

Terapi Bermain *Puzzle* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi

Oleh

Ningmas Fathiyah¹, Lindesi Yanti²

¹ Mahasiswa DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : ningmas99@gmail.com

² Dosen DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : desirozak@gmail.com

ABSTRAK

Hospitalisasi adalah proses ataupun keadaan darurat mengharuskan anak dirawat di rumah sakit yang dapat menyebabkan trauma pada anak, salah satunya kecemasan. Studi literatur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Metode yang digunakan pada pengumpulan artikel/sumber terkait ialah diperoleh dari pencarian data dari sumber Google Scholar, Researchgate, dan Garuda dengan kata kunci hospitalisasi, kecemasan, terapi bermain *puzzle*. Berdasarkan 5 jurnal terkait, hasil yang muncul menunjukkan bahwa terapi bermain *puzzle* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi dikarenakan terapi bermain *puzzle* merupakan permainan tidak membutuhkan energi yang banyak dan perlahan mengalihkan rasa cemas serta anak juga terbiasa bersikap tenang, tekun, sabar dalam menyelesaikan sesuatu dan juga terapi bermain *puzzle* dapat menurunkan tingkat kecemasan anak dari kecemasan ringan sampai kecemasan sedang. Dengan ini diharapkan terapi bermain *puzzle* pada studi literatur ini bisa menjadi informasi tambahan bagi perawat dan orangtua untuk mengatasi kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Kata Kunci : Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi bermain *puzzle*

ABSTRACT

Hospitalization is a process or an emergency that requires the child to be hospitalized which can cause trauma to the child, one of which is anxiety. This literature study aims to obtain an overview of playing puzzle therapy to reduce anxiety levels in preschool-aged children who experience hospitalization. The method used in collecting related articles / sources is obtained from data searches from Google Scholar, Researchgate, and Garuda sources with the keywords hospitalization, anxiety, puzzle playing therapy. Based on 5 related journals, the results show that puzzle playing therapy is effective in reducing the level of anxiety of preschool children who experience hospitalization because puzzle playing therapy is a game that does not require a lot of energy and slowly diverts anxiety and the child is also accustomed to being calm, diligent, patient. in getting things done and also playing puzzle therapy can reduce the level of anxiety in children from mild to moderate anxiety. With this, it is hoped that the puzzle playing therapy in this literature study can be additional information for nurses and parents to overcome the anxiety of preschool children experiencing hospitalization.

Keywords : Hospitalization, Anxiety, Puzzle play therapy

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hospitalisasi adalah berbagai kejadian yang timbul karena anak mengalami traumatik selama masa perawatan di rumah sakit dari masa pengobatan sampai anak pulang kerumahnya (Indah Christiana dan Rina Hafsari, 2018). Hospitalisasi yang sering dialami anak merupakan proses dimana anak diharuskan dirawat di rumah sakit dalam menjalani masa perawatan sampai pemulangan ke rumah yang bisa menimbulkan berbagai kejadian selama perawatan sehingga anak merasakan traumatik dan kecemasan (Thalia Kusuma.A, dkk, 2019).

Selama masa perawatan di rumah sakit anak akan memiliki keterbatasan pemahaman dan mekanisme coping pada anak sehingga anak akan mudah menangis, rewel, tidak ingin

berpisah dengan orang tua, takut akan mengalami cedera tubuh dan nafsu makan menurun yang dapat mempengaruhi respon anak terhadap hospitalisasi dan membuat anak menjadi tidak kooperatif dalam tindakan asuhan keperawatan yang akan memperlambat penyembuhan penyakit (Diani Octaviyanti Handajani dkk, 2019). Hospitalisasi juga membuat anak harus beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yang akan menjadikan stressor pada anak serta menimbulkan ketakutan saat anak perawatan di rumah sakit (Saputra, 2017).

Dampak dari hospitalisasi yang dialami anak usia prasekolah yaitu mengganggu dalam tumbuh kembang anak dan menghambat proses pemulihan pada anak (Wong, 2009 dalam I Made Mertajaya, 2019). Dampak lain dari hospitalisasi yang timbul pada anak biasanya

berupa perasaan ansietas atau kecemasan dengan reaksi seperti kekhawatiran, kegelisahan yang tidak menentu, atau reaksi ketakutan dan tidak tenang yang juga disertai berbagai keluhan fisik (Pieter, dkk, 2011 dalam Winda Widyastuti dan Erna Sulistyawati, 2017).

Kecemasan sendiri merupakan perasaan samar-samar takut atau ketakutan yang merupakan respon terhadap rangsangan eksternal atau internal berupa gejala perilaku emosi kognitif dan fisik serta dibedakan berdasarkan penyebab, durasi dan penatalaksanaannya (Winda Fitriani dkk, 2017). Respon fisiologis yang muncul dari kecemasan yang timbul ialah adanya perubahan pada sistem kardiovaskuler berupa denyut nadi meningkat, perubahan pola nafas semakin cepat, gugup, tremor, keluar keringat dingin, wajah kemerahan, gelisah, rewel, mudah terkejut, menangis, berontak, menarik diri, tegang, dan waspada terhadap lingkungan (Ernawati Setiawati dan Sundari, 2019).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi yaitu kondisi rumah sakit, bau rumah sakit, lingkungan rumah sakit, obat-obatan, alat-alat medis, petugas kesehatan, warna seragam serta tindakan pengobatan yang membuat anak merasa cemas (Thalia Kusuma.A, dkk, 2019).

Ketika saat anak sakit, secara tidak langsung waktu bermain pada anak juga berkurang karena dibatasi orangtuanya dan juga berupaya untuk memperbanyak istirahat agar mempercepat kesembuhan. Anak hanya diperbolehkan melakukan aktifitas yang tidak sederhana dan tidak banyak mengeluarkan energi seperti menonton, membaca buku cerita dan lain-lain yang dilakukan diatas tempat tidur. Selain itu anak juga memerlukan permainan untuk menghibur dirinya guna mempercepat proses penyembuhan, akan tetapi orang tua terkadang tidak sempat membawakan permainan untuk anaknya ketika dirawat dirumah sakit dan terkadang hanya berfokus pada kebutuhan sandangnya saja. Para orangtua seakan lupa bahwa bermain juga penting untuk anak agar cepat dalam proses penyembuhan (Diani Octaviyanti Handajani dkk, 2019). Tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi dapat diatasi dengan terapi bermain karena dengan bermain anak akan memperoleh kesenangan yang dapat menghilangkan stress dan membuat anak lebih kooperatif (Thalia Kusmia A dkk, 2019).

Pada anak usia prasekolah biasanya memiliki perkembangan kreativitas dan sosialisasi yang tinggi sehingga sangat dibutuhkan permainan-permainan yang bisa mengembangkan kemampuan anak untuk berbahasa, kecerdasan, menumbuhkan

sportifitas, pengontrolan emosi, motorik kasar dan halus. Jenis permainan yang dibutuhkan pada anak usia prasekolah seperti rumah, buku gambar, majalah anak-anak, alat gambar, kertas untuk melipat, gunting, air, roleplay/drama dan puzzle (Hidayat, 2009 dalam Indah Christiana dan Rina Hafhari, 2018).

Upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi kecemasan yaitu mengurangi penyebab stress melalui cara mencegah atau mengurangi waktu perpisahan dengan orangtua, rasa takut anak, dan menunjukkan empati serta memberikan permainan pada anak (I Made Mertajaya, 2019). Terapi bermain bisa membuat anak gembira dan senang yang membuat anak tetap kooperatif selama menjalani hospitalisasi (Apriza, 2017). Menurut Schaefer (2003) dalam Haryadi, (2019) bermain dirumah sakit dapat membantu aktivitas sensori motorik, kognitif pada anak dalam proses sosialisasi dan komunikasi antar keluarga, perawat, dan sebagainya. .

Maka dari itu bermain berperan penting dalam asuhan keperawatan selama masa perawatan. Salah satu permainan yang cocok untuk anak prasekolah adalah *puzzle*. *Puzzle* merupakan sebuah permainan yang dapat menarik perhatian anak, melalui *puzzle* juga anak akan belajar sesuatu yang rumit serta bagaimana *puzzle* ini akan tersusun dengan benar dan meningkatkan daya pikir anak dan konsentrasi anak (Diani Octaviyanti Handajani dkk,2019). *Puzzle* adalah permainan berupa merangkai keping-kepingan yang menggunakan kesabaran dan ketekunan dalam merangkainya. Oleh karena itu, metode terapi bermain *puzzle* digunakan sebagai media selama anak usia prasekolah perawatan di rumah sakit yang bertujuan untuk mengurangi dampak hospitalisasi akibat prosedur keperawatan karena permainan ini mudah dan tidak membutuhkan energi yang banyak dan perlahan mengalihkan rasa cemas serta anak juga terbiasa bersikap tenang, tekun dan sabar dalam menyelesaikan sesuatu (Lisbet Octovia Manalu dkk, 2018).

Peran perawat dalam mengurangi kecemasan yang dirasakan anak akibat hospitalisasi juga sangat diperlukan supaya anak lebih kooperatif, mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan baru dan tidak menimbulkan penurunan sistem imun lainnya (I Made Mertajaya, 2019).

Mengingat pentingnya terapi bermain untuk anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi maka penulis tertarik untuk melakukan studi literatur untuk mengetahui pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Studi literatur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi

1.2.2 Tujuan Khusus

- Memahami penelitian/artikel terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi
- Menelaah hasil penelitian terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi
- Dirumuskannya rekomendasi hasil penelitian pemberian terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi

1.3 Manfaat Penelitian

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

a. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi standar/pedoman terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi dengan terapi bermain *puzzle*

b. Bagi Perawat

Pedoman kerja bagi perawat dalam melakukan implementasi terapi bermain *puzzle*

Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

- Evidence Base Nursing Practice implementasi terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi pada pasien kejang demam
- Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode terapi bermain *puzzle* atau implementasi keperawatan lainnya dalam penurunan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi

2. METODE PENELITIAN

Studi literatur yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan meringkas dan menganalisis dari artikel terkait dan hasil penelitian studi literatur ini disampaikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian melalui 5 artikel/sumber terkait prioritas yang berhubungan dengan topik/masalah terapi bermain *puzzle* dalam penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah dengan hospitalisasi. Artikel/sumber yang terkait dalam penelitian ini diperoleh dari pencarian pada sumber data melalui Google Scholar dan Researchgate dan diperoleh 20 artikel. Setelah mendapat 20 artikel, peneliti akan menelusuri atau mendalaminya, lalu peneliti memilih 10 artikel prioritas yang berhubungan dengan topik atau masalah riset penelitian. Pada 10 artikel prioritas itu, selanjutnya peneliti akan memilih 5 artikel sebagai artikel yang kemudian dianalisis untuk memenuhi tujuan penelitian yang dikembangkan peneliti. Dari 5 artikel ini diperoleh melalui artikel publikasi dari Indah, et al (2018), Thalia, et al (2019), Hariyadi (2019), Diani, et al (2019), dan Denni, et al (2019) artikel terlampir secara full teks.

Tabel 1

Artikel Review Literatur Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi

Peneliti dan judul penelitian	Tujuan penelitian	Design	Sampling	Sumber Artikel
Indah Christiana, Rina Hafsari (2018) Hubungan Terapi Bermain <i>Puzzle</i> dengan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Akibat Hospitalisasi di RSUD Blambangan Tahun 2017	Untuk mengetahui hubungan terapi bermain <i>puzzle</i> dengan tingkat kecemasan anak usia prasekolah	<i>Pre-experimental</i>	Teknik <i>Total Sampling</i>	Google Scholar
Thalia K.A.S, Amatus Y.I, Heriyana A (2019) Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> terhadap	Untuk mengetahui pengaruh terapi bermain <i>puzzle</i> terhadap tingkat kecemasan	<i>Eksperimental</i>	Teknik <i>Accidental Sampling</i>	Garuda Jurnal

Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi, di Ruang Anak RSUD Kota Kotamobagu				
Haryadi (2019) Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun) di RSUD Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo	Untuk mengetahui pengaruh terapi bermain terhadap tingkat kecemasan	<i>Eksperimental Research</i>	Teknik <i>purposive sampling</i>	Garuda
Diani O.H, Nourma Y, Erni M (2019) Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi di RS Bhakti Rahayu Surabaya?	Untuk mengetahui penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain <i>Puzzle</i>	<i>Pre-Eksperimental</i>	Teknik <i>Accidental Sampling</i>	Google Scholar
Denni F, Vinny W.A, Ani R (2019) Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah pada Saat Hospitalisasi di Ruang Anak Rs Bhayangkara Sartika Asih	Unuk mengetahui pengaruh terapi bermain <i>puzzle</i> terhadap tingkat kecemasan	<i>Pre-eksperimen</i>	Teknik <i>Purposive Sampling</i>	Researchgate

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Artikel pertama di RSUD Blambangan 2017. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan terapi bermain *puzzle* dengan tingkat kecemasan anak usia prasekolah (3-5 tahun) karena dirawat di Rumah Sakit Blambangan Banyuwangi pada tahun 2017. Terdapat 30 sampel anak usia 3-5 tahun yang mengalami kecemasan ringan-berat dalam penelitian ini. Desain penelitian ini menggunakan pre-experimental with one group pre-posttest. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *total sampling*, dimana jumlah sampel sama dengan populasi yang terbagi dalam beberapa karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, sebelum diberi terapi bermain *puzzle*, dan tingkat kecemasan setelah diberi terapi bermain *puzzle*. Tingkat kecemasan awal dinilai dengan observasi respon responden dan dikelompokkan dengan diagram tingkat

kecemasan. Terapi bermain *puzzle* diterapkan pada responden dengan tingkat kecemasan berat, kecemasan sedang, dan kecemasan ringan yang menggunakan *puzzle* bergambar karakter. Selama intervensi dilakukan Responden dengan usia 3 tahun masih belum bisa berjauhan dari orangtuanya, selain itu respondeng yang berjenis kelamin perempuan juga lebih banyak mengalami kecemasan dikarenakan responden cenderung mudah menangis.

Setelah dilakukan intervensi, tingkat kecemasan diobservasi kembali dan dicatat di diagram tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi bermain *puzzle*. Hasil dari analisa hubungan terapi bermain *puzzle* dengan tingkat kecemasan yang mengalami hospitalisasi pada eksperimental sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* anak mengalami tingkat kecemasan berat ada 17 responden (57%) yang terdiri atas anak usia 3 tahun 8 responden, usia 4 tahun sebanyak 7 responden, serta usia 5 tahun ada 2 responden

, kecemasan sedang ada 9 responden (30%), dan kecemasan ringan ada 4 responden (13%). Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* terdapat 87% (26 responden) mengalami penurunan tingkat kecemasan yang terdiri dari 10 responden dengan kecemasan berat menjadi kecemasan sedang, 1 responden kecemasan berat menjadi kecemasan ringan, dan 15 responden kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. Selain itu 4responden kecemasan ringan tetap pada kategori kecemasan ringan. Dari hasil yang telah dilakukan baik dari sebelum intervensi dan setelah dilakukan intervensi diperoleh dengan hasil uji statistik teradapat rata-rata 13,5 angka sebelum serta setelah dilakukan intervensi yaitu dengan hasil *significancy* $P = 0,000 < 0,05$. Dari hasil penelitian didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan tingkat kecemasan dari kategori berat menjadi kecemasan ringan setelah dilakukannya terapi bermain *puzzle*.

Artikel kedua di Ruang Anak RSUD Kota Kotamobagu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi di ruang anak RSUD Kota Kotamobagu. Desain yang digunakan adalah *pre-experimental desgin* dengan rancangan *one pretest-posttest group*. Dalam penelitian ini sebanyak 30 pasien anak sebagai sampel yang menggunakan *Accidental Sampling* dengan Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*. *Accidental Sampling* dilakukan dengan mengambil responden yang kebetulan ada atau yang sedang dirawat sesuai dengan kriteria penelitian. Responden yang menjadi sampel antara lain berdasarkan distribusi umur, jenis kelamin, tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi bermain *puzzle*, frekuensi berdasarkan tingkat kecemasan, dan perbedaan sebelum dan sesudah di berikan terapi. Terapi bermain *puzzle* memungkinkan anak dalam ekspresi perasaan termasuk kecemasan, ketakutan dan perasaan kehilangan kontrol selama anak mengalami hospitalisasi.

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 30 responden berdasarkan distribusi umur terdapat anak usia 3 tahun 12 responden (40%), usia 4 tahun 10 responden (33,3%), usia 5 tahun 2 responden (6,7%), usia 6 tahun 6 responden (20%). Berdasarkan distribusi jenis kelamin terdapat 14 responden laki-laki dan 16 responden perempuan. Berdasarkan frekuensi tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* terdapat 2 responden (6,7%) dengan kecemasan ringan, 6 responden (20%) kecemasan sedang, dan 22 responden (73,3%) kecemasan berat.

Setelah diberikan terapi bermain *puzzle* terjadi penurunan tingkat kecemasan, terdapat 22 responden (73,3%) dengan kecemasan sedang dan kecemasan ringan sebanyak 8 responden (26,7%). Hal ini diperkuat dengan pendapat yang dikemukakan Supartini (2012) terapi bermain dapat mengurangi dampak dari anak yang mengalami hospitalisasi, permainan yang disebut dengan terapeutik yaitu didasari pandangan bahwa bermain merupakan aktivitas sehat sehingga diperlukan untuk tumbuh kembang anak dan menggali, mengekspresikan perasaan atau pikiran anak, mengalihkan rasa nyeri dan aktivas untuk relaksasi anak. Adapun hasil dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* terdapat pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan anak usia prasekolah di ruang anak RSUD Kota Kotamobagu P Value sebesar 0,000 atau lebih kecil dari nilai α 0,05. Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan adanya pengaruh setelah diberikan terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Artikel 3 penelitian Hariyadi (2019) yang berjudul Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) di RSUD Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi bermain terhadap pengalihan rasa cemas akibat hospitalisasi pada anak yang dirawat. Desain pada penelitian ini adalah *experimental research design*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*. Adapun instrumen dalam penelitian yang dilakukan antara lain kuesioner (daftar pertanyaan) yang mencakup hal-hal yang akan diamati, formulir observasi, dan formulir-formulir lain yang terkait dengan pencatatan data yang kemudian data yang dihasilkan akan dianalisis secara deskriptif berupa frekuensi dan persentase dan selanjutnya akan dilakukan pengujian hipotesis dengan uji *wilcoxon*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 19 responden terdiri dari anak usia 3 tahun ada 5 responden (26,3%), usia 4 tahun ada 5 responden (26,3%), usia 5 tahun ada 6 responden (31,8%), dan usia 6 tahun ada 3 responden (15,8%) serta berjenis kelamin laki-laki ada 8 responden (42,1%), perempuan ada 11 responden (57,9%). Setelah dilakukan penelitian, didapat hasil tingkat kecemasan yang semula diukur dalam tingkat kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. Dibuktikan dari hasil uji *wilcoxon* dengan derajat kemaknaan terdapat 95% diperoleh $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$) yang

berarti bahwa terjadinya penurunan tingkat kecemasan anak secara signifikan, sebelum diberikan terapi tingkat kecemasan ringan sebanyak 1 responden (5,3%), kecemasan sedang sebanyak 14 responden (73,7%), dan kecemasan berat sebanyak 4 responden (21%) dan setelah diberikan terapi bermain *puzzle* didapat tingkat kecemasan menjadi kecemasan ringan sebanyak 15 responden (78,9%) dan kecemasan sedang sebanyak 4 responden (21,1%).

Berdasarkan hasil penelitian Hariyadi (2019) yang menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh terapi bermain *puzzle* dalam penurunan tingkat kecemasan karena dalam penelitian terapi bermain diberikan dalam upaya untuk mengurangi rasa cemas yang timbul saat anak mengalami hospitalisasi. Sebagaimana menurut Prasetyo (2009) dalam Hariyadi (2019) bermain adalah hak utama anak yang bisa berpengaruh dalam emosi, mental, dan intelektual. Oleh karena itu permainan *puzzle* merupakan salah satu permainan sederhana yang dapat dimainkan dengan cara bongkar pasang sehingga gangguan emosi yang terjadi pada anak yang mengalami hospitalisasi bisa dihilangkan dengan rasa senang yang dirasakan pada saat anak bermain dan pada saat bermain anak bisa belajar atau memahami sesuatu, mewujudkan imajinasi mereka dalam memasang *puzzle*, dan merangsang perkembangan anak dalam berkreasi yang dapat mengalihkan rasa cemas yang dialaminya.

Artikel 4 penelitian Diani, dkk (2019) dengan judul Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi di RS Bhakti Rahayu Surabaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle*. Penelitian yang dilakukan peneliti merupakan penelitian analitik observasional yaitu menggunakan desain pra eksperimental *on group pra-post test design* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab dan akibat terapi bermain yang digunakan dengan melibatkan satu kelompok subjek, kemudian kelompok subjek tersebut diobservasi sebelum dilakukan tindakan intervensi dan sesudah dilakukannya intervensi oleh peneliti. Terdapat 30 anak yang memenuhi kriteria inklusi sebagai responden pada penelitian. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner dan skala ukur kecemasan *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS). Dari pengukuran kecemasan yang telah dilakukan dalam penelitian ini didapat 30 responden dengan usia 3 tahun ada 9 anak (30%), usia 4 tahun ada 7 anak (23,3%), usia

5 tahun ada 7 anak (23,3%), anak usia 6 tahun ada 7 anak (23,3%), dengan berjenis kelamin laki-laki ada 16 anak (53,3%) dan perempuan ada 14 anak (47,7%). Hasil dari observasi menggunakan skala *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS) sebanyak 6 anak (20%) yang normal dan 24 anak (80%) mengalami kecemasan. Hal tersebut terjadi dikarenakan ruang gerak anak yang terbatas saat dirawat sehingga mengalami kecemasan dan ketakutan terhadap lingkungan baru serta memperlambat waktu penyembuhan pada anak. Oleh karena itu, terapi bermain diberikan untuk menghilangkan rasa cemas anak saat mengalami hospitalisasi. Menurut Smith dan Pellegrini (2008) dalam Diani dkk (2019) bermain merupakan salah satu cara untuk menyenangkan karena akan membawa efek positif yaitu tersenyum dan tertawa saat menikmati sebuah permainan.

Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* pada responden diperoleh hasil terdapat sebanyak 19 anak (63,3%) dengan keadaan normal dan 11 anak (36,7%) dengan keadaan cemas. Dari hasil tersebut menunjukkan terjadi penurunan yang cukup signifikan pada jumlah anak yang mengalami kecemasan setelah diberikan terapi bermain *puzzle*. Dapat diketahui bahwa terapi bermain tersebut memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Adapun hasil uji *Mc Nemar* diperoleh *p value* = 0,002 maka $p < \alpha$ 0,05 yang berarti ada pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di RS Bhakti Rahayu Surabaya.

Artikel 5 penelitian Denni, dkk (2019) dengan judul Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah pada Saat Hospitalisasi di Ruang Anak Rs Bhayangkara Sartika Asih. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan pada saat hospitalisasi di Ruang Anak Rs Bhayangkara Sartika Asih. Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Pengambilan sample pada penelitian yang dilakukan menggunakan metode *nonprobability* yaitu *purposive sampling* dengan kriteria inklusi anak yang mengalami kecemasan ringan, sedang, berat, anak yang dirawat inap lebih dari 3 hari, memiliki tingkat kesadaran yang baik, dan anak yang diizinkan orang tua menjadi responden dalam penelitian ini. Instrumen yang digunakan yaitu *Facial Image Scale* (FIS) untuk pengukuran tingkat kecemasan anak, *Standar Operasional Prosedur* (SOP) bermain *puzzle*, dan *puzzle* anak usia 3-4 tahun dengan 3-8 keping dan anak yang

berusia 5-6 tahun sebanyak 9-16 keping. Penelitian ini dilakukan peneliti dengan dibantu oleh seorang enumerator yang mencatat hasil *posttest*. Hal pertama yang dilakukan yaitu memberi *informed consent* kepada keluarga responden yang telah dipilih, lalu mengidentifikasi anak yang mengalami kecemasan menggunakan *Facial Image Scale* (FIS) sebagai data *pretest* sebelum melakukan tindakan intervensi, selanjutnya pemberian terapi bermain *puzzle* selama 10-15 menit, kemudian ukur kembali tingkat kecemasan anak dengan *Facial Image Scale* (FIS) sebagai data *posttest* yang dicakup dalam tabel. Analisa data yang digunakan oleh peneliti yaitu analisa data univariat dan analisa data bivariat. Analisa data univariat menggunakan distribusi frekuensi dalam bentuk tabel dan analisa bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

Tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* terdapat anak dengan cemas ringan sebanyak 15 responden (50%), cemas sedang sebanyak 9 responden (30%), dan sangat cemas sebanyak 6 responden (20%). Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* didapatkan hasil yang menunjukkan penurunan tingkat kecemasan menjadi sangat tidak cemas sebanyak 17 responden (56,7%), tidak cemas sebanyak 11 responden (36,7%), dan cemas ringan 2 responden (6,6%). Dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penelitian yang telah dilakukan adanya pengaruh diberikannya terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi dengan hasil uji statistik *Wilcoxon* didapatkan adanya pengaruh terapi bermain *puzzle* dengan *P value* $0,000 < \alpha$ (0,05).

3.2 Pembahasan

Hospitalisasi adalah berbagai kejadian yang timbul karena anak mengalami traumatik selama masa perawatan di rumah sakit dari masa pengobatan sampai anak pulang kerumahnya (Indah Christiana dan Rina Hafsa, 2018). Hospitalisasi juga membuat anak harus beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yang akan menjadikan stressor pada anak serta menimbulkan ketakutan saat anak perawatan di rumah sakit (Saputra, 2017).

Dampak dari hospitalisasi yang dialami anak usia prasekolah yaitu mengganggu dalam tumbuh kembang anak dan menghambat proses pemulihan pada anak (Wong, 2009 dalam I Made Mertajaya, 2019). Anak juga memiliki keterbatasan pemahaman dan mekanisme koping untuk membantu mereka menyelesaikan yang terjadi sehingga anak akan mudah menangis,

rewel, tidak ingin berpisah dengan orang tua, takut akan mengalami cedera tubuh dan nafsu makan menurun (Diani Octaviyanti Handajani dkk, 2019). Hal tersebut merupakan respon fisiologi dari anak yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi.

Tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi dapat diatasi dengan terapi bermain (Thalia Kusmia A dkk, 2019). Terapi bermain bisa membuat anak gembira dan senang yang membuat anak tetap kooperatif selama menjalani hospitalisasi (Apriza, 2017). Menurut Schaefer (2003) dalam Haryadi, 2019) bermain dirumah sakit dapat membantu aktivitas sensori motorik, kognitif pada anak dalam proses sosialisasi dan komunikasi antar keluarga, perawat, dan sebagainya.

Oleh karena itu salah satu permainan yang cocok untuk anak prasekolah adalah *puzzle*. *Puzzle* juga merupakan sebuah permainan yang menarik dapat menarik perhatian anak, melalui *puzzle* anak akan belajar sesuatu yang rumit serta bagaimana *puzzle* ini akan tersusun dengan benar. *Puzzle* juga meningkatkan daya pikir anak dan konsentrasi anak (Diani Octaviyanti Handajani dkk, 2019). Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menjadi pendukung tentang keberhasilan terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan yang menunjukkan dampak positif dalam mengatasi kecemasan anak (Hahlweg, 2010) dalam Indah Christiana dan Rina Hafsa (2018). Dengan begitu semakin sering anak bermain maka rasa cemas serta ketakutan yang dirasakan lambat laun akan menurun ((Diani Octaviyanti Handajani dkk, 2019).

Dari hasil penelitian Indah, dkk (2018) yang dilakukan di RSUD Blambangan, terdapat pengaruh dari terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Sebelum intervensi dan setelah dilakukan intervensi diperoleh hasil uji statistik terdapat rata-rata 13,5 angka sebelum serta setelah dilakukan intervensi yaitu dengan hasil *significancy* $P = 0,000 < 0,05$. Hasil rata-rata didapat dari data sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* anak mengalami tingkat kecemasan berat ada 17 responden (57%), kecemasan sedang ada 9 responden (30%), dan kecemasan ringan ada 4 responden (13%). Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* terdapat 87% (26 responden) mengalami penurunan tingkat kecemasan yang terdiri dari 10 responden dengan kecemasan berat menjadi kecemasan sedang, 1 responden kecemasan berat menjadi kecemasan ringan, dan 15 responden

kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. Selain itu 4 responden kecemasan ringan tetap pada kategori kecemasan ringan.

Begitu juga dengan penelitian yang telah dilakukan Thalia, dkk (2019) di Ruang Anak RSUD Kota Kotamobagu. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh secara signifikan terapi bermain *puzzle* dalam menurunkan tingkat kecemasan yang didapat dari uji *wilcoxon* yaitu P-Value sebesar 0,000 atau lebih kecil dari nilai α 0,05. Sependapat dengan Kaluas dkk, (2015) dalam Thalia, dkk (2019) bahwa pemberian terapi bermain lebih baik dibandingkan dengan yang lainnya terhadap penurunan tingkat kecemasan dikarenakan permainan yang memiliki nilai terapeutik serta didasari pandangan bermain bagi anak merupakan kegiatan yang sehat dan memungkinkan anak dapat mengekspresikan perasaannya, termasuk kecemasan dan ketakutan selama masa perawatan.

Mengenai hal tersebut, pada penelitian Haryadi (2019) di RSUD Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo. Kecemasan anak dinilai menggunakan instrumen berupa kuesioner, formulir observasi, dan formulir-formulir lain yang berkaitan dengan data yang akan diambil. Pemberian terapi bermain *puzzle* yang diberikan pada anak yang mengalami hospitalisasi didukung dengan pendapat Prasetyono (2009) bermain merupakan hak anak yang berpengaruh dalam emosi, mental dan intelektual anak. Maka kecemasan dapat diatasi dengan permainan yang diciptakan memperoleh kesenangan sehingga emosi anak stabil dan terapi pengobatan selama perawatan akan berhasil.

Pada penelitian Diani, dkk (2019) di RS Bhakti Rahayu Surabaya memperoleh hasil yang berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan yang dialami anak. Menurut hasil observasi tidak adanya area bermain di rumah sakit menyebabkan anak mengalami hospitalisasi yang membuat anak tidak kooperatif dan memperlambat penyembuhan. Dengan orangtua yang membatasi ruang gerak anaknya yang membuat anak stress dan merasa terancam di lingkungan barunya. Terdapat beberapa cara yang bisa menurunkan tingkat kecemasan tersebut. Semakin sering anak bermain maka ketakutan yang dialami dapat berkurang sehingga anak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru selama masa perawatannya.

Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Denni, dkk (2019) di Ruang Anak Rs Bhayangkara Sartika Asih yang menggunakan *Facial Image Scale* (FIS) saat mengobservasi anak yang mengalami kecemasan diperoleh anak dengan cemas ringan sebanyak 15 responden (50%), cemas sedang sebanyak 9 responden (30%), dan

sangat cemas sebanyak 6 responden (20%). Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* didapatkan hasil yang menunjukkan penurunan tingkat kecemasan menjadi sangat tidak cemas sebanyak 17 responden (56,7%), tidak cemas sebanyak 11 responden (36,7%), dan cemas ringan 2 responden (6,6%). Dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penelitian yang telah dilakukan adanya pengaruh diberikannya terapi bermain *puzzle* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi.

Berdasarkan hasil penelitian serta teori oleh peneliti lain di atas menunjukkan bahwa terapi bermain *puzzle* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi dikarenakan terapi bermain *puzzle* merupakan permainan yang praktis dilakukan selama masa perawatan yang dapat mengilangkan rasa ketakutan anak terhadap lingkungan baru. Terapi bermain *puzzle* juga dapat digunakan di fasilitas kesehatan lainnya sebagai terapi komplementer pada anak mengalami hospitalisasi dan mencegah stress yang memperlambat proses penyembuhan anak ketika sakit yang bisa menyebabkan kematian pada anak. Dengan begitu perawat atau petugas kesehatan lainnya juga dapat mengedukasi dan memberikan informasi terkait pada masyarakat untuk menerapkan terapi tersebut sebagai penanganan yang dilakukan ketika anak mengalami kecemasan pada saat hospitalisasi.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1 Simpulan

4.1.1 Terdapat 5 (lima) artikel yang memiliki relevansi atau hubungan dengan terapi bermain *puzzle* dalam penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi

4.1.2 Terapi bermain *puzzle* mampu menurunkan tingkat kecemasan berupa dari tingkat kecemasan berat menjadi kecemasan sedang, tingkat kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan, dan tingkat kecemasan ringan menjadi keadaan normal (tidak cemas).

4.1.3 Terapi bermain *puzzle* yang diimplemtasikan dalam artikel yang bervariasi dalam pelaksanaan, sehingga membutuhkan kajian tentang terapi bermain *puzzle* standar untuk penurunan tingkat kecemasan

4.2 Saran

4.2.1 Bagi fasilitas pelayanan kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi pedoman terhadap penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah

yang mengalami hospitalisasi dengan terapi bermain *puzzle*

4.2.2 Bagi pengembangan keilmuan

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan menambah wawasan dalam penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi

4.2.3 Bagi penelitian selanjutnya

Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode terapi bermain *puzzle* atau implementasi dalam penurunan tingkat kecemasan

RSUD Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo. *Tunas-Tunas Riset Kesehatan* , 369-373.

Lisbet Octavia Manalu, B. S. (2018). Bermain Terapeutik *Puzzle* Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) Sebelum Pemberian Obat Intravena (Bulus). *Ilmiah Ilmu Kesehatan* , 239-241.

Mertajaya, I. M. (2019). Analisis Intervensi Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah di Ruang Cempaka Anak Rumah Sakit Pelni Jakarta. *JKFT : Universitas Muhammadiyah Tangerang* , 68.

Ni Ketut Mendri, A. S. (2017). *Asuhan Keperawatan pada Anak Sakit & Bayi Resiko Tinggi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Sholihah, A. A. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan tingkat Kecemasan Dental Sebelum Pencabutan Gigi Di Klinik pratama 24 jam Firdaus . *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta* , 16-18.

Sulistiyawati, W. W. (2017). Terapi Bermain Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia 3-6 tahun yang Mengalami Hospitalisasi. *Prosiding Hefa* , 427-428.

Thalia Kusmia A. Sulaeman, A. Y. (2019). Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi di Ruang Anak RSUD Kota Kotamobagu. *Stikes Graha Medika* , 18-24.

Winda Fitriani, E. S. (2017). Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) yang Menjalani Kemoterapi di ruang Hematologi Onkologi Anak. *Dunia Keperawatan* , 66-68.

DAFTAR PUSTAKA

Aprina, N. A. (2019). Terapi Bermain *Puzzle* pada Anak Usia 3-6 Tahun terhadap Kecemasan Pra Operasi. *Jurnal Kesehatan* , 291-292.

Claresta, L. J. (2016). Pengaruh konsumsi Cokelat Terhadap tingkat Kecemasan Mahasiswa Kedokteran Praujian. 18-20.

Denni Fransiska, V. W. (2019). Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah pada Saat Hospitalisasi di Ruang Anak Rs Bhayangkara Sartika Asih . *Ilmu Kesehatan* , 78-81.

Diani Octaviyanti Handajani, N. Y. (2019). Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi di RS Bhakti Rahayu Surabaya? *Manajemen Kesehatan Indonesia* , 198-204.

Eko Suryani, A. B. (2017). *Asuhan Keperawatan Anak Sehat Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Erna Setiawati, S. (2019). Pengaruh Terapi Bermain dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak sebagai Dampak Hospitalisasi di RSUD Ambarawa. *Indonesian Jurnal of Midwifery* , 18.

Hafsari, I. C. (2018). Hubungan Terapi Bermain *Puzzle* dengan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah (3-5 tahun) Akibat Hospitalisasi di RSUD Blambangan Tahun 2017. *Healthy* , 104-114.

Hariyadi. (2019). Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) di