

## ***Literature Review: Terapi Bermain Lego Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi***

**Lulu Lutfiyani Solihat<sup>1\*</sup>, Ria Setia Sari<sup>2</sup>, Febi Ratna Sari<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yatsi Tangerang

<sup>2</sup>Dosen Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Yatsi Tangerang

<sup>3</sup>Dosen Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Yatsi Tangerang

\*Korepondensi: [Lululutfiyani97@gmail.com](mailto:Lululutfiyani97@gmail.com)

**Abstrak:** Hospitalisasi masih menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan dan menimbulkan traumatis bagi anak. Sehingga anak mengekspresikan dengan perasaan cemas, marah, takut, sedih, maka dari itu perlu diberikannya terapi bermain untuk meminimalisir kecemasan pada anak. Tujuan kajian literature ini untuk mengetahui terapi bermain lego sebagai metode menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Peneliti menggunakan data base seperti Google Scholar, PubMed, Elseveir, Science Direct dan Pro-Quest dengan kata kunci dalam kurun waktu 2015-2020. Setelah dianalisis 20 jurnal yang sesuai dengan judul dan hasil dari matriks sintesis yang dikelompokkan menjadi tiga bagian yakni input, proses dan output. **Diskusi:** Setelah dilakukan analisis dari 20 jurnal pemberian terapi bermain pada anak memberikan pengaruh yang positif, dari tingkat kecemasan anak sedang-berat menjadi ringan-sedang. Terapi bermain lego efektif digunakan sebagai metode menurunkan kecemasan. Selain mampu meningkatkan daya ingat dan perasaan serta emosi, lego juga dapat menurunkan kecemasan pada anak akibat hospitalisasi.

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

**Abstract:** Hospitalized still be an unpleseasant experience and cause traumatic for children. So that children express with a feeling of angst, angry, fear, sad therefore need exerts his therapy playing for minimize anxiety on a child. The purpose of this literature study to find out therapy playing lego as the lower anxiety at the age of a preschool due to the hospitalized. Research using data such as a base Google Scholar, PubMed, Elseveir, Science Direct and Pro-Ques with the key word in period 2015-2020. Once in the 20 journal in accordance with the title and the results of a matrix by the synthesis in the group into three part of of the input, the process and output. After done analysis of 20 journal provision therapy playing on the give positive influence of thw anxiety children are heavy became lighter was. Therapy playing lego effective used us a method of anxiety at the age of a preschool, besides being able to improve the remember and feeling and emotions, lego can also reduce anxiety in children due to the hospitalization.

**Keyword:** Therapy Play, Anxiety and Hopitalization

---

## PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) tahun 2016 menyatakan bahwa terdapat 35 juta anak didunia yang mengalami kecemasan saat mendapat perawatan dirumah sakit di Amerika Serikat lebih dari 5 juta anak menjalani hospitalisasi karena prosedur pembedahana dan lebih dari 50% dari jumlah tersebut mengalami kecemasan dan stress (Noya & Wakano, 2019)

Kesehatan Nasional menerangkan jumlah anak usia prasekolah di Indonesia sebesar 72% dari jumlah total penduduk Indonesia, dan diperkirakan dari 35 per 100 anak menjalani hospitalisasi dan 45% diantaranya mengalamu kecemasan. Dan waktu yang dibutuhkan untuk merawat penderita anak 20%-45% melebihi waktu merawat orang dewasa. Anak yang dirawat dirumah sakit akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologinya (Musdalipa et al., 2019)

Berdasarkan penelitian terdahulu pada bulan agustus-oktober di Rumah Sakit Umum Banten terdapat 216 anak dan yang berusia 3-6 tahun berjumlah 64 anak, respon anak menunjukkan menangis, mengamuk, teriak dan memeluk ibunya (Mujiyanti & Rismawati, 2019)

Pada anak usia prasekolah menganggap sakit merupakan suatu kehilangan lingkungan aman dan penuh kasih sayang serta tidak menyenangkan dan menakutkan. Bagi anak pengobatan yang dilakukan dirumah sakit merupakan stressor kuat yang membuat anak mengalami kecemasan. Hospitalisasi bagi anak adalah pengalaman yang sangat tidak menyenangkan dan traumatis. Anak yang dirawat di rumah sakit memerlukan lebih banyak bermain rekreasi karena penyakit dan rawat inap merupakan krisis dalam situasi ini. Bermain memungkinkan anak belajar perilaku sosial, mengembangkan kemampuan kognitis serta keterampilan motoric kasar, tetapi bermain sangat efektif untuk meninjau kembali kenangan traumatis untuk membuat anak terbiasa dengan ketakutan dan kecemasan. Beberapa tindakan yang pernah dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi antara lain: bermain boneka, mewarnai, storytelling, tayangan favorit berupa gambar-gambar dan bermain lego kegiatan tersebut merupakan bentuk pengalihan perhatian (Fatmawati et al., 2019)

Tindakan keperawatan dalam mengatasi kecemasan pasien dapat diberikan perawat dengan tindakan mandiri seperti pemberian relaksasi dan distraksi (Maulidia & Muladiatin, 2018). Terapi bermain merupakan kegiatan yang dilakukan dalam proses penyembuhan serta dapat membantu melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Tujuan terapi bermain untuk mengurangi nyeri serta mengalihkan perhatian anak sehingga dapat menurunkan kecemasan pada anak (R. S. Sari & Afriani, 2019)

Bermain lego dapat meningkatkan daya ingat dan perasaan serta emosi. Bermain lego juga dapat membantu perawat dalam melaksanakan prosedur infus dan pemberian obat, memudahkan perawat dalam mendistraksi agar anak kooperatif dalam pelaksanaan prosedur terapi, cara yang dilakukan perawat yaitu dalam memperhatikan anak pada satu hal yang disukainya, misalnya bermain lego (Suryadi, 2017)

Berdasarkan pemaparan latar belakang, maka membawa peneliti untuk menganalisis dan menelaah dalam sebuah literature review yang terangkum dalam judul Terapi Bermain Lego Sebagai Metode Menurunkan Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi.

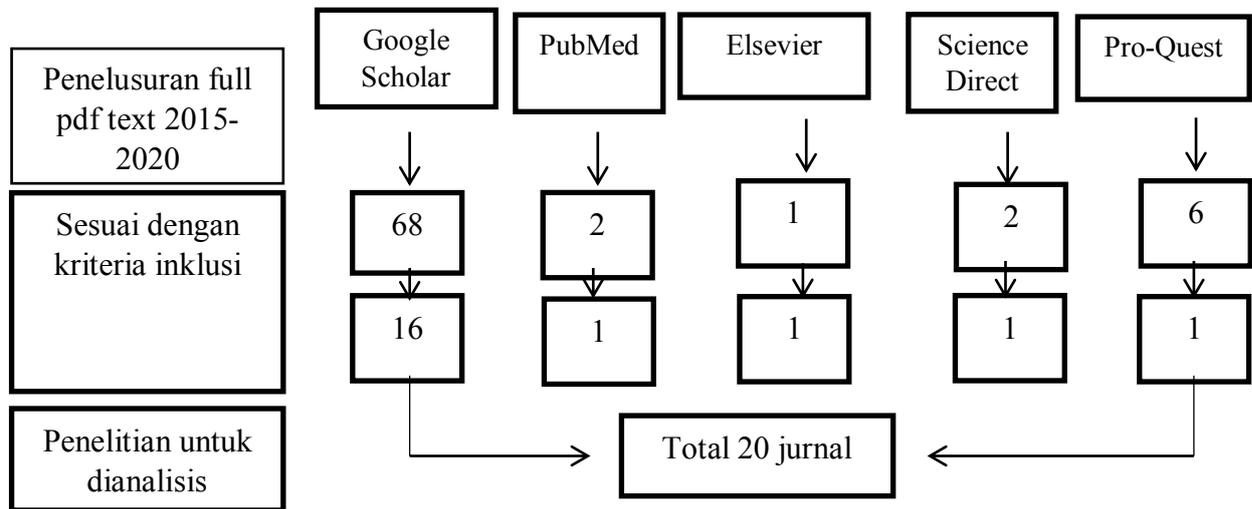
## METODE

Pada kajian literature ini sumber informasi yang didapat menggunakan data base seperti Google Scholar, PubMed, Elsevier, Science Direct dan Pro-Quest. Mendapatkan 20 jurnal yang terindeks dan kemudian dianalisis. Proses seleksi artikel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dalam bentuk diagram. Penulis juga menggunakan kata kunci untuk pencarian artikel "hospitalization/hospitalisasi" "anxiety/kecemasan" dan "play therapy/ terapi bermain" dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia.

Pada pencarian literature dengan menggunakan beberapa sumber dari data base, yaitu Google Scholar ditemukan 68 artikel, PubMed 2 artikel, Elsevier 1 artikel, Science Direct 2 artikel dan Pro-Quest 6 artikel. Total artikel diperoleh pada awal pencarian sesuai dengan kata kunci yang telah

ditentukan, yaitu 79 artikel. Dari sejumlah artikel yang didapat hanya 20 artikel yang masuk dalam kriteria inklusi dan penulis analisis untuk kajian literature ini. Pada literature ini menggunakan teknik matriks sintesis yakni sebuah tabel yang memungkinkan peneliti untuk mengelompokan dan megklasifikasi argument yang berbeda dari beberapa artikel dan mengombinasikan berbagai elemen yang berbeda untuk mendapatkan kesimpulan terhadap keseluruhan artikel secara umum.

Tabel 1. Matrix Sintesis



## HASIL

Berdasarkan hasil penelusuran didapatkan 20 jurnal yang berhubungan dengan judul. Jurnal tersebut dirangkum dalam matriks jurnal dalam bentuk kolom yang berisikan nama penelitian, sampel, judul, sumber dan hasil penelitian. Selanjutnya penulis membuat matriks sintesis dalam bentuk kolom yang berisikan input, proses dan output.

## PEMBAHASAN

Kebutuhan bermain pada anak sama halnya kebutuhan bekerja pada orang dewasa, ketika kondisi anak terkena penyakit atau sedang tidak sehat, orang tua dan perawat harus dapat memilih permainan apa yang dapat dilakukan ketika anak sedang dirawat, karena akan mempercepat proses penyembuhan, menurunkan kecemasan, dan memperbaiki pikiran anak. Jenis permainan yang digunakan ketika anak sedang dirawat harus sesuai dengan kondisi fisik mereka karena anak akan melkukan permainanya ditempat tidur.

Setelah dilakukan analisis pemberian terapi pada anak memberikan pengaruh yang positif dari tingkat kecemasan anak sedang-berat menjadi ringan-sedang. Hal ini terbukti dari 20 hasil penelitian yang menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi bermain dengan berbagai macam metode permainan didapatkan hasil anak yang mengikuti terapi bermain menunjukkan wajah yang tenang, tidak rewel, tidak sedih dan menjadi kooperatif.

Terdapat berbagai macam permainan untuk menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi yang dialami anak, seperti menggunakan permainan modern, bermain terapeutik, storytelling dan lego. Berbeda dengan penelitian Katherine Hinic (2019) menyatakan bahwa tidak hanya permainan modern saja yang dapat digunakan sebagai terapi. Pemberian terapi hewan peliharaan juga dapat membantu menurunkan kecemasan tentunya diperlukan pendamping dari tim hewan peliharaan. Menggunakan hewan peliharaan dapat memberikan respon yang positif, selain dapat menurunkan

kecemasan terapi hewan peliharaan juga dapat meningkatkan proses tumbuh kembang dan mengajarkan anak untuk belajar menyayangi sesama makhluk hidup (Hinic et al., 2019)

## KESIMPULAN

Sebagian besar responden berusia 3-6 tahun, yang didominasi berjenis kelamin perempuan. Sebelum diberikan terapi tingkat kecemasan pada anak berada di kategori sedang-berat dan setelah diberikan terapi kecemasan anak mengalami penurunan dari ringan ke sedang. Berdasarkan hasil dari artikel yang didapatkan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terapi bermain lego sebagai metode menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. lego pun dapat memacu kreativitas anak karena akan menggunakan imajinasinya dengan membentuk apa yang mereka inginkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Davidson, B., Nesa Sathya Satchi, & Dr. Latha Vankatesan. (2017). Effectiveness Of Play Therapy Upon Anxiety Among Hospitalised Children. *International Journal Of Advance Research, Ideas And Innovation In Technology*, 3(1). [www.ijariit.com](http://www.ijariit.com)
- Dehghan, Z., Tayebbeh Reyhani, Vahideh Mohammadpour, Sayedeh Zahra Aemmi, Reza Shojaeian, & Seyed Mohsen Asghari Nekah. (2017). The Effectiveness of Dramatic Puppet and Therapeutic Play in Anxiety Reduction in Children Undergoing Surgery: A Randomized Clinical Trial. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 19(3). <https://doi.org/10.5812/ircmj.41178>.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. (2019). Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 15–29.
- H. C. Li, W., Joyce Oi Kwan Chung, Ka Yan Ho, & Blondi Ming Chau Kwok. (2016). Play Interventions To Reduce Anxiety And Negative Emotions In Hospitalized Children. *BMC Pediatrics*, 16(36). <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0570-5>
- Hinic, K., Kowalski, M. O., Holtzman, K., & Mobus, K. (2019). The Effect of a Pet Therapy and Comparison Intervention on Anxiety in Hospitalized Children. *Journal of Pediatric Nursing*, 46, 55–61. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.03.003>
- Marni, M., Retno Ambarwati, & Fitria Nindya Hapsari. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan GSH*, 7(1).
- Mathew, C. S., & Daly Cristabel H. (2018). Effectiveness of Origami on Hospitalized Anxiety Among Children. *International Journal Of Advance Research And Development*, 3(8). [www.IJARND.com](http://www.IJARND.com)
- Maulidia, Z., & Muladiatin, I. (2018). Terapi Murotal Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan*, 7(1). <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v7i1.161>
- Mujiyanti, S., & Rismawati. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 3(1). <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jix/index>
- Musdalipa, M., Almasari Kanita, Kasmawati, & Sri Hartina HM. (2019). Terapi Bermain Manggalenceng Sebagai Metode Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi: A Literature Review. *Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(1).
- Noya, F., & Wakano, G. J. (2019). Atraumatic Care Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak. *Moluccas Health Journal*, 1(2). <https://ojs.ukim.ac.id/index.php/natuna>
- 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>
- Suryadi, D. (2017). Studi Awal Identifikasi Efek Terapi Bermain dengan Lego. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(1), 140–247