

## Pengaruh Terapi Bermain dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak Sebagai Dampak Hospitalisasi di RSUD Ambarawa

Erna Setiawati<sup>1</sup>, Sundari<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, [ernasetia@gmail.com](mailto:ernasetia@gmail.com)

<sup>2</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, [sundariaurum@gmail.com](mailto:sundariaurum@gmail.com)

### Article Info

#### Article History

Submitted, 08 January 2019

Accepted, 27 March 2019

Published, 31 March 2019

**Keywords:** Terapi bermain, kecemasan, hospitalisasi

### Abstract

children are sometimes more susceptible to illness, so it is not uncommon to be hospitalized. Hospitalization is a crisis situation in children, when children are sick and hospitalized. Hospitalization occurs because children try to adapt to foreign and new environments, namely hospitals so that these conditions become stressors for both children and families. This study aims to determine the effect of play therapy in reducing anxiety as a result of hospitalization. This type of research is quasy experiment with the design of one group pre-test and post-test design. Sampling is done by non probability sampling techniques with accidental sampling with the number of samples taken 30 subjects. The results showed that the average anxiety before playing therapy at Ambarawa Hospital found that the average value was 20.77, minimum value was 5, maximum value was 34 and standard deviation was 8.310 while anxiety after playing therapy at Ambarawa Hospital was found that the average value was 14.87, minimum value 7, maximum value 24 and standard deviation 5.290. The final result of this study was that there was an effect of play therapy on decreasing children's anxiety as a result of hospitalization in Ambarawa Hospital with  $P\text{-value} = 0.003 < \alpha = 0.05$ . There are effects of playing on the decline in children's anxiety as a result of hospitalization at Ambarawa Hospital. This study suggests nurses in hospitals to continue playing therapy for children in the hospital.

### Abstrak

Anak terkadang lebih rentan sakit, sehingga tidak jarang harus dirawat dirumah sakit. Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis pada anak, saat anak sakit dan dirawat dirumah sakit. Hospitalisasi terjadi karena anak berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yaitu rumah sakit sehingga kondisi tersebut menjadi stressor baik terhadap anak maupun keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain dalam menurunkan kecemasan sebagai dampak hospitalisasi. Jenis penelitian ini adalah *quasy eksperimen* dengan desain *one group pre test- dan post test design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *non probability sampling* dengan *accidental sampling* dengan jumlah sampel yang diambil 30 subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata rata kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain di RSUD Ambarawa didapatkan bahwa nilai rata rata sebesar 20.77, nilai minimum 5, nilai maksimum 34 dan standardeviasi 8.310 sedangkan kecemasan setelah dilakukan terapi bermain di RSUD Ambarawa didapatkan bahwa nilai rata rata sebesar 14.87, nilai minimum 7, nilai maksimum 24 dan standardeviasi 5.290. Hasil akhir penelitian ini adalah ada pengaruh

terapi bermain terhadap penurunan kecemasan anak sebagai dampak hospitalisasi di RSUD Ambarawa dengan  $P\text{-value} = 0.003 < \alpha = 0.05$ .

Ada pengaruh terap bermain terhadap penurunan kecemasan anak sebagai dampak hospitalisasi di RSUD Ambarawa. Penelitian ini menyarankan kepada perawat di rumah sakit agar tetap melakukan terapi bermain pada anak di rumah sakit.

## Pendahuluan

Hospitalisasi merupakan keadaan dimana seseorang dalam kondisi yang mengharuskan untuk mendapat perawatan dirumahsakit untuk mengatasi atau meringankan sakitnya. Hospitalisasi pada anak dapat menimbulkan kecemasan dan stress dimana hal itu diakibatkan karena adanya perpisahan, kehilangan control, ketakutan mengenai kesakitan pada tubuh, serta nyeri dimana kondisi tersebut belum pernah dialami sebelumnya. Respon fisiologis yang dapat muncul akibat kecemasan yang tidak teratasi yaitu seperti adanya perubahan pada system kardiovaskuler berupa palpitasi, denyut jantung meningkat, perubahan pola nafas yang semakin cepat, nafsu makan menurun, gugup, pusing, tremor, hingga insomnia, keluar keringat dingin, wajah menjadi kemerahan, gelisah, rewel, anak mudah terkejut, menangis, berontak, menghindari hingga menarik diri, tidak sabar, tegang, waspada terhadap lingkungan, hospitalisasi juga akan berdampak pada perkembangan anak dimana juga akan mengakibatkan terganggunya proses pengobatan. Perawatan anak yang berkualitas tinggi akan dapat mengurangi kecemasan dan ketakutan yang terjadi karena bila kecemasan dan ketakutan tidak ditangani akan membuat anak menolak tindakan perawatan dan pengobatan yang diberikan sehingga akan mempengaruhi lamanya perawatan, memperberat kondisi anak bahkan menyebabkan kematian pada anak, dampak dari anak sakit yang tidak ditangani juga akan menyebabkan kesulitan dan kemampuan membaca yang buruk, memiliki gangguan bahasa, menurunnya kemampuan intelektual dan social serta fungsi imun (Saputro, 2017). Bermain atau yang lebih dikenal dengan terapi bermain diharapkan dapat mengurangi dampak akibat hospitalisasi, karena rumah sakit merupakan lingkungan baru bagi anak yang dimana terjadi tindakan-tindakan medis yang dianggap menakutkan bahkan terkadang

menimbulkan trauma yang dapat mengganggu perkembangan anak. Terapi bermain adalah terapi yang diberikan pada anak yang mengalami kecemasan, ketakutan, dan mengenal lingkungannya. Tujuan dari terapi bermain ini adalah menciptakan suasana aman bagian akan untuk mengekspresikan diri mereka, memahami bagaimana sesuatu dapat terjadi, mempelajari aturan social dan mengatasi masalah mereka serta memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk berekspresi dan mencoba sesuatu hal yang baru, selain itu dengan terapi bermain diharapkan anak dapat melanjutkan fase tumbuh kembangnya secara optimal, mengembangkan kreativitas anak sehingga anak dapat beradaptasi lebih efektif terhadap stress (Saputro, 2017).

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk meneliti pengaruh terapi bermain dalam menurunkan kecemasan pada anak sebagai dampak hospitalisasi. Sejalan dengan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yakni melakukan analisis perbedaan kecemasan anak sebagai dampak hospitalisasi sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain,

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian quasy eksperiment dengan desain *one group pre test-dan post test design* dimana data yang menyangkut variabel bebas dan terikat akan dikumpulkan sebelum dan sesudah terapi diberikan. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei – Agustus 2018 di RSUD Ambarawa Kabupaten Semarang. Jumlah subjek penelitian yang digunakan sejumlah 30 subjek dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan *uji wilcoxon*.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil karakteristik responden menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini terdiri dari jenis kelamin laki laki sebanyak 14 anak

(46.7%) dan anak dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 16 anak (53.3%). Sedangkan umur responden paling banyak berusia antara 0-1 tahun sebanyak 23 anak (%).

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
JenisKelamin	Lakilaki	14	46.7%
	Perempuan	16	53.3%
Umur	0-1 Tahun	23	76.7%
	1-3 Tahun	6	20.0%
	4-6 Tahun	1	3.3%
	6-12 Tahun	0	0%

Sumber: data primer diolah 2018

Pada penelitian ini karakteristik responden yang didapatkan yaitu mayoritas berjenis kelamin perempuan 16 anak (53.3%) laki laki 14 anak (46.7%). Menurut Saputro (2007) jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat stress hospitalisasi dimana anak perempuan yang mengalami hospitalisasi memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan anak laki laki, walaupun ada beberapa yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan anak.

Kategori usia pada penelitian ini didapatkan usia terbanyak yaitu usia 0-1 tahun. Dimana usia seringkali dikaitkan dengan pencapaian perkembangan kognitif anak. Anak usia prasekolah belum mampu menerima dan mempersepsikan penyakit dan pengalaman baru dengan lingkungan asing. Dalam penelitian tsai (2007) semakin muda usia anak kecemasan hospitalisasi akan semakin tinggi. Anak usia infant, toddler dan prasekolah lebih mungkin mengalami stress akibat perpisahan karena kemampuan kognitif anak yang terbatas untuk memahami hospitalisasi (saputro,2007).

#### Analisis Univariat

Tabel 2. Statistik Deskriptif Kecemasan sebelum diberikan Terapi Bermain

Variabel	Mean	StandarDeviasi	Median	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Kecemasan	17.67	8.310	19.00	5	34

Sumber: data primer diolah 2018

Pada anak hospitalisasi yang belum diberikan terapi bermain bisa saja anak mengalami kecemasan dan stress dimana hal itu diakibatkan karena adanya perpisahan, kehilangan control, ketakutan mengenai kesakitan pada tubuh, serta nyeri dimana

Pelaksanaan terapi bermain berdasarkan kategori usia dibagi menjadi lima. Pertama, permainan anak usia 0-1 tahun antara lain permainankerincing, sentuhan, mengamati mainan, meraih mainan, bermain bunyi-bunyian, mencari mainan, menyusun donat warna warni, mengenal bagian tubuh. Kedua, permainan anak untuk usia 1-3 tahun antara lain arsitek menara, tebak gambar, menyusun puzzle. Ketiga, permainan untuk anak usia 4-6 tahun antara lain, bola keranjang, bermain dokter dokteran, bermain abjad, boneka tangan. Keempat, permainan anak usia 6-12 antara lain melipat kertas origami, mewarnai gambar, menyusun puzzle, menggambar bebas, bercerita, meniup balon.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan terapi bermain sesuai dengan usianya yaitu untuk anak usia 0-1 tahun menggunakan terapi bermain berupa menyusun donat warna-warni, untuk usia 1-3 tahun menggunakan terapi bermain menyusun puzzle, untuk anak usia 4-6 tahun menggunakan boneka tangan, dan 6-12 bisa dengan menggunakan puzzle dan mewarnai gambar.

kondisi tersebut belum pernah dialami sebelumnya dimana hal itu juga akan dapat menimbulkan gangguan perkembangan. Selain itu dampak jangka pendek kecemasan yang tidak ditangani yaitu anak dapat melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan

pengobatan yang diberikan dimana hal itu berpengaruh terhadap lamanya hari rawat memperberat kondisi anak dan dapat menyebabkan kematian, sedangkan dampak jangka panjang dari anak sakit dan dirawat akan menyebabkan kesulitan dan kemampuan membaca yang buruk, memiliki gangguan bahasa, perkembangan kognitif, menurunnya

kemampuan intelektual dan serta fungsi imun. Dengan adanya terapi bermain diharapkan dapat menguragngi kecemasan yang ada sehingga diharapkan akan menurunkan lama hari perawatan dirumah sakit dan tingkat kecemasan anak terhadap tindakan perawatan yang dilakukan akan berkurang.

Tabel 3 Statistik Deskriptif Kecemasan setelah diberikan terapi Bermain

Variabel	Mean	StandarDeviasi	Median	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Kecemasan	14.87	5.290	16.50	7	24

Sumber: data primer diolah 2018

Dari Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang diberikan terapi bermain didapatkan hasil adanya penurunan kecemasan pada anak hospitalisasi sebelum dan sesudah. Bermain dalam Zellawati (2011) bermain merupakan salah satu sarana yang digunakan dalam mengatasi permasalahan anak yang dimana dapat dilakukan baik di dalam maupun diluar ruangan, akan tetapi untuk di dalam ruangan memerlukan persiapan dengan baik mengenai alat permainan yang akan digunakan untuk membantu anak mengekspresikan perasaannya baik senang, sedih, marah, dendam, tertekan atau emosi yang lain. Halinisejalandengan Wong, et al (2008) menyebutkan bahwa bermain sangat penting bagi mental, emosional dan kesejahteraan social anak. Kebutuhan bermain tidak berhenti saat anak sakit atau dirumah sakit, karena bermain dapat meminimalkan masalah perkembangan anak.

Tujuan dari terapi bermain menurut Saputro (2017) adalah agar anak dapat melanjutkan fase tumbuh kembang secara optimal, mengembangkan kreativitas anak sehingga anak dapat beradaptasi lebih efektif terhadap stress. Terapi bermain dapat membantu anak menguasai kecemasan dan konflik dengan ketegangan mengendor dalam permainan, anak dapat menghadapi masalah kehidupan, memungkinkan anak menyalurkan kelebihan energy fisik dan melepaskan emosi yang tertahan. Permainan juga sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak baik

dari perkembangan kognitif bahasa fisik, maupun sosial dan emosional.

Pada saat anak dirawat dirumah sakit, anak akan mengalami berbagai perasaan yang sangat tidak menyenangkan seperti marah, takut, cemas, sedih dan nyeri. Perasaan tersebut merupakan dampak dari hospitalisasi yang dialami anak karena menghadapi beberapa stressor yang ada di lingkungan rumah sakit. Dengan melakukan permainan anak akan terlepas dari ketegangan dan stress yang dialaminya karena dengan melakukan permainan anak akan dapat mengalihkan rasa sakitnya pada permainan.

Terapi bermain yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu untuk anak usia 0-1 tahun menggunakan terapi bermain berupa menyusun donat warna-warni, untuk usia 1-3 tahun menggunakan terapi bermain menyusun puzzle, untuk anak usia 4-6 tahun menggunakan boneka tangan, dan 6-12 bisa dengan menggunakan puzzle dan mewarnai gambar.

#### Analisis Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh Terapi Bermain terhadap kecemasan sebagai dampak hospitalisasi di RSUD Ambarawa. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dengan Shapiro wilk didapatkan nilai sig pre=0.156 dan post =0.002, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal, oleh karena itu pengujian dilanjutkan dengan uji wilcoxon dengan  $\alpha$  sebesar 0.05

Tabel 4 Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Kecemasan sebagai dampak hospitalisasi di RSUD Ambarawa

Variabel	Intervensi	N	mean	$\pm$ SD	Min	Max	P value
Kecemasan	Pre	30	17.67	8.310	5	34	0.03
	Post	30	14.87	5.290	7	24	

Sumber: data primer diolah 2018

Perbedaan kecemasan pada anak setelah diberikan terapi bermain di RSUD Ambarawa. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan uji Shapiro wilk didapatkan nilai sig pre=0.156 dan post= 0.002, dengan demikian dapat dikatakan bahwa data berdistribusi tidak normal, kemudian dilanjutkan dengan menggunakan uji wilcoxon test.

Analisis untuk mengetahui peran terapi bermain dalam menurunkan kecemasan pada anak sebagai dampak hospitalisasi menggunakan  $\alpha=0.05$ , perhitungan menggunakan aplikasi computer dapat ditunjukkan pada table 5.4 dapat diketahui terjadi perubahan kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi di RSUD Ambarawa. Penurunan nilai rata-rata kecemasan dari 17.67 menjadi 14.87. Dari hasil analisis diketahui p value = 0.003.( $< 0.05$ ) yang artinya bahwa p value  $< 0.05$ , sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima dimana secara statistic dapat dikatakan terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan anak yang dihospitalisasi setelah diberikan terapi bermain di RSUD Ambarawa.

Hospitalisasi dapat dianggap sebagai sesuatu pengalaman yang mengancam dan dapat dianggap sebagai stressor, serta dapat menimbulkan krisis bagi anak dan keluarga. Hal tersebut terjadi dimana kondisi anak tidak memahami mengapa dirawat, sehingga akan terjadi stress dengan adanya perubahan akan status kesehatan, lingkungan dan kebiasaan sehari hari dan keterbatasan mekanisme koping. Anak-anak dapat bereaksi terhadap stress hositalisasi sebelum, selama, dan setelah pemulihan. Konsep sakit yang dimiliki oleh anak bahkan lebih penting bila dibandingkan dengan usia dan kematangan intelektual dalam memperkirakan kecemasan.

Berkembangnya gangguan emosional jangka panjang merupakan dampak dari hospitalisasi. Gangguan emosional tersebut terkait dengan

lama dan jumlah masuk rumah sakit, dan jenis prosedur yang dijalani di rumah sakit. Hospitalisasi berulang dan lama rawat lebih dari 4 minggu dapat berakibat gangguan di masa yang akan datang.

Gangguan perkembangan juga merupakan dampak negative dari hospitalisasi, penelitian yang dilakukan oleh lilis murtutik dan wahyuni dalam Utami, Y (2014) menunjukkan bahwa semakin sering anak menjalani hospitalisasi berisiko tinggi mengalami gangguan pada perkembangan motorik kasar.

Anak yang sakit dimungkinkan di rawat di rumah sakit khusus anak atau di rumah sakit umum yang memiliki fasilitas ruangan khusus untuk anak. Perlu mempertimbangkan kebutuhan dan perkembangan anak dengan mempersiapkan sarana di unit perawatan anak dengan perabotan yang berwarna cerah dan sesuai dengan usia anak, dekorasi ruangan yang menarik dan familiar bagi anak, serta adanya ruang bermain yang dilengkapi berbagai macam alat bermain.

Menurt marks (1998) dalam Utami, Y(2014), tempat bermain sebaiknya memiliki area yang luas untuk memfasilitasi mobilitas kursi roda, standar infus dan anak yang terpasang traksi. Keberagaman alat bermain sesuai dengan usia dan kebutuhan anak penting dimiliki untuk melengkapi tempat bermain tersebut. Meskipun tempat bermain penting disediakan di setiap bangsal anak terdapat beberapa kondisi yang memungkinkan anak tidak dapat terlibat di dalam tempat bermain. Situasi ini mengharuskan perawat lebih kreatif untuk memberikan kesempatan bermain pada anak (Utami, Y,2014).

Terapi bermain diharapkan dapat menjadi alternative dalam menangani kecemasan anak. Agar anak dapat bermain secara efektif dirumah sakit. Hal ini didukung oleh berbagai penelitian yang dilakukan diantaranya oleh Kaluas I, Ismanto dan Kundre (2015) didapatkan hasil bahwa terapi bermain puzzle dan bercerita juga efektif dalam penurunan

kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi di ruang anak manado. Perawat dapat menggunakan terapi bermain untuk membantu menurunkan stress dan kecemasan pada anak yang berhubungan dengan hospitalisasi. Bermain yang dimaksudkan adalah permainan therapeutic (therapeutic play), yaitu, upaya yang dilakukan untuk membantu melanjutkan perkembangan normal yang memungkinkan anak berespon lebih efektif terhadap situasi yang sulit seperti pengalaman pengobatan, merupakan permainan bentuk kecil berfokus pada bermain sebagai mekanisme perkembangan dan peristiwa yang kritis seperti hospitalisasi, terdiri dari aktivitas-aktivitas yang tergantung dengan kebutuhan perkembangan anak maupun lingkungan, dan dapat disampaikan dalam berbagai bentuk yang diantaranya adalah wayang interaktif, seni ekspresi atau kreatif, permainan boneka dll (Utami, 2014)

#### Simpulan dan saran

Terdapat penurunan tingkat kecemasan pada anak akibat hospitalisasi antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain RSUD Ambarawa yaitu nilai rata rata sebesar 20.77, nilai minimum 5, nilai maksimum 34 dan standar deviasi 8.310 menjadi nilai rata rata sebesar 14.87, nilai minimum 7, nilai maksimum 24 dan standar deviasi 5.290. Ada pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan anak sebagai dampak hospitalisasi di RSUD Ambarawa dengan  $P\text{-value} = 0.003 < \alpha = 0.0$ .

Disarankan pada tempat penelitian terutama perawat atau bidan agar dapat melakukan terapi bermain pada anak satu persatu pada tempat mereka dirawat (dengan tujuan untuk menghindari infeksi nosocomial) di rumah sakit di waktu senggang karena dapat mengurangi kecemasan pada anak sehingga anak dapat kooperatif dengan tindakan pengobatan yang dilakukan. Bagi Keluarga Diharapkan dapat meminimalkan dampak hospitalisasi dengan mempersiapkan anak menghadapi pengalaman rumah sakit.

#### DAFTAR PUSTAKA

Adriana, Dian.2011. *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Anak*. Jakarta: Salemba Medika

Astarani, Kili.2017. *Hospitalisasi dan terapi bermain anak*. Jawa Timur: Adjie Media Nusantara

Campbell, Marilyn. 2009. Innovative ways to assist young anxious children. *Journal of Queensland University of Technology*

Candrawati, R.D. 2016. Hospitalisasi pada anak, apaperan nursing pediatric?. Artikel <http://dinkes.inhukab.go.id/?p=4122>

Kaluas I, Ismanto dan Kundre. 2015. Perbedaan terapi bermain puzzle dan bercerita terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-5 tahun) selama hospitalisasi di ruang anak RS TK.III R. W. Mongisidi manado.e-jurnal *Keperawatan Universitas Sam Ratulangi*

Lelblanc,M.2010. A meta- analysis of play therapy outcomes. *Counseling Psychology Quarterly. Counseling Psychology Quarterly*, Pages 376-390.

Musfiroh. 2013. Bermain dan permainan anak.

Saputro,Heri&Fazrin, Intan. 2017. Anak Sakit Wajib Bermain Di Rumah Sakit. Sukorejo: Forikes

Utami, Yuli.2014. Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak.Jurnal Imiah WIDYA Volume 2 Nomor 2 Mei –Juli 2014

Wong,D,L. 2009.*Buku Ajar Keperawatan Pediatrik (Vol. Volume 1)*.Jakarta:EGC

Wowiling, Ismanto, & Babakal. 2014. Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruangan Irina E Blu Rsup. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan Fakultas kedokteran samratulangi manado* diaksesdi <https://media.neliti.com/media/publications/105672-ID-pengaruh-terapi-bermain-mewarnai-gambar.pdf>

Zellawati, Alice. 2011. Terapi Bermain untuk mengatasi permasalahan pada anak. *Majalah informatika* vol.2 no.3, September 2011