

PENGARUH TERAPI BERMAIN DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH (3-5TAHUN) YANG MENGALAMI HOSPITALISASI DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH TUGUREJO SEMARANG

Katinawati*)

Ns. Sri Haryani, S.Kep), Ns. Syamsul Arif, S.Kep.,M.Kes, Biomed**)**

**) Alumni Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang,*

****) Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang,*

****) Dosen Ilmu Statistik dan Metodologi Politeknik Kesehatan Semarang*

ABSTRAK

Peran perawat dalam meminimalkan stres akibat hospitalisasi pada anak sangat penting. Pendekatan psikologis pada pasien yang mengalami *distres* hospitalisasi salah satunya dengan menggunakan model pendekatan asuhan keperawatan berupa terapi bermain. Bermain adalah penting untuk kesehatan mental, emosi, dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh terapi bermain teknik bercerita dalam menurunkan kecemasan anak usia prasekolah (3-5 tahun) yang mengalami hospitalisasi di Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang. Desain penelitian ini adalah *eksperimen* semu, dengan jumlah sampel 15 responden yang diperoleh dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner. Untuk mengetahui perbedaan kecemasan antara sebelum dan sesudah perlakuan di gunakan uji t berpasangan. Dengan hasil menunjukkan nilai p 0,000 sehingga dapat di simpulkan bahwa terapi bermain dengan teknik bercerita mampu menurunkan kecemasan anak. Rekomendasi dari hasil penelitian ini di harapkan perawat agar memberikan terapi bermain terhadap anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan hospitalisasi.

Kata Kunci : Terapi bermain, kecemasan anak, hospitalisasi

ABSTRACT

The roles of nurses is important in minimizing the stressful condition of hospitalized children. One of the psychological approaches to the patients experiencing the hospitalized *distress* is using nursing care approach model. It is called playing therapy. Plasing is essential for mental, emotional and social health. This research is determined to describe the influence of playing therapy in reducing hospitalized pre – school aged (3 – 5 years old) children’s anxiety in General Hospital in Tugurejo Area of Semarang. the design of the research is the apparent *experiment*, using samples of 15 respondents with *total sampling* technique. The data was collected using a questionnaire instrument. Anxiety to know the difference between before and after treatment in the use paired t test. With results showing p value of 0.000 so that it can be concluded that play therapy techniques can reduce anxiety to tell the child. Recommendations from the results of this study is expected nurses to provide play therapy for preschool children who experience anxiety hospitalization.

Key Words : Playing therapy, children’s anxiety, hospitalization

PENDAHULUAN

Anak adalah individu yang masih bergantung pada orang dewasa dan lingkungannya, artinya membutuhkan lingkungan yang dapat memfasilitasi dalam memenuhi kebutuhan dasarnya dan untuk belajar mandiri (Supartini, 2004, hlm.5). Anak adalah individu yang unik dan bukan miniatur orang dewasa. Orang tua bertanggung jawab untuk menjaga dan mengupayakan anak dalam kondisi sehat yang optimal, karena masa depan bangsa bergantung pada anak.

Supartini (2004, hlm.5) mengemukakan bahwa sehat dalam keperawatan anak adalah sehat dalam rentang sehat-sakit. Sehat adalah keadaan kesejahteraan optimal antara fisik, mental, dan sosial yang harus dicapai sepanjang kehidupan anak dalam rangka mencapai tingkat pertumbuhan dan perkembangan yang optimal sesuai dengan usianya. Dengan demikian, apabila anak sakit, hal ini akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual. Apalagi kalau anak sampai harus mengalami hospitalisasi.

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang karena suatu alasan yang berencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali ke rumah. Selama proses ini anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang menurut beberapa penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stres (Supartini, 2004, hlm.188).

Di Indonesia jumlah anak usia prasekolah (3-5 tahun) berdasarkan Survei Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2001 sebesar 20, 72% dari jumlah total penduduk Indonesia (Badan Perencanaan Nasional, 2004, dalam Purwandari, 2009, ¶2). Dan diperkirakan 35 per 100 anak menjalani hospitalisasi (Sumaryoko, 2008, dalam

Purwandari, 2009, ¶2). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo didapatkan data pada tahun 2006 jumlah anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi sebanyak 122 anak, 2007 jumlah anak 642, 2008 jumlah anak 977, 2009 jumlah anak 929, 2010 jumlah anak 223, 2011 jumlah 181 anak. Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum yang dialami oleh pasien anak terutama usia prasekolah yang di rawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo. Kecemasan yang sering dialami seperti menangis, takut pada orang baru. Respon anak yang cemas tergantung dari tahapan usia. Perilaku kehilangan kontrol menjadi lebih jelas pada *toddler* dan prasekolah, yang mungkin memiliki *temper tantrum* yang berulang atau memperlihatkan perilaku yang mengalami kemunduran. Ketakutan tentang bagian tubuh disakiti dan nyeri terjadi pada seluruh anak-anak, termasuk bayi lahir. Usia prasekolah protes dengan keras dan dapat menjadi agresif secara fisik dan verbal (Wong, 1995, dalam Potter & Perry, 2005, hlm.666-667). Perawat anak mempunyai peran penting dalam menurunkan kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi. Sehingga anak akan berperilaku lebih kooperatif. Media paling efektif yang dapat dilakukan perawat adalah melalui terapi bermain (Supartini, 2004, hlm.186).

Sedangkan bermain merupakan cara ilmiah bagi seorang anak untuk mengungkapkan konflik yang ada dalam dirinya yang pada awalnya anak belum sadar bahwa dirinya sedang mengalami konflik (Miller, 1983, dalam Riyadi & Sukarmin, 2009, hlm.21). Melalui bermain anak dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, fantasi serta daya kreasi dengan tetap mengembangkan kreatifitasnya dan beradaptasi lebih efektif terhadap berbagai sumber stres (Riyadi & Sukarmin, 2009, hlm.21).

Ada beberapa jenis terapi bermain, salah satunya adalah terapi bermain teknik bercerita. Menurut Supartini (2004, hlm. 86-87) dengan bercerita kita bisa menyampaikan pesan tertentu pada anak. Menurut Nurgiyantoro (2005, dalam Asiskayanti, 2009, ¶31) cerita dapat bermanfaat sebagai obat untuk menyembuhkan sakit. Cerita juga harus diterima sebagai kegiatan yang menyembuhkan. Cerita membawa suasana yang Cerita akan membuat *spirit*, *sugesti* dan juga sedikit *hipnotis* sehingga akan mendorong anak yang sedang mengalami perawatan di rumah sakit untuk cepat sembuh. Cerita yang akan digunakan adalah cerita dongeng, dongeng adalah cerita tentang tokoh yang mengalami suka dan duka kehidupan (Indrawati & Durianto, 2007, hlm.65). Dongeng dapat dipahami sebagai cerita yang tidak benar-benar terjadi dan banyak hal sering tidak masuk akal, namun dari sudut pandang ini cerita dongeng dapat dipandang sebagai cerita fantasi, cerita yang mengikuti daya fantasi (Nurgiyantoro, 2005, dalam Asiskayanti, 2009, hlm.26-29) dan bersifat sangat khayal (Soedjono, 2007, dalam Asiskayanti, 2009, hal.33).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bermain dalam menurunkan kecemasan anak usia prasekolah (3-5 tahun) yang mengalami hospitalisasi di Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen, khususnya eksperimen semu, dengan pendekatan one group pre and post test. Rancangan ini tidak menggunakan kelompok pembandingan, tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen atau perlakuan (Notoatmojo, 2005, hlm.164). Sampel (anak usia prasekolah yang mengalami

hospitalisasi) diobservasi dan dinilai terlebih dahulu bagaimana kecemasan sebelum diberikan terapi bermain teknik bercerita, kemudian setelah diberikan perlakuan sampel tersebut diobservasi dan di nilai kembali bagaimana kecemasannya, apakah menunjukkan perbedaan dengan sebelum diberikan terapi bermain teknik bercerita.

Perlakuan pada penelitian ini adalah peneliti mengobservasi responden sebelum diberikan terapi bermain kemudian diobservasi lagi setelah diberikan terapi bermain.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan total sampling, karena diperkirakan jumlah anak yang mengalami hospitalisasi dalam satu bulan adalah 15 anak.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner. Dan untuk mengetahui kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi, kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup dengan alternative pilihan 2 jawaban (ya/tidak). Skala pengukuran pengetahuan adalah jika jawaban ya diberi nilai atau skor 1 dan bila jawaban tidak diberi nilai atau skor 0.

Untuk uji normalitas data menggunakan uji *One-Sample-Kolmogorow-Smirnov-Test*. Sedangkan untuk uji hipotesis penelitian “pengaruh terapi bermain dalam menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi” di gunakan uji *Paired Sample T-test*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Usia Responden

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Berdasar Umur Responden Dalam Penelitian Di Ruang Melati Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang (n=15)

Umur	Frekuensi	Presentase(%)
3 Tahun	7	46,6
4 Tahun	5	33,3
5 Tahun	3	20
Total	15	100

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui paling banyak berumur 3 tahun yaitu 7(46,6%) pasien, yang berumur 4 tahun sebanyak 5 (33,3%) pasien dan yang berumur 5 tahun sebanyak (33,3%) pasien. Menurut Nurhaeni (1999, dalam Purwandari, Mulyono, & Sucipto, 2010) anak usia prasekolah menganggap bahwa hospitalisasi merupakan hukuman, dan pemisahan dari orangtua, sebagai rasa kehilangan cinta. Dampak dari kondisi ini adalah kecemasan perpisahan pada anak. Fakta menunjukkan, anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi akan mengalami kecemasan perpisahan.

2. Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Tabel 2

Distribusi frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Dalam Penelitian Di Ruang Melati Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang. (n=15)

Berdasarkan tabel diatas proporsi jenis kelamin pada 15 responden yang dilakukan penelitian ini yaitu 12 (80%) responden laki-laki, dan 3 (20%) responden perempuan. Berkaitan dengan kecemasan pada pria dan wanita, James (dalam Miraz, 2010, ¶12) mengemukakan

bahwa perempuan lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan-tekanan lingkungan daripada laki-laki. Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa jumlah jenis kelamin laki-laki lebih banyak daripada perempuan, yaitu sebanyak 12 anak (80%). Dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh jenis kelamin anak usia prasekolah dengan kecemasan.

3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori kecemasan sebelum diberikan terapi dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3

Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Kecemasan Sebelum Diberikan Terapi Di Ruang Melati Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang (n=15)

No	kategori	Frekuensi	Presentase(%)
1	Cemas Ringan	-	-
2	Cemas Sedang	12	80
3	Cemas Berat	3	20
	Total	15	100

Penelitian ini menunjukkan bahwa kategori kecemasan sebelum diberikan terapi bermain sebanyak 12 anak termasuk cemas sedang (80%) dan sebanyak 3 anak termasuk cemas berat (20%).

4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori kecemasan sesudah diberikan terapi dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	12	80
Perempuan	3	20
Total	15	100

Distribusi frekuensi Responden
Berdasarkan Kategori Kecemasan
Setelah Diberikan Terapi Di Ruang Melati
Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo
Semarang (n=15)

No	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	Cemas Ringan	13	86,7
2	Cemas Sedang	2	13,3
3	Cemas Berat	-	-
Total		15	100

Kategori kecemasan sesudah diberikan terapi bermain sebanyak 13 anak termasuk cemas ringan (86,7%) dan sebanyak 2 anak termasuk cemas sedang (13,3%) . Wong (2008, hlm 756) mengatakan bahwa hospitalisasi pada anak seringkali menyebabkan munculnya *stressor-stressor* yang dapat mengganggu perkembangan anak. Kemampuan coping anak tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor tersebut antara lain tingkat perkembangan umur, pengalaman sakit sebelumnya, perpindahan atau hospitalisasi, terdapatnya *suport system* atau dukungan dari lingkungan sekitar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan paling banyak responden berumur 3 tahun yaitu 7 (46,6%) responden. Sedangkan Berdasarkan proporsi jenis kelamin pada 15 responden didapatkan 12 (80%) responden laki-laki, dan 3 (20%) responden perempuan. Sebelum diberikan terapi bermain sebagian besar responden mengalami cemas sedang 11 (73,33%) anak dan cemas berat 4 (26,66%) anak. Sedangkan kecemasan sesudah diberikan terapi bermain menurun yaitu cemas ringan 13 (86,6) anak dan cemas sedang 2 (13,3) anak. Ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi bermain dengan penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (3-5 tahun) yang mengalami hospitalisasi di Rumah Sakit Umum

Daerah Tugurejo Semarang. berdasarkan uji *Paired Sample T-Test* diperoleh nilai p sebesar 0,000 (>0,05)

SARAN

1. Bagi Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo dapat menggunakan pemberian terapi bermain sebagai alternatif dalam menurunkan kecemasan pada pasien anak yang mengalami hospitalisasi dengan membuat jadwal tetap pelaksanaan terapi bermain di ruang anak.
2. Bagi institusi keperawatan dalam pendidikan kesehatan Hasil penelitian tersebut dapat dijadikan sebagai tambahan referensi bagi institusi dalam pendidikan kesehatan
3. Bagi peneliti Perlu dilakukan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan anak usia prasekolah yang sebelumnya pernah mendapat perawatan di rumah sakit lebih dari 3-5 kali dalam setahun sehingga akan mendapatkan hasil penelitian yang lebih bervariasi dan penelitian lanjutan mengenai pengaruh terapi bermain dalam menurunkan kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiskayanti. (2009). *Pengaruh cerita sebelum tidur terhadap kuantitas dan kualitas tidur pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Miftahul Huda kelas B Desa Sumolawang, Kecamatan Puri, Kabupaten Mojokerto.*
file:///D:/skripsi/terapi%20bermaen/ku mpulan%20cerita/Manfaat-cerita-bagi-anak.htm diperoleh tanggal 16 juni 2011
- Indrawati, Dewi,. & Durianto, Didik. (2007). *Aktif berbahasa indonesia.*

Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen
Pendidikan Nasional

- Miraz, Latifa. (2010). Konsep kecemasan.
<http://morningcamp.com/?p=237>
diperoleh tanggal 7 oktober 2011
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2005).
Metodelogi penelitian kesehatan.
Jakarta: PT Rineka Cipta
- Purwandari, Haryatiningsih., Mulyono,
Wastu Adi., & Sucipto, Ucip. (2010).
Terapi bermain untuk menurunkan
kecemasan perpisahan pada anak
prasekolah yang mengalami
hospitalisasi.
[http://jurnal.pdii.lipi.go.id/admin/2110
5259 2085-8930.pdf](http://jurnal.pdii.lipi.go.id/admin/211052592085-8930.pdf) diperoleh 21 april
2012
- Supartini, Yupi. (2004). Buku ajar konsep
dasar keperawatan anak. Jakarta :
EGC
- Wong, Diana L. (2008). Buku Ajar
Keperawatan Pediatrik. Volume 1.
Jakarta: EGC