

**PENGARUH TERAPI BERMAIN TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH SELAMA MASA HOSPITALISASI**

Oleh

Lindesi Yanti<sup>1</sup>, Dessy<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II/ Sriwijaya

Email : [dessy4553@gmail.com](mailto:dessy4553@gmail.com)

<sup>2</sup> Dosen DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II/ Sriwijaya

Email : [desirozak@gmail.com](mailto:desirozak@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hospitalisasi merupakan keadaan yang mengharuskan anak tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan karena suatu alasan yang berencana maupun kondisi darurat. Studi Literatur Ini Bertujuan Untuk Memperoleh Gambaran Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Selama Masa Hospitalisasi. Penelitian ini menggunakan studi literatur review yang menggunakan sumber literatur dalam bentuk buku, artikel ilmiah, khususnya yang terpublikasi. Dengan melakukan pencarian melalui google scholar, yang diterbitkan dari tahun 2016-2020. Kata kunci yang digunakan adalah Terapi Bermain AND Kecemasan AND Pra Sekolah AND Hospitalisasi. Dari penelitian Hasil Yang Didapat Setelah Melakukan Identifikasi Pemberian Terapi Bermain Bisa Menurunkan Kecemasan Yang Signitif Terhadap Kecemasan Sebelum Dan Susudah Diberikan Terapi Bermain. Adanya Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Selama Masa Hospitalisasi. Diharapkan Studi Literatur Ini Dapat Menambah Wawasan Pengetahuan Bagi Perawat Dan Orangtua Bahwa Dengan Pengaruh Terapi Bermain Dapat Menurunkan Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Selama Masa Hospitalisasi.

**Kata Kunci** : Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi Bermain

**ABSTRACT**

Hospitalization is a condition that requires a child to stay in the hospital, undergo therapy and treatment for a planned reason or an emergency. This literature study aims to obtain an overview of the effect of play therapy on reducing anxiety in pre-school children during the hospitalization period. This study uses a review literature study that uses literary sources in the form of books, scientific articles, especially published ones. By doing a search through google scholar, published from 2016-2020. The keywords used are Playing Therapy AND Anxiety AND Pre School AND Hospitalization. Based on 5 journals that have been reviewed, the results obtained after identifying and analyzing play therapy can reduce anxiety which is significant to anxiety before and after being given play therapy. There is an effect of play therapy on anxiety reduction in preschool children during hospitalization. It is hoped that this literature study can add to the knowledge of nurses and parents that the effect of play therapy can reduce anxiety in pre-school children during the hospitalization period.

**Keywords** : Hospitalization, Anxiety, Playing Therapy.

**1. PENDAHULUAN**

**1.1. Latar Belakang**

Berdasarkan data UNICEF jumlah anak usia prasekolah di 3 negara terbesar dunia mencapai 148 juta 958 anak dengan insiden anak yang dirawat di rumah sakit 57 juta anak setiap tahunnya dimana 75% mengalami trauma berupa ketakutan dan kecemasan saat menjalani perawatan (James, 2010). Di Amerika Serikat, diperkirakan lebih dari 5 juta anak menjalani hospitalisasi karena prosedur pembedahan dan lebih dari 50% dari jumlah tersebut, anak mengalami kecemasan dan stres (Pardede & Simamora, 2020). Berdasarkan data dari hasil survey Ekonomi SUSENAS (Survey Kesehatan Nasional) pada tahun 2014 angka kesakitan anak dikelompokkan menurut usia 0-4 tahun 25,8%, usia

5-12 tahun 14,91%, usia 13-15 tahun 9,1%, usia 16-21 tahun sebanyak 8,13%. Sedangkan berdasarkan survei kesehatan ibu dan anak tahun 2015 didapatkan hasil bahwa dari 1.425 anak mengalami dampak hospitalisasi. (Sari & Afriani, 2019).

Di Indonesia diperkirakan 35 per 1000 anak menjalani hospitalisasi (Purwandari, 2009). Prevalensi (angka kesakitan) gangguan kecemasan yang terjadi pada anak saat di rumah sakit berkisar pada angka 60-80% dari populasi umum (Sarifah, 2016). Di Indonesia jumlah anak usia prasekolah (3-5 tahun) berdasarkan Survei Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2011 sebesar 30,82% dari total penduduk Indonesia (Badan Perencanaan Nasional, 2011 dalam Haryani (2012). Diperkirakan 35 per 100 anak menjalani kecemasan saat menjalani perawatan di Rumah Sakit (Saputro et al.,

2017) Anak usia prasekolah di Indonesia yang menjadi sasaran dalam program pembangunan kesehatan berjumlah 9.259.388 anak dengan masing-masing laki-laki dan perempuan berjumlah 4.767.072 anak dan 4.492.316 anak. Jumlah tersebut merupakan jumlah yang tidak sedikit untuk mengupayakan anak-anak tersebut menjadi anak-anak yang memiliki kualitas baik. (Amalia et al., 2018).

Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum dialami oleh pasien anak yang sedang mengalami hospitalisasi. Kecemasan yang sering dialami seperti menangis, dan takut pada orang baru. Banyaknya stressor yang dialami anak ketika menjalani hospitalisasi menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak. Lingkungan rumah sakit dapat merupakan penyebab stress dan kecemasan pada anak (Sari & Afriani, 2019). Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum dialami oleh pasien anak yang mengalami hospitalisasi. Kecemasan yang sering dialami seperti menangis, dan takut pada orang baru. Banyaknya stressor yang dialami anak ketika menjalani hospitalisasi menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak. Lingkungan rumah sakit dapat merupakan penyebab stress dan kecemasan pada anak (Delfina, 2018).

Hospitalisasi adalah suatu proses yang menyebabkan seorang anak harus dirawat di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai akhirnya sembuh dari sakitnya dan pulang kembali ke rumah. Respon utama yang paling umum terjadi pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi adalah kecemasan yang akhirnya akan menimbulkan suatu perilaku maladaptif. Hal tersebut dikarenakan anak merasa takut kalau bagian tubuhnya akan cedera atau berubah akibat tindakan yang dilakukan kepada anak tersebut (Amalia et al., 2018). Sedangkan Kecemasan anak usia sekolah saat menjalani hospitalisasi adalah kecemasan akan kerusakan tubuh. Beberapa prosedur yang dilakukan selama hospitalisasi yang baik menimbulkan nyeri maupun tidak serta stressor yang berupa takut dan cemas jika tubuhnya terluka. (Mangundap, 2020). Dengan terapi bermain, diharapkan kecemasan anak segera menurun, sehingga dapat menjadikan anak lebih bekerjasama pada petugas kesehatan (Sari & Afriani, 2019).

Salah satu intervensi keperawatan anak untuk membantu mengurangi kecemasan anak sekolah selama menjalani hospitalisasi adalah terapi bermain. Bermain dapat membebaskan anak dari tekanan dan stress akibat situasi lingkungan. Saat bermain, anak dapat mengekspresikan emosi dan melepaskan dorongan yang tidak dapat diterima dalam bersosialisasi. Anak-anak bisa berekspressi dan mengungkapkan lebih banyak tentang dirinya dalam bermain, mengkomunikasikan beberapa kebutuhan, rasa takut dan keinginan yang tidak dapat mereka ekspresikan dengan ketrampilan bahasa mereka yang terbatas. Sehingga bermain

merupakan cara koping yang efektif untuk mengurangi kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Januarsih (2014) dalam Delfina, (2018) sebelum melakukan terapi bermain origami yaitu cemas berat sebanyak 11 responden (55,0%) dan cemas sedang 9 responden (45,0%), sedangkan setelah terapi bermain menunjukkan dari 20 responden frekuensi tertinggi anak dengan tingkat kecemasan berat, yaitu sebanyak 14 responden (70%) dan frekuensi terendah anak dengan tingkat kecemasan sedang, yaitu sebanyak 6 responden (30%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Katinawati, tentang kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi menunjukkan adanya perbedaan kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain, dimana sebelum diberikan terapi bermain 80% anak mengalami kecemasan sedang dan 20% anak mengalami kecemasan berat dan setelah diberikan terapi bermain 86.7% anak mengalami kecemasan ringan dan 13.3% anak mengalami kecemasan sedang (Katinawati, 2011 dalam Muhamad Idris, n.d.).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kooperatif yang signifikan pada anak usia pra sekolah yang dirawat antara sebelum dengan sesudah pemberian terapi bermain. Peran tenaga kesehatan dalam meminimalkan kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi sangat diperlukan agar anak dapat berperilaku kooperatif dan mudah beradaptasi dalam masa pemulihan anak. Intervensi yang dapat diberikan untuk mengurangi atau menghilangkan masalah kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi berupa terapi bermain. Terapi bermain memungkinkan anak untuk mengembangkan mekanisme penyelesaian masalah dan adaptasi yang diharapkan dapat menyediakan lingkungan yang aman sehingga anak bebas mengekspresikan ketakutan dan kecemasannya. Pemberian terapi bermain dapat menurunkan kecemasan sehingga dapat meningkatkan sikap kooperatif anak dalam masa pengobatan. Dengan terapi bermain anak juga akan memperoleh kesenangan dan kegembiraan sehingga membuat anak melupakan kecemasannya. (Amalia et al., 2018).

Berdasarkan fenomena latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi literatur (literatur review) dengan judul pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

## 1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan umum

Studi literatur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi penelitian / artikel pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.
- b. Menganalisis hasil penelitian pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.
- c. Dirumuskannya rekomendasi hasil pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

### 1.3. Manfaat Penelitian

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Bagi rumah sakit, hasil penelitian ini sebagai dasar pengembangan standar/ pedoman pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

2. Pedoman kerja bagi perawat dalam melaksanakan implementasi pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Evidence Base Nursing Practice implementasi pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

2. Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan design penelitian dengan menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, jurnal, artikel ilmiah khususnya yang terpublikasi yang merupakan hasil penelitian atau karya ilmiah sebelumnya. Literatur review adalah sebuah metode yang sistematis, eksplisit dan reproduksibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktis (Zulfikar, 2020 ). Penelitian ini merupakan penelitian naratif studi literatur yang menggambarkan hasil pengaruh terapi bermain

terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara neratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/ hasil penelitian yang relavan dengan topik/ masalah pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningsih et al., (2018) yang berjudul Pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan Anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang Edelweis rsud dr. M. Yunus bengkulu. Penelitian ini bertujuan Tujuan penelitian ini untuk mempelajari pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang Edelweis RSUD dr. M Yunus Bengkulu . Penelitian ini menggunakan desain pre test and post test. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia prasekolah yang dirawat di ruang Edelweis RSUD dr. M Yunus Bengkulu sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Accidental Sampling. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan sekunder.

Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Wilcoxon Sign Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan anak sebelum diberikan terapi bermain tergolong cemas sedang sebanyak 17 anak (56,7%) dan setelah diberikan terapi bermain tergolong cemas sedang sebanyak 22 anak (73,3%). Ada pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah di ruang Edelweis RSUD dr.M Yunus Bengkulu. Diharapkan kepada para perawat dapat meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya terapi bermain sebagai salah satu intervensi dalam memberikan asuhan keperawatan untuk membantu menurunkan kecemasan anak khususnya anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Erna Setiawati, 2019 Dengan judul Pengaruh Terapi Bermain dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak Sebagai Dampak Hospitalisasi di RSUD Ambarawa .Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain dalam menurunkan kecemasan sebagai dampak hospitalisasi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian One Group Pre test dan post test design . Penelitian ini dilakukan dengan sampel sebanyak 30 respondendengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji wilcoxon. Pada penelitian ini data yang diambil melalui lembar observasi pre-post. Pada penelitian ini karakteristik responden yang didapatkan yaitu mayoritas berjenis kelamin

perempuan 16 anak (53.3%) laki laki 14 anak (46.7%).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.

Dari Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang diberikan terapi bermain didapatkan hasil adanya penurunan kecemasan pada anak hospitalisasi sebelum dan sesudah. 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.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ria Setia Sari, S.Kep, Fina Afriani (2019 ). Dengan judul Terapi bermain clay terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh terapibermain clay terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di RSUD BalarajaTangerang. Penelitian ini menggunakan penelitianPraeksperimen dengan rancangan One Group Pretest Posttest.Penelitian ini lakukan dengan Sampel sebanyak 24 responden dengan menggunakan Total Sampling. Instrumen atau alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dibuat dalam bentuk kuesioner dan lembar observasi.Kuesioner yaitu berupa data demografi yang terdiri dari jenis kelamin dan lama rawat. Sedangkan dalam penelitian ini instrumen untuk variabel kecemasan adalah lembar observasi tentang tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang dirawat di RSUD Balaraja Tangerang.

Pada penelitian ini data yang diambil melalui lembar observasi pre-post. Proses penelitian berlangsung dari tanggal 30 Juli-12 Agustus 2019. Kemudian setelah data seluruh responden terkumpul dilakukan proses editing, coding dan proccessing yang selanjutnya di analisa dengan menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan SPSS versi

22. Dari dari 24 pasien dapat disimpulkan bahwa karakteristik jenis kelamin laki-laki lebih banyak dengan jumlah 15 responden (62,5 %) sedangkan perempuan sebanyak 9 responden (37,5 %), dan berdasarkan lama rawat anak di rumah sakit pasien anak yang dirawat  $\geq 3$  hari lebih banyak yaitu 14 responden (58,3%), dan untuk pasien anak yang dirawat  $\leq 3$  hari sebanyak 10 responden (41,7%). menunjukkan bahwa terlihat nilai mean sebelum dilakukan intervensi terapi bermain clay adalah 2,13 dimana lebih besar dari pada nilai mean sesudah terapi bermain clay yaitu 1,58 dan standar deviasi sebelum dilakukan intervensi terapi bermain clay adalah 0,537 dan sesudah dilakukan intervensi terapi bermain clay yaitu 0,584. Terdapat selisih (Negative Ranks) nilai kecemasan 13 responden pre test dan post test menunjukkan adanya penurunan dari nilai pre test dan post test. Sedangkan (Positive Ranks) pada nilai kecemasan yaitu 0 responden pre test dan post test. Serta terdapat kesamaan (Ties) nilai pre test dan post test yaitu 11. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa dapat diketahui nilai P value dari data tersebut adalah 0,000 ( $P<0,05$ ), maka ada pengaruh yang signifikan yaitu antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi bermain clay pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang dirawat di RSUD Balaraja.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Heri Saputro & Intan Fazrin (2017). Dengan judul Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi dengan Penerapan Terapi Bermain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan kecemasan anak yang di rawat di rumah sakit dengan pemberian terapi bermain. Penelitian dilaksanakan pada bulan mei sampai dengan bulan agustus 2017 di ruang Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah dr Soedomo Trenggalek. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Pre- Experiment serta menggunakan pendekatan One Group Pretest-posttest Design.Dalam pemilihan sampel,peneliti akan menggunakan teknik consecutive sampling yaitu dengan memasukkan semua subyek yang memenuhi kriteria pemilihan sampel sampai jumlah subyek penelitian yang diperlukan terpenuhi.

Dalam penelitian ini menggunakan SCAS (Spence Children's Anxiety Scale Parent Report) yang telah dimodifikasi dan dilakukan uji validitas konstruk) dan uji reabilitasterlebih dahulu di Rumah Sakit Umum Daerah Gambiran Kota Kediri serta telah mendapat persetujuan dariKomisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya.Data yang telah terkumpul, selanjutnya diuji normalitas dengan aplikasi SPSS yang menggunakan rumus Kolmogorov Smirnov. Setelah itu data dianalisis dengan aplikasi SPSS yang menggunakan rumus uji parametrik paired sample t test. Dari hasil pertama menunjukkan bahwa usia terbanyak yang mengalami kecemasan adalah anak yang berusia 4 tahun, dan merupakan anak kedua (23 anak), sedangkan dilihat

dari jenis kelaminnya, anak perempuan lebih banyak mengalami kecemasan daripada anak laki-laki. Kemudian ditinjau dari pengalaman masuk rumah sakit, yang paling banyak mengalami kecemasan adalah anak yang tidak pernah masuk rumah sakit sebelumnya yaitu 30 anak dan ditinjau dari jumlah saudara kandung yang dimiliki, anak yang tidak punya saudara kandung yang banyak mengalami kecemasan.

Dari hasil menunjukkan rata-rata perubahan skor kecemasan anak sebelum dan sesudah terapi bermain dengan keterlibatan orangtua. Analisis lebih lanjut menunjukkan ada perubahan yang bermakna antara rata-rata skor kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain dengan keterlibatan orangtua. Dengan kata lain secara signifikan terapi bermain dengan keterlibatan orangtua dapat menurunkan kecemasan anak sebesar 11,3922 dengan nilai  $p$  value sebesar 0,002 ( $p < 0,05$ ).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Marni, Retno Ambarwati, Fitria Nindya Hapsari (2018). Dengan judul pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah. Penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan jenis penelitian Quasy Experimental design dengan rancangan penelitian One Grup Pretest-Post test Design. Dalam penelitian ini, sebanyak 30 responden anak usia prasekolah. Variabel penelitian ini meliputi variabel independent dan variabel dependent. Variabel independent dalam penelitian ini adalah terapi bermain mewarnai, sedangkan variabel dependent dalam penelitian ini adalah penurunan kecemasan. Teknik sampling yang digunakan adalah Non Probability Purposive Sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dilakukan di TK Negeri Pembina Sidoharjo pada bulan April 2018.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan Kuesioner Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS) dan lembar observasi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, lembar observasi, kertas bergambar, pensil warna, dan alat tulis. Metode analisa data diolah menggunakan sistem komputerisasi. Penelitian ini dilakukan uji terhadap data sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain dengan uji statistika non parametrik Wilcoxon Signed Rank Test yaitu untuk mengetahui apakah terapi bermain mewarnai dapat menurunkan kecemasan. Penelitian ini menekankan pada etika yang meliputi Informed Consent (lembar persetujuan menjadi responden), Anatomy (tanpa nama), Confidentiality (kerahasiaan). Hasil dari 30 responden didapatkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah sesudah diberikan terapi bermain mewarnai yaitu 1 (3%) responden mengalami kecemasan berat, 10 (33%) responden mengalami kecemasan sedang, 18 (60%) responden mengalami kecemasan ringan, dan 1 (3%) responden tidak mengalami kecemasan.

Dari hasil menunjukkan bahwa skor kecemasan pada anak usia prasekolah sebelum diberikan terapi bermain mewarnai dengan nilai rata-rata 28,66667, nilai terendah atau minimum 15, dan nilai tertinggi atau maximum 42. Sedangkan skor kecemasan sesudah diberikan terapi bermain mewarnai dengan nilai rata-rata 20,1, nilai terendah atau minimum 13, dan nilai tertinggi atau maximum 34. Hasil uji statistika non parametrik dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan Hipotesis ( $H_a$ ) diterima yang berarti ada penurunan kecemasan dengan terapi bermain mewarnai pada anak usia prasekolah

### 3.2 Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil penelitian dari lima (5) artikel yang di dapatkan bahwa terjadi pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2018). Berdasarkan analisis Wilcoxon Sign Rank Test, ada pengaruh yang signifikan antara terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah di ruang Edelweis RSUD dr. M Yunus Bengkulu. Hasil dari Uji Wilcoxon Sign Rank Test pada responden menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan setelah perlakuan dimana didapat nilai  $Z = -2,814$  dengan  $p$ -value  $0,005 < 0,05$  berarti signifikan, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi ada pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah di ruang Edelweis RSUD dr. M. Yunus Bengkulu. Hasil penelitian sejalan dengan hasil penelitian Idris & Reza (2018) yang menunjukkan bahwa terapi bermain (mewarnai) efektif terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia pra sekolah (3-6 tahun) di Ruang Melati RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi. Berdasarkan penelitian Sari (2016) terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang dihospitalisasi di RSKIA PKU Muhammadiyah Kotagede Yogyakarta, dengan diberikannya terapi bermain mewarnai gambar pada anak yang dihospitalisasi menyebabkan adanya perubahan kecemasan yang bermakna jika dibandingkan dengan sebelum diberikan terapi bermain mewarnai gambar. Penelitian Mulyanti & Kusmana (2018) terhadap anak usia prasekolah yang dirawat di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa ada perubahan respon kecemasan anak sebelum diberi terapi bermain dan setelah diberi terapi bermain. Penelitian Kurniawati (2016) terhadap anak usia prasekolah yang dirawat di Bangsal Cempaka RSUD Wates menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan pada anak usia

prasekolah akibat hospitalisasi di ruang rawat inap anak (Cempaka) RSUD Wates.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Erna Setiawati, (2019). Dapat disimpulkan 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  $P\text{-value} = 0.003 < \alpha = 0.0$ . Menurut Adi Setiawan (2018) adanya terapi bermain diharapkan dapat mengurangi kecemasan yang ada sehingga diharapkan akan menurunkan lama hari perawatan di rumah sakit dan tingkat kecemasan anak terhadap tindakan perawatan yang dilakukan akan berkurang Anak yang sudah pernah mengalami hospitalisasi terlihat lebih mudah beradaptasi dengan tenaga kesehatan dibandingkan dengan anak yang baru pertama kali mengalami hospitalisasi. Pada anak hospitalisasi yang belum diberikan terapi bermain bisa saja anak mengalami kecemasan dan stress dimana hal itu diakibatkan karena adanya perpindahan, kehilangan control, ketakutan mengenai kesakitan pada tubuh, serta nyeri dimana kondisi tersebut belum pernah dialami sebelumnya dimana hal itu juga akan dapat menimbulkan gangguan perkembangan. Maka dari itu untuk mengurangi kecemasan pada anak kita bisa menggunakan terapi bermain agar anak mampu mengembangkan kreativitas sehingga anak dapat beradaptasi lebih efektif terhadap stress yang dialami.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Ria Setia Sari, S.Kep, Fina Afriani (2019). Hasil analisa univariat diketahui rata-rata nilai kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain clay adalah 2,13, median 2,00 dan standar deviasi 0,537. Nilai kecemasan terendah 1 dan tertinggi 3. Dengan kategori tingkat kecemasan sebagian besar berada pada kategori cemas sedang yaitu 17 responden (70,8%), sedangkan sebagian kecil berada pada kategori cemas ringan sebanyak 2 responden (8,3%), dan cemas berat sebanyak 5 responden (20,8%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa anak usia prasekolah yang menjalani rawat inap di rumah sakit memang mengalami kecemasan. Hasil analisa univariat diketahui rata-rata nilai kecemasan sesudah dilakukan terapi bermain clay adalah 1,58, median 2,00 dengan standar deviasi 0,584. Nilai kecemasan terendah 1 dan tertinggi 3. Dengan kategori tingkat kecemasan sebagian besar berada pada kategori cemas sedang yaitu 12 responden (50,0%) dan mengalami penurunan dari sebelum dilakukan terapi bermain yang menunjukkan 17 responden (70,8%). Keadaan ini menunjukkan adanya penurunan kecemasan pada anak setelah dilakukan tindakan terapi bermain clay. Menurut Sarifah, dkk (2016) Tingkat kecemasan anak setelah dilakukan terapi

bermain mengalami penurunan kecemasan ini disebabkan karena dengan bermain dapat membantu anak untuk mengekspresikan perasaannya melalui kegiatan bermain sehingga anak akan merasa lebih nyaman. Maka dari itu bermain juga dapat mengurangi ketegangan atau kecemasan anak, memberi efek rileks pada anak dan dapat menjadi alat distraksi pada saat anak dilakukan tindakan keperawatan, dan juga dapat menjadi alat distraksi terhadap orang asing atau lingkungan sekitar rumah sakit.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Heri Saputro & Intan Fazrin (2017). Dari hasil menunjukkan rata-rata perubahan skor kecemasan anak sebelum dan sesudah terapi bermain dengan keterlibatan orangtua. Analisis lebih lanjut menunjukkan ada perubahan yang bermakna antara rata-rata skor kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain dengan keterlibatan orangtua. Dengan kata lain secara signifikan terapi bermain dengan keterlibatan orangtua dapat menurunkan kecemasan anak sebesar 11,3922 dengan nilai p value sebesar 0,002 ( $p < 0,05$ ). Menurut Mangundap, (2020). Bermain adalah suatu aspek penting dari kehidupan anak dan salah satu alat paling efektif untuk menatalaksana stress. Karena sakit dan hospitalisasi menimbulkan krisis dalam kehidupan anak, dan karena situasi tersebut menimbulkan stress yang berlebihan. Terapi bermain yang dilakukan pada saat anak mengalami kecemasan dapat memfasilitasi anak untuk mengekspresikan perasaannya termasuk kecemasan, ketakutan kegelisahan dan rasa malu serta tidak kooperatif terhadap tindakan perawatan yang diberikan. Sehingga itu terapi bermain lebih efektif untuk menurunkan kecemasan agar anak bisa mengekspresikan diri mereka dan memperoleh kesenangan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marni, Retno Ambarwati, Fitriana Nindya Hapsari (2018). Hasil penelitian menunjukkan terjadinya penurunan kecemasan anak setelah diberikan terapi bermain mewarnai dari nilai rata-rata (mean) 28,66667 menjadi 20,1. Hal ini membuktikan terapi bermain mewarnai membantu mengurangi ketegangan atau kecemasan, menyebabkan efek rileks pada anak dan menjadi alat distraksi pada saat orang tua tidak menemani anak, distraksi terhadap lingkungan/orang asing. Dunia anak adalah dunia bermain. Dengan dilakukannya terapi bermain maka dapat meminimalkan atau menurunkan stres pada anak. Karena bermain merupakan aktivitas yang menyenangkan bagi anak-anak (Adriana, 2013). Oleh karena itu mengurangi kecemasan pada anak sangat diperlukan, karena selain membuat anak menjadi lebih kooperatif juga menjadikan anak lebih sehat dan cerdas. kondisi anak yang mengalami kecemasan berlebihan seperti tidak mau makan, sulit tidur, sering menangis, ketakutan akan lingkungan atau orang yang belum dikenal serta hilangnya

kebebasan bermain sudah tidak muncul lagi setelah diberikan kegiatan mewarnai.

Berdasarkan teori dari hasil penelitian diatas didapatkan bahwa terapi bermain lebih efektif menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain. Terapi bermain memungkinkan anak untuk mengembangkan mekanisme penyelesaian masalah dan adaptasi yang diharapkan dapat menyediakan lingkungan yang aman sehingga anak bebas mengekspresikan ketakutan dan kecemasannya. Pemberian terapi bermain dapat menurunkan kecemasan sehingga dapat meningkatkan sikap kooperatif anak dalam masa pengobatan. Dengan terapi bermain anak juga akan memperoleh kesenangan dan kegembiraan sehingga membuat anak melupakan kecemasannya. Kecemasan anak saat hospitalisasi juga dipengaruhi faktor pengalaman hospitalisasi anak tersebut. Anak yang sudah pernah mengalami hospitalisasi terlihat lebih mudah beradaptasi dengan tenaga kesehatan dibandingkan dengan anak yang baru pertama kali mengalami hospitalisasi. Terapi ini dapat digunakan perawat saat berada dirumah sakit dan dirumah untuk menurunkan kecemasan pada anak.

Dengan hal ini perawat juga bisa memberikan informasi atau melakukan edukasi pada ibu agar dapat melakukan penanganan jika anak mengalami kecemasan yang tinggi pada anak sehingga kondisi ini dilaksanakan maka akan ada penurunan kecemasan pada anak.

#### 4. SIMPULAN DAN SARAN

##### 4.1. Simpulan

4.1.1 Terdapat 5 (lima artikel) yang memiliki relevansi dengan aplikasi pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah selama masa hospitalisasi

4.1.2 Pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada usia pra sekolah karena bisa menurunkan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain

4.1.3 Pemberian terapi bermain yang diimplementasikan dalam artikel memiliki variasi dalam pelaksanaan, sehingga dibutuhkan kajian tentang metode terapi bermain untuk penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah

##### 4.2. Saran

Hasil penelitian menyarankan

4.2.1 Bagi fasilitas pelayanan kesehatan Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan pihak fasilitas kesehatan dan menjadikan teknik ini sebagai salah satu tindakan untuk menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah

4.2.2 Bagi penguembang keilmuan Penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan agar

diperoleh gambaran pengaruh terapi berapi terhadap penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah

##### 4.2.3 Bagi penelitian lanjutan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya dan dapat melakukan penelitian lanjutan dengan memodifikasi tentang pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada usia pra sekolah selama masa hospitalisasi sehingga menyempurnakan penelitian ini

#### DAFTAR PUSTAKA

Alfiyati, D., Hartiti, T., & Samiasih, A. (2012). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan An. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 35–44.

Amalia, A., Oktaria, D., & Oktavani. (2018). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah selama Masa Hospitalisasi. *Majority*, 7(2), 219–225.

COLIN, V., KERAMAN, B., MAYDINAR, D. D., & ECA, E. (2020). Pengaruh Terapi Bermain (Skill Play) Permainan Ular Tangga Terhadap Tingkat Kooperatif Selama Menjalankan Perawatan Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Di Ruang Edelweist Rsud Dr. M Yunus Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(1), 111–116. <https://doi.org/10.37676/jnph.v8i1.1008>

Delfina, R. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Media Kesehatan*, 10(2), 185–190. <https://doi.org/10.33088/jmk.v10i2.344>

Hulinggi, I., Masi, G., Ismanto, A. Y., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Ratulangi, U. S. (2018). Hubungan Sikap Perawat Dengan Stres Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Rsu Pancaran Kasih Gmim Manado. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).

Mangundap, S. A. (2020). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Sekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu The Influence of Therapeutic Play on The Anxiety of Hospitalized School – Age Children in the Catelia Room of Public Hos. *Lentora Nursing Journal*, 1(1), 1–5.

Muhamad Idris, M. R. (n.d.). sebesar 3.006 yang berarti tolak H. 583–592.

Ningsih, D. A., Sanisahuri, & Agustin, D. (2018). *Jurnal Sains Kesehatan* Vol. 25 No. 2 Agustus 2018. 26(2), 21–29.

Noverita, M. & M. (2018). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 3-5

- Tahun Yang Berobat Di Puskesmas Peukan Baro. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(2), 67–78.
- Pardede, J. A., & Simamora, M. (2020). Caring Perawat Berhubungan dengan Kecemasan Orangtua yang Anaknya Hospitalisasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(2), 171–178. <https://doi.org/10.37287/jppp.v2i2.93>
- Pawilayah, P., & Marlenis, L. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Mendongeng dengan Penurunan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 271–280. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.788>
- Pulungan, Z. S. A. (2018). Atraumatic Care Dengan Spalk Manakara Pada Pemasangan Infus Efektif Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Pra Sekolah. *Journal of Health, Education and Literacy*, 1(1), 24–32. <https://doi.org/10.31605/j-health.v1i1.149>
- Purbasari & Siska. (2019). Interaksi Ibu-Anak Dan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Selama Hospitalisasi Di Rs. Sumber Kasih Cirebon. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Retnani, A. D., Sutini, T., & Sulaeman, S. (2019). Video Kartun dan Video Animasi dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pre Operasi pada Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 332–341. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.837>
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit. In Sukarejo FORIKES.
- Saputro, H., Fazrin, I., Surya, S., & Husada, M. (2017). Penurunan tingkat kecemasan anak akibat hospitalisasi dengan penerapan terapi bermain. *Jurnal Konseling Indonesia*, 3(1), 9–12.
- Sari, R. S., & Afriani, F. (2019). Terapi Bermain Clay Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). *Jurnal Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i1.151>
- Silva, S. G. T. da, Santos, M. A., Floriano, C. M. de F., Damião, E. B. C., Campos, F. V. de, & Rossato, L. M. (2017). Influence of Therapeutic Play on the anxiety of hospitalized school-age children: Clinical trial. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 70(6), 1244–1249. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0353>
- Suryani, E., & Atik Badi'ah. (2017). *Asuhan Keperawatan ANAK SEHAT & BERKEBUTUHAN KHUSUS* (1st ed.). PUSTAKA BARU PRESS.
- Utami, Y. (2014). Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak. *Jurnal Ilmiah WIDYA*, 2(2), 9–20. [http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file\\_artikel\\_abstrak/Isi\\_Artikel\\_891255124583.pdf](http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_891255124583.pdf)
- Wager, E., & Wiffen, P. J. (2011). Ethical issues in preparing and publishing systematic reviews. *Journal of Evidence-Based Medicine*, 4(2), 130–134. <https://doi.org/10.1111/j.1756-5391.2011.01122.x>