untuk melaksanakan tindakan bagi membendung penularan. Perintah Kawalan Pergerakan yang memfokuskan kepada penjarakan sosial membawa kepada penutupan sekolah, limitasi aktiviti luar, berkurung di dalam rumah telah menggugat perkembangan sosial dan emosi dan boleh meninggalkan kesan jangka masa panjang dalam kalangan kanak-kanak. Kanak-kanak juga turut terdedah kepada keganasan rumah tangga. Kaunselor berperanan membantu kanak-kanak dan perkhidmatan haruslah selari dengan keperluan kanak-kanak.

Kata Kunci: Kanak-kanak, sosial dan emosi, perintah kawalan pergerakan, kesan, pendekatan terapi bermain.

PENDAHULUAN

Covid-19 adalah berasal daripada koronavirus sindrom pernafasan akut teruk 2 (SARS-CoV-2) yang boleh menyebabkan pelbagai penyakit dari selesema hingga penyakit yang lebih serius (Yan-Rong 2020). Pada ketika ini, seluruh dunia mengalami kejutan yang belum pernah dihadapi sebelum ini. Di Malaysia, virus ini telah tersebar pada akhir Januari 2020 ketika pelancong dari China yang tiba di Johor melalui Singapura diuji positif virus tersebut. Melihat kepada penyebaran pantas virus ini ke hampir kesemua negeri, maka pada 16 Mac, Perdana Menteri Malaysia telah mengumumkan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) dari 18 Mac hingga 31 Disember 2020 bagi mengekang peningkatan kes positif. Akibatnya, bermula Mac 2020, kanak-kanak dan remaja Malaysia menghadapi penangguhan persekolahan serta segala aktiviti pergerakan luar rumah adalah dihentikan. Wabak berbahaya ini telah mengganggu sistem kehidupan normal kanak-kanak bukan sahaja di Malaysia malah di seluruh pelosok dunia. Walaupun sistem persekolahan telah dibuka semula bermula Julai namun

pematuhan terhadap SOP yang menekankan kepada penjarakan sosial satu meter yang ditetapkan di sepanjang PKP harus dipatuhi.

Kanak-kanak didefinisikan sebagai seseorang di bawah umur 18 tahun seperti yang termaktub dalam akta Kanak-kanak 2001. Zaman kanak-kanak merupakan zaman bermain yang dipenuhi dengan keseronokan dan kegembiraan. Aspek sosial dan emosi adalah komponen paling penting dalam peringkat perkembangan golongan ini dan akan menentukan kesihatan mental mereka terutamanya apabila dewasa kelak (Arba'ie Sujud 2011). Perkembangan sosial dan emosi merujuk kepada keupayaan kanak-kanak untuk memahami diri dan orang lain serta berkeupayaan untuk berkongsi emosi dengan orang lain. Perkembangan ini juga membabitkan kemahiran berkomunikasi dan berfikir dalam kehidupan seharian.

Selain itu, pembangunan aspek sosial dan emosi kanak-kanak adalah dipengaruhi oleh 3 faktor utama iaitu faktor biologi, perhubungan dengan manusia dan perhubungan dengan persekitaran. Pembangunan sosial dan emosi yang utuh menyumbang kepada pengurusan emosi yang baik di masa hadapan di samping dapat memupuk kemahiran-kemahiran yang perlukan dalam kehidupan seperti kemahiran sosial, kemahiran komunikasi, menyelesaikan masalah dan sebagainya. Perkembangan sosial and emosi juga boleh di suntik melalui sokongan persekitaran yang sihat.

Sebaliknya, gangguan terhadap perkembangan sosial dan emosi menjerumuskan kepada isu permasalahan dalam kalangan kanak-kanak seperti ketagihan dadah (Urbina 2020), bergaduh, merompak (Van Kleef 2017), ketagihan dadah, merokok, seks bebas, bunuh diri (Neacsiu et al.2017) dan kes-kes lain yang sangat membimbangkan ramai pihak.

Umum mengetahui, pandemik Covid 19 yang melanda dunia telah memberi kesan yang mendalam terhadap masyarakat seluruh dunia terutamanya dari aspek kesihatan, kewangan serta mental. Walaupun kadar penularan yang melibatkan kanak-kanak adalah kecil tidak bermaksud kanak-kanak bebas dari tekanan malahan lebih terkesan terutamanya terhadap perkembangan sosial & emosi. Pernyataan 'pandemik' oleh WHO telah mengarahkan kerajaan untuk melaksanakan PKP yang memfokuskan kepada penjarakan sosial telah menghalang kanak-kanak untuk berinteraksi, bersosial, keluar rumah serta bermain bersama rakan bagi mencegah penularan wabak ini. Perkara ini memberi kesan seperti tekanan, kebimbangan, keresahan, kebosanan, kemurungan terhadap kanak-kanak (Hidayu&Hemaloshinee 2020). Kajian turut mendapati kanak-kanak mempamerkan simptom tidak boleh berenggang dan ketakutan jangkitan wabak kepada ahli keluarga, hilang fokus, mengamuk, tidak yakin, ketakutan (Viner et al.2020)

selain daripada menunjukkan tingkah laku seperti gangguan tidur, mimpi, gangguan selera makan, kegelisahan serta kerisauan terhadap perpisahan (Jiou 2020).

Oleh yang demikian, masyarakat dituntut untuk menyedari bahawa kanak-kanak memerlukan bantuan kerana intervensi awal boleh mampu meningkatkan kesejahteraan mereka melalui penjagaan serta rawatan yang betul. Tanpa bantuan di peringkat awal permasalahan, kanak-kanak berkecenderungan untuk membesar ke peringkat seterusnya sebagai remaja atau dewasa yang mengalami konflik isu yang tidak selesai. Perkara ini membawa kepada masalah tingkah laku serta meletakkan zaman dewasa mereka dalam keadaan trauma hasil daripada peristiwa lampau. Seterusnya, ia turut menyumbang kepada penurunan tahap kesihatan mental dan peningkatan masalah sosial dan kadar jenayah dalam kalangan masyarakat di negara kita.

Kesan PKP Terhadap Perkembangan Sosial dan Emosi Kanak-Kanak

Dalam usaha menghentikan penularan wabak Covid-19 serta mengurangkan bebanan institusi kesihatan, hampir keseluruhan negara telah mengambil langkah penjarakan sosial (Sood 2020). Semua masyarakat seluruh dunia diarahkan untuk kekal berada di rumah serta sistem sekolah ditutup dan kelas dialihkan ke model pembelajaran jarak jauh dari rumah (Golberstein et al. 2020). Rentetan itu, kanak-kanak terpaksa melalui perubahan drastik ini dan terpaksa tinggal di rumah untuk jangka masa yang lama. Perkara ini melanggar norma kanak-kanak yang suka bermain, berseronok, ke sekolah dan meneroka pelbagai perkara bersama kawan-kawan yang mengakibatkan tekanan, kebimbangan dan kemurungan (Singh et al. 2020).

Peranan sekolah bukan sahaja tempat untuk belajar, tetapi merupakan tempat untuk kanak-kanak meneroka dunia luar. Sekolah menawarkan kebebasan, ruang untuk berinteraksi dengan rakan, hiburan psikologi selain memberikan pedagogi dan keilmuan. Di samping itu, sekolah turut memainkan peranan yang tepat dalam mendidik mengenai kebersihan diri, aktiviti fizikal, makanan sihat serta tingkah laku sendiri. Penangguhan atau penutupan sekolah memberi impak antaranya adalah seperti gaya hidup yang tidak terurus, gangguan corak tidur, ketidakaktifan fizikal, pendedahan melampau terhadap telefon pintar dan juga television (Arba'ie Sujud 2011). Perkara ini disokong oleh kajian yang melaporkan kebanyakan ibu bapa memerhatikan perbezaan keadaan emosi dan aktiviti anak-anak mereka semasa PKP. Ibu bapa mengesan anak-anak mereka menunjukkan simptom keletihan, kegelisahan, kemurungan, kesunyian dan rasa bimbang ketika tempoh PKP (Orgilés et al. 2020). Tidak kurang juga, kesan daripada PKP mencetus kepada keganasan rumah tangga. Kajian luar negara mendapati penderaan kanak-kanak, pengabaian, eksploitasi dan keganasan rumah tangga meningkat secara mendadak pada masa wabak dan perintah kawalan Covid-19 (Ghosh

et al. 2020). Perkara ini dipengaruhi oleh kerisauan ibu bapa terhadap kesihatan serta kewangan selain daripada tekanan berada di rumah. Segala bentuk penderaan atau penganiayaan terhadap kanak-kanak boleh meninggalkan kesakitan kekal yang tertonjol melalui gangguan jiwa serta gangguan pemikiran yang akhirnya membawa kepada tingkah laku bermasalah seperti penyalahgunaan dadah, bunuh diri dan lain-lain.

Bantuan Perkhidmatan Terhadap Kanak-Kanak

Perbincangan di atas menjelaskan bahawa kaunseling menjadi satu keperluan kepada kanak-kanak yang berhadapan dengan tekanan terutamanya ketika musim pandemik Covid-19. Selaras dengan itu, perkhidmatan kaunseling yang diberikan kepada kanak-kanak haruslah bersesuaian dengan tahap perkembangan mereka. Ini kerana, kanak-kanak adalah golongan yang memiliki autonomi yang kurang jika dibandingkan dengan orang dewasa (Mariani & Asnarulkhadi, 2016). Perkembangan mereka yang terbatas juga menyebabkan proses meluahkan pemikiran dan juga perasaan melalui kata-kata turut terbatas (Salcuni et al., 2017). Lantaran itu, ia mencetuskan ketidakupayaan golongan dewasa untuk memahami serta memberi respons secara berkesan ke atas perasaan kanak-kanak.

Justeru, pendekatan yang selari dengan perkembangan kanak-kanak haruslah dikenal pasti. Salah satu pendekatan yang paling dekat dengan kanak-kanak adalah bermain. Selain daripada fitrah semula jadi kanak-kanak yang sukakan bermain, bermain juga merupakan bahasa semula jadi mereka (Landreth, 2002). Tambahan lagi, ahli teori psikologi terkemuka iaitu Freud dan Erikson berpendapat, bermain dapat membantu kanak-kanak mengatasi kebimbangan serta konflik dalam kehidupan seharian dan secara tidak langsung dapat meningkatkan penghargaan sendiri (Santrock, 2004). Di samping itu, bermain turut membenarkan serta menggalakkan kanak-kanak untuk menggunakan kreativiti dan berimajinasi yang seterusnya menyumbang kepada peningkatan kemahiran, ketangkasan dan kekuatan emosi, fizikal dan tingkah laku mereka (Sarpoulaki & Kolahi, 2016). Justeru, terapi bermain adalah dilihat sebagai pendekatan yang sesuai dalam menangani isu-isu berkaitan sosial dan emosi kanak-kanak.

Pendekatan Terapi Bermain

Terapi Bermain telah dikenal pasti berkesan dan sesuai untuk membantu kanak-kanak peringkat awal yang mengalami masalah kesihatan mental. Terapi ini telah digunakan secara meluas di Barat sejak tahun 1990an, dengan mengaplikasikan kaedah psikoterapi perkembangan bagi memenuhi keperluan sosial-emosi kanak-kanak. Selain itu, terapi bermain juga merupakan satu bentuk kaedah terapeutik yang bertujuan untuk membantu klien kanak-kanak memahami dan menangani masalah psikososial yang

mereka alami. Menurut Axline (1969), kanak-kanak tidak boleh meluahkan masalah dan ketidakpuasan mereka secara verbal, tetapi sebaliknya menzahirkannya ketika bermain. Begitu juga pandangan Landreth (2002) menyatakan bahawa semasa bermain kanak-kanak boleh melakonkan perasaan mereka, malah lebih hebat daripada keadaan sebenar. Ini kerana semasa bermain, kanak-kanak rasa lebih yakin dan mampu mengawal kehidupan mereka. Melalui bermain juga kanak-kanak secara beransur-ansur akan melepaskan emosi negatif mereka dan membentuk rasa kebanggaan sendiri yang mana sangat penting untuk perkembangan diri yang positif.

Terapi bermain telah terbukti berkesan dalam merawat masalah sosial dan emosi kanak-kanak. Walau bagaimanapun, Bratton et al. (2005) mendapati bahawa terapi bermain turut sesuai diaplikasikan dalam pelbagai situasi, peringkat umur, jantina, populasi dan dalam pelbagai situasi klinikal dan bukan klinikal. Perkara ini menjelaskan terapi bermain merupakan pendekatan yang wajar dikembangkan serta diaplikasikan oleh pengamal kaunseling memandangkan faedahnya adalah secara menyeluruh lebih-lebih lagi pada ketika negara berdepan dengan cabaran Covid-19.

PERBINCANGAN

Dalam memastikan kesejahteraan mental kanak-kanak ketika wabak Covid-19 ini, semua pihak perlu berganding bahu dengan memainkan peranan masing-masing. Bagi ibu bapa adalah penting untuk mengamalkan corak keibubapaan yang sihat, menyediakan persekitaran yang dipenuhi dengan kasih sayang, penjagaan kesihatan, menggalakkan perbualan sihat dengan mendengar secara aktif serta membenarkan kanak-kanak untuk meluahkan perasaan. Bagi guru pula berperanan dalam membantu kanak-kanak di peringkat sekolah untuk membina semula perhubungan kanak-kanak sesama rakan dan guru di samping memastikan SOP dipatuhi. Tempoh lebih tiga bulan meninggalkan kelas, guru dan rakan sedikit sebanyak memberi impak kepada kanak-kanak dalam membina semula hubungan itu. Dari aspek sosial, keakraban dengan rakan-rakan di sekolah perlu dibina semula selepas tiga bulan tidak bersekolah dengan berlandaskan budaya baharu. Selain itu, adalah menjadi tanggung jawab guru memberi pendidikan berkaitan dengan Covid-19, penggalak kepada kesihatan mental, bekerjasama dengan ibu bapa serta merujuk kepada badan profesional berkaitan dengan kesihatan mental kanak-kanak.

Seterusnya, peranan pihak berwajib khususnya kaunselor perlu bergiat aktif memberi perkhidmatan. Penyediaan perkhidmatan yang bersesuaian dengan situasi semasa seperti menyediakan perkhidmatan kaunseling dan psiko-pendidikan secara atas talian dan juga bersemuka dengan mematuhi SOP. Dalam masa yang sama

perkhidmatan yang ditawarkan perlulah selari dengan keperluan setiap klien. Bagi klien kanak-kanak salah satu pendekatan yang menepati dan dekat dengan keperluan mereka adalah pendekatan terapi bermain. Oleh yang demikian, intervensi menggunakan pendekatan terapi bermain harus dimasukkan ke dalam keseluruhan program pandemik. Lebih banyak tumpuan harus diberikan pada pencegahan dan rawatan dengan tujuan untuk mengurangkan kemungkinan bahaya psikologi pandemik dan memupuk kestabilan sosial. Satu modul khusus menggunakan pendekatan terapi bermain perlu dibangunkan untuk membimbing para kaunselor dalam perkhidmatan. Di samping itu, para kaunselor juga perlu meningkatkan kompetensi dengan memperkasakan kemahiran-kemahiran termasuk kemahiran menggunakan pendekatan terapi bermain dalam usaha membantu negara melawan kesan buruk wabak.

Yang terakhir dan juga yang paling penting adalah peranan masyarakat. Masyarakat keseluruhan perlu memberi kerjasama dengan membantu memutuskan penularan dan mengembalikan kedamaian negara. Sekiranya semua masyarakat mengikuti dan mematuhi segala SOP yang dikeluarkan oleh Majlis Keselamatan Negara, pastinya penularan wabak ini dapat dibendung.

KESIMPULAN

Pandemik Covid-19 telah mengganggu perkembangan sosial dan emosi dalam kalangan kanak-kanak. Adalah menjadi tanggung jawab semua lapisan bermula daripada ibu bapa, guru, pihak berwajib dan masyarakat untuk peka terhadap perubahan sosial dan emosi kanak-kanak yang merupakan bakal peneraju negara masa akan datang. Perkhidmatan kaunseling adalah salah satu perkhidmatan yang paling utama apabila melibatkan isu berkaitan psikologi. Oleh itu, kaunselor terutamanya perlu menyediakan perkhidmatan yang selari dengan keperluan kanak-kanak agar perkhidmatan yang ditawarkan adalah berkesan seterusnya membantu menyelamatkan golongan ini.

RUJUKAN

- Arba'ie Sujud & Nik Rafidah Nik Muhamad Affendi. 2011. *Pembentukan Emosi Kanak-Kanak Melalui Bahan Bacaan Sastera*. Jurnal Pengajian Melayu, Jilid 22.
- Axline, V. M. (1969). *Play Therapy*. New York: Ballantine Books.
- Bratton, S. Ray, D., Rhine, T. & Jones, L. 2005. *The Efficacy of Play Therapy With Children: A Meta-Analytic Review of Treatment Outcomes*. Psychology Research and Practice. 36(4), 376-390.

- Ghosh, R., Dubey, M. J., Chatterjee, S. & Dubey, S. 2020. *Impact of COVID-19 on children: Special focus on the psychosocial aspect*. *Minerva Pediatrica*. 72(3), 226–235. doi:10.23736/S0026-4946.20.05887-9.
- Golberstein E; Wen, H; Miller, B .2020. *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Mental Health for Children and Adolescents*. *JAMA Pediatr*.
- Hidayu,F & Hemaloshinee, V.2020. *Covid-19 Pandemic during 2020 Malaysia Movement Control Order (MCO) - The Case Of Residential College Students' Mental Health*. *International Journal of Social & Scientific Research*. 6:11.
- Jiao W.Y., Wang L.N., Liu J., Fang S.F., Jiao F.Y., Pettoello-Mantovani M., Somekh E. 2020. *Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic*. *J. Pediatr.*, S0022-3476(20)30336-X.
- Landreth, G. L. 2002. *Play Therapy: The Art of the Relationship (2nd ed)*. New York: Psychology Press.
- Mariani, M& Asnarulkhadi, A. S. 2016. *Pelaksanaan Terapi Bermain Ke Atas Kanak-Kanak Peringkat Awal Yang Mengalami Stres*. *E- Proceeding of the 3rd World Conference on Integration of Knowledge*. Langkawi, Malaysia.
- Neacsu,A. Fang, C.M. Rodriquez, M. 2017. *Suicidal Behavior and Problems with Emotion Regulation*. *Suicide and Life-Threatening Behavior*. 48:1-2.
- Orgilés, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzeschi, C., & Espada, J. P. *Immediate psychological effects of the COVID-19 quarantine in youth from Italy and Spain*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/5bpfz> (Diakses pada 24 September 2020).
- Salcuni, S. Di Riso, D. Mabilia, D. & Lis, A. 2017. *Psychotherapy with a 3-year-old child: The role of play in the unfolding process*. *Frontiers in Psychology*. 7(1), 1–9.
- Santrock, J. W. (2004). *Life Span Development*. Ed. ke 9. Boston: McGraw Hill.
- Sarpoulaki, B & Kolahi, P. 2016. *Role of Play Therapy on Aggression and Learning Disabilities in Students: A Quasi-Experimental Design*. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 2349-3429.
- Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). *Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations*. *Psychiatry research*. 293.
- Sood, S. 2020. *Psychological Effects of the Coronavirus Disease-2019 Pandemic*. *RHiME7*. 23-26.
- Urbina, A. 2020. *Young Children's Mental Health: Impact of Social Isolation During The COVID-19 Lockdown and Effective Strategies*. doi:10.31234/osf.io/g549x.

- Van Kleef, G. A. 2017. *The Social Effects of Emotions are Functionally Equivalent Across Expressive Modalities*. *Psychological Inquiry*, 28:2-3, 211-216.
- Viner R.M., Russell S.J., Croker H., Packer J., Ward J., Stansfield C., Mytton O., Bonell C., Booy R. 2020. *School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: A rapid systematic review*. *Lancet Child Adolesc. Health*. 4(5):397–404.
- Yan-Rong Guo, Qing-Dong Cao, Zhong-Si Hong, Yuan-Yang Tan, Shou-Deng Chen, Hong-Jun Jin, Kai-Sen Tan, De-Yun Wang & Yan Yan. 2020. *The origin, transmission and clinical therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak—an update on the status*. *Military Medical Research*. 7:11.