

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 Hospital of Undata Palu

Selvi Alfrida Mangundap
Poltekkes Kemenkes Palu
(selvi.541.am@gmail.com)

ABSTRAK

Hospitalisasi adalah keadaan yang menyebabkan seseorang harus tinggal dirumah sakit untuk mendapatkan perawatan dan pengobatan. Salah satu akibat anak yang mengalami hospitalisasi adalah kecemasan. Kecemasan yaitu suatu respon emosional terhadap penilaian sesuatu yang dianggap membahayakan, dimana cemas sangat berkaitan dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Salah satu intervensi keperawatan anak untuk membantu mengurangi kecemasan anak sekolah selama menjalani hospitalisasi adalah terapi bermain. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh terapi bermain terhadap kecemasan anak usia sekolah saat hospitalisasi di ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu Tahun 2017. Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperiment* dengan *one group pre test and post test design*. Pada penelitian ini responden diberikan perlakuan bermain menggunakan model permainan bola kaki mini yang dirancang sendiri, proses pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah bermain. Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan sebelum diberikan terapi bermain dan sesudah dilakukan terapi bermain pada anak usia sekolah saat hospitalisasi di ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan anak usia sekolah sebelum dan sesudah bermain. Saran, perawat perlu memberikan terapi bermain sebagai salah satu paket dalam merawat pasien anak karena merupakan bagian dari tindakan mandiri.

Kata Kunci: Bermain; kecemasan; hospitalisasi; anak sekolah.

ABSTRACT

Hospitalization is a condition that causes a person to stay in hospital for treatment and treatment. One of the consequences of a hospitalized childhood anxiety. Anxiety is an emotional response to the assessment of something that is considered dangerous, where anxiety is closely related to the feelings of uncertainty and helplessness. One of the child nursing interventions to help reduce the anxiety of school children during hospitalization is play therapy. The purpose of this study is to know the effect of play therapy on school-age anxiety during hospitalization in the Catelia Room of Public Hospital of Undata Palu Area in 2017. This research design is quantitative research with quasi experiment design with one group pretest and posttest design. In this study respondents were given play treatment using a mini football game model which is self-designed, the process of data retrieval done before and after play. The results showed that there was a difference between anxiety before being played and playing therapy in the Catelia Room of General Hospital of Undata Palu. The conclusion of this study is that there is a difference between school-aged anxiety before and after play. Suggestions, nurses need to provide play therapy as one package in caring for pediatric patients as it is part of the independent action.

Keywords: playing; anxiety; hospitalization; schoolchildren.



PENDAHULUAN

Hospitalisasi adalah keadaan yang menyebabkan seseorang harus tinggal dirumah sakit untuk mendapatkan perawatan dan pengobatan. Hospitalisasi merupakan salah satu penyebab stres bagi anak, terutama disebabkan oleh perpisahan dari lingkungan, dan orang tua. Anak yang sedang sakit hampir selalu memperlihatkan sikap yang sangat mudah tersinggung, mudah cemas, marah-marah, agresif, penakut, curiga dan sensitive.¹

Salah satu akibat anak yang mengalami hospitalisasi adalah kecemasan. Kecemasan yaitu suatu respon emosional terhadap penilaian sesuatu yang dianggap membahayakan, dimana cemas sangat berkaitan dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan.² Kecemasan anak usia sekolah saat menjalani hospitalisasi adalah kecemasan akan kerusakan tubuh. Beberapa prosedur atau tindakan yang dilakukan selama hospitalisasi baik yang menimbulkan nyeri maupun tidak dan menimbulkan stressor yang berupa takut dan cemas jika tubuhnya terluka.³ Selain itu, peran orangtua yang baik juga dapat mengurangi dampak hospitalisasi pada anak.⁴

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 berekspresi 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.⁵ Sehingga bermain merupakan cara koping yang efektif untuk mengurangi kecemasan.³

Kebutuhan bermain anak usia sekolah penting untuk dipenuhi karena pada periode ini merupakan periode kritis dalam perkembangan konsep diri anak, sehingga kegagalan perkembangan tahap ini akan mengganggu konsep diri anak dikemudian hari. Bentuk permainan yang lebih kompleks pada anak usia sekolah adalah berinteraksi dengan teman sebaya, karena dapat berperan terhadap pertumbuhan hubungan sosial, intelektual, dan

keterampilan anak. Anak usia sekolah sangat tertarik dengan permainan papan atau kartu yang semakin rumit atau permainan monopoli dalam peningkatan keterampilan anak yang dimainkan dengan teman sebayanya.³

Berdasarkan data dari Rumah Sakit Umum daerah Undata Palu, Jumlah pasien yang dirawat diruang perawatan anak Catelia sejak bulan November 2016 sampai dengan bulan Agustus 2017 berjumlah 1.117 anak, dan dari data tersebut terdapat 307 (27,5%) anak usia sekolah. Dari 307 orang anak usia sekolah, terdiri dari jenis kelamin anak laki-laki 164 orang (53,4%) dan anak perempuan 143 orang (46,6%). Berbagai penyakit pada anak dirawat diruangan Catelia dan berdasarkan data yang diperoleh bahwa kasus penyakit terbanyak yaitu urutan kesatu; Diare, kedua ISPA dan ketiga Demam Thypoid. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bermain terhadap kecemasan anak usia sekolah saat hospitalisasi di ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu Tahun 2017.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperiment* dengan *one group pre test and post test design*. Penelitian ini telah dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu ruangan perawatan anak Catelia pada tanggal 2 sampai dengan 31 Oktober 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia sekolah yang dirawat di ruangan perawatan anak Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu pada bulan Oktober 2017. Sampel dalam penelitian berjumlah 24 orang anak usia sekolah yang dirawat dan yang memenuhi kriteria inklusi selama penelitian.

Data dikumpulkan dengan cara menilai *pre-post test*. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi yaitu yang berisi tentang reaksi atau perilaku anak usia sekolah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi bermain yang terdiri dari 10 item. Variabel bebas adalah terapi bermain sedangkan variabel terikat adalah kecemasan. Analisis statistik dari variabel penelitian ini adalah *paired sampel t test*.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi umur responden yang terbanyak adalah umur 7 tahun yaitu 7 orang responden (29,2%), dan umur responden 12 tahun berjumlah 0 responden (0,0%). Berdasarkan distribusi jenis kelamin responden yang berjenis kelamin laki-laki lebih banyak yaitu 16 orang responden (66,7%), dan berjenis kelamin perempuan 8 orang responden (33,3 %).

Tabel 1. Perbedaan rata-rata kecemasan anak usia sekolah sebelum dan sesudah terapi bermain di ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu Oktober 2017 (n=24)

	N	Mean	Std. Deviation	P value
<i>Pre test</i>				
<i>Post test</i>	24	1.333	1.404	0,000

Sumber : Data Primer, 2017

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel 1 diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan anak sebelum diberikan terapi bermain dan sesudah dilakukan terapi bermain. Hal ini dapat dilibat dari nilai sig. (probabilitas) $p = 0,000$ yang lebih kecil dari taraf nyata 5%, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi bermain terhadap kecemasan anak usia sekolah saat hospitalisasi.

PEMBAHASAN

Perawatan anak di rumah sakit memaksa anak untuk berpisah dengan lingkungan yang dicintainya, selain itu banyak rutinitas rumah sakit seperti; tirah baring yang di paksakan, penggunaan pispot, ketidakmampuan memilih menu, kurangnya privasi dan yang lainnya dapat menjadi ancaman langsung bagi rasa aman mereka. Berbagai perasaan yang sering muncul pada anak yaitu, cemas, marah, sedih, takut, dan rasa bersalah.³ Berkembangnya gangguan emosional jangka panjang dan tidak segera diatasi merupakan dampak dari hospitalisasi. Gangguan emosional tersebut terkait dengan lama dan jumlah masuk rumah sakit, dan jenis prosedur yang dijalani di rumah sakit.

Anak usia sekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi ditunjukkan

dengan kehilangan kontrol, kehilangan privasi dan kontrol fungsi tubuh, ketakutan pada hal yang menyakitkan dan prosedur infasif, dan ketakutan pada kematian. Kecemasan pada anak ini akan menyebabkan terganggunya tidur dan nafsu makan, dapat menyebabkan gangguan perkembangan dan dapat menunda proses pemulihan penyakit sehingga membuat hari rawatan menjadi lama.⁶ 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

Kecemasan yang dialami anak dapat dilihat dengan adanya perubahan-perubahan fisik seperti meningkatnya tekanan darah, nadi dan pernafasan. Gerakan-gerakan tidak terkontrol, telapak tangan lembab, gelisah, menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali, sulit tidur dan lain-lain.⁷

Selama anak dirawat di rumah sakit, anak mengalami perpisahan dengan keluarga, berada dilingkungan yang baru dan asing, dan karena kondisi kesehatan anak terganggu, menyebabkan anak tidak dapat melakukan aktivitasnya termasuk aktivitas bermain. Hal inilah yang dapat mengakibatkan kecemasan anak akan bertambah jika tidak dilakukan tindak untuk mengatasinya.

Bermain adalah salah satu intervensi keperawatan untuk meminimalkan dampak hospitalisasi. 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, maka anak perlu bermain untuk mengeluarkan rasa takut dan cemas yang mereka alami sebagai alat koping dalam menghadapi stress dan kecemasan tersebut, dengan bermain pada anak yang mengalami hospitalisasi dapat mendatangkan manfaat seperti menjauhkan anak dari ketakutan perpisahan, kehilangan pengendalian, dan cedera tubuh, mereka dapat bekerja dengan perasaan mereka tanpa ancaman, suasana yang nyaman dan sikap mereka yang paling alami.³

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan anak sebelum diberikan terapi

bermain dan sesudah dilakukan terapi bermain sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi bermain terhadap kecemasan anak usia sekolah saat hospitalisasi. Menurut asumsi peneliti aktifitas khusus berupa bermain sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak dan bermain sebagai fasilitas pemulihan emosional pada anak dalam menghadapi situasi sulit seperti hospitalisasi, dan bermain merupakan kebutuhan dasar dan psikologi serta dunianya. Terapi bermain dapat dilakukan pada anak selain usia sekolah, karena merupakan salah satu bentuk tindakan keperawatan dengan tujuan untuk membantu anak usia sekolah menangani permasalahan kesehatan selama dirawat di rumah sakit sebagai sarana untuk melepaskan diri dari ketegangan dan stress yang dihadapi selama hospitalisasi

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa pemberian terapi bermain yang dilakukan anak dengan teman sebayanya seperti permainan kartu, cerita bersambung, anatomi tubuh dan puzzle berpengaruh 66% efektif menurunkan kecemasan pada anak usia sekolah yang dirawat di Rumah Sakit Bayumas.⁸

Terapi bermain membebaskan anak dari konflik dan mengurangi efek akibat pengalaman traumatik. Terapi bermain dengan model yang berfokus pada hubungan mengandung beberapa unsur yang dapat menurunkan kecemasan anak saat hospitalisasi. Saat bermain anak mengekspresikan perasaannya sehingga anak dapat melepaskan ketegangan dan beradaptasi terhadap stressor. Akibat bermain ini merupakan strategi koping mekanisme sederhana untuk menghadapi kecemasan, seperti distraksi yaitu mengalihkan perhatian anak pada kegiatan yang disukainya yang bermanfaat untuk menurunkan kecemasan selama hospitalisasi sehingga anak akan memiliki sikap kooperatif selama menjalani perawatan di rumah sakit, terbukti saat penelitian berlangsung ada beberapa anak yang masih menjalani perawatan mendatangi penulis meminta sendiri untuk diberikan kesempatan lagi bermain, meskipun bukan jadwal mereka untuk bermain. Ketika anak-anak itu bermain tampak mereka begitu bersemangat seakan mereka lupa akan gangguan kesehatan yang mereka alami sehingga mengalami hospitalisasi

Hampir semua bentuk bermain dapat digunakan untuk pengalihan dan relaksasi, tetapi aktivitas tersebut harus dipilih berdasarkan usia, minat dan keterbatasan anak, sebab bermain pada anak sama halnya dengan kebutuhan bekerja pada orang dewasa. Hal yang penting pada saat kondisi anak sedang menurun atau anak terkena sakit, bahkan dirawat di rumah sakit, orang tua dan perawat harus jeli memilihkan permainan yang dapat dilakukan anak sesuai dengan prinsip bermain pada anak yang sedang dirawat di rumah sakit.⁹ Selain itu alat permainan serta ruang untuk bermain harus disesuaikan dengan tahap perkembangan anak serta memiliki unsur edukatif bagi anak.¹⁰

Bermain sangat penting bagi mental, emosional, dan kesejahteraan sosial anak. Seperti kebutuhan perkembangan mereka, kebutuhan bermain tidak berhenti pada saat anak-anak sakit atau di rumah sakit. Sebaliknya, bermain di rumah sakit memberikan manfaat utama yaitu meminimalkan munculnya masalah perkembangan anak. Mereka menyadari bahwa mereka tidak diabaikan, dimutilasi, atau dihukum. Pada kenyataannya mereka dicintai, dirawat, dan diperlakukan dengan hormat sesuai masalah mereka masing-masing.³

Permainan harus memperhatikan keamanan dan kenyamanan. Anak kecil perlu rasa nyaman dan yakin terhadap benda-benda yang dikenalnya, seperti boneka yang dipeluk anak untuk memberi rasa nyaman dan dibawa ke tempat tidur di malam hari³ dan melibatkan orang tua. Satu hal yang harus diingat bahwa orang tua mempunyai kewajiban untuk tetap melangsungkan upaya stimulasi tumbuh-kembang pada anak walaupun sedang dirawat di rumah sakit termasuk dalam aktivitas bermain anak. Perawat hanya bertindak sebagai fasilitator sehingga apabila permainan diiniasi oleh perawat, orang tua harus terlibat secara aktif dan mendampingi anak mulai dari awal permainan sampai mengevaluasi hasil permainan bersama dengan perawat dan orang tua anak lainnya.³

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan anak usia sekolah saat

hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain dan sesudah dilakukan terapi bermain di ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu Tahun 2017. Kepada perawat RSUD Undata Palu khususnya di ruang Catelia kiranya dapat menjadikan terapi bermain sebagai salah satu Standar Operasional Prosedur (SOP) dalam merawat pasien anak dan dapat menjadwalkan secara rutin kegiatan bermain sehingga dapat menurunkan kecemasan yang dialami anak .

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Bapak Nasrul, SKM.M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Palu dan Direktur RSUD Undata Palu, seluruh perawat di ruangan Catelia serta seluruh pasien yang terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Handayani, R.D, Puspitasari, N.P.DHandayani, R.D, Puspitasari NP. Pengaruh terapi bermain terhadap tingkat koopeartif selama menjalani perawatan pada anak usia prasekolah (3 – 5 tahun) di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. *J Kesehat Surya Med Yogyakarta*. 2010;
2. Stuart, G.W, Sundeen S. *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC; 1998.
3. Wong D. L. HMJ. *Wong's Nursing care of infants and children*. St Louis Missouri: Mosby Company; 2008.
4. Nurfatihah N. Peran Serta Orang Tua dan Dampak Hospitalisasi pada Anak Usia 3-6 Tahun di Ruang Anak RSUD Poso. *J Bidan Cerdas* [Internet]. 21 September 2019;1(3):122–8. Tersedia pada: <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JB-C/article/view/254>
5. Wong D. L. W. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Alih bahasa Sunarno, Agus dkk*. 6 ed. Jakarta: EGC; 2004.
6. Sari FS, Sulisno M. Hubungan Kecemasan Ibu dengan Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi Anak. *J Nurs Stud*. 2012;1(1):51–9.
7. Direja AS. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta; 2011.
8. Sholikhah U. Pengaruh peer therapeutic play terhadap kecemasan dan kemandirian anak usia sekolah selama hospitalisasi di rumah sakit wilayah Banyumas. *Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Indonesia*; 2011.
9. Supartini Y. *Buku ajar konsep dasar keperawatan anak*. Jakarta: Egc; 2004.
10. Hurlock. E. B. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga; 2011.