

Pengaruh Terapi Bermain Gelembung Super Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi

Diah Luki Yunita Sari¹, Siti Arifah^{1,2*}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, Kartasura, 57162, Jawa Tengah, Indonesia.

²Departemen Keperawatan Anak, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, Kartasura, 57162, Jawa Tengah, Indonesia.

*Korespondensi : Siti.arifah@ums.ac.id

Abstrak : Anak yang dirawat di rumah sakit akan mudah mengalami krisis dan masalah seperti cemas. Salah satu cara untuk mengurangi cemas adalah dengan memberikan terapi bermain gelembung super. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bermain gelembung super terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah. Metode yang digunakan adalah pra-eksperimen dengan jenis one group posttest. Sampel yang digunakan adalah anak yang berumur antara 4 sampai 5 tahun (usia prasekolah) yang mengalami hospitalisasi di RSUD Pandan Arang Boyolali selama sebulan terakhir yaitu 16 anak dan sudah menjalani hospitalisasi pada hari kedua dengan menggunakan teknik accidental sampling dan menggunakan uji t-test. Hasil penelitian diketahui bahwa ada pengaruh terapi bermain gelembung super terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di Ruang Anak RSUD Pandan Arang Boyolali ($p = 0,000$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh terapi bermain gelembung super terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di Ruang Anak RSUD Pandan Arang Boyolali.

Kata Kunci : Kecemasan, Anak, Terapi Bermain, Gelembung Super, Hospitalisasi

Abstract: Children who are hospitalized will easily experience crises and problems such as anxiety. One way to reduce anxiety is to provide super bubble play therapy. The purpose of this study was to determine the effect of super bubble play therapy on anxiety levels in preschool children. The method used was a pre-experimental type of one group posttest. The sample used was children aged between 4 to 5 years (preschool age) who had been hospitalized in Pandan Arang Boyolali Regional Hospital during the past month, namely 16 children and had undergone hospitalization on the second day using accidental sampling techniques and using t-test. The results showed that there was an influence of super bubble play therapy on the level of anxiety in preschoolers who were hospitalized in the Children's Room of Pandan Arang Boyolali Regional Hospital ($p = 0,000$). The conclusion of this study is that there is an influence of super bubble play therapy on the level of anxiety in preschool children who are hospitalized in the Children's Room of Pandan Arang Boyolali Regional Hospital.

Keywords: Anxiety, Children, Play Therapy, Super Bubbles, Hospitalization

1. PENDAHULUAN

Menurut hasil observasi yang sudah dilakukan peneliti di ruang anak RSUD Pandan Arang Boyolali untuk keadaan anak usia prasekolah yang dirawat kebanyakan mengalami kecemasan yang ditandai dengan selalu rewel, susah untuk tidur, jika ada perawat yang mendekati untuk melihat keadaan ataupun melakukan tindakan anak selalu menangis ketakutan, dan untuk anak usia sekolah kecemasannya ditandai dengan anak selalu diam, tidak kooperatif, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang terapi bermain. Untuk itu peneliti mengambil judul "Pengaruh terapi bermain gelembung super terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi".

Hospitalisasi merupakan kebutuhan klien untuk dirawat karena adanya perubahan atau gangguan fisik, psikis, sosial dan adaptasi terhadap lingkungan. Sakit dan dirawat di rumah sakit merupakan krisis utama yang tampak pada anak. Anak yang dirawat di rumah sakit akan mudah mengalami krisis dan masalah seperti anak mengalami stress, dan anak mempunyai sejumlah keterbatasan dalam mekanisme koping. Hospitalisasi juga menimbulkan beberapa dampak pada anak di antaranya seperti dampak perpisahan, kehilangan control, sakit/nyeri, dan beberapa akibat dari dampak hospitalisasi tersebut ialah anak merasa putus asa, menimbulkan reaksi protes, tidak kooperatif, depresi (Wong, 2004). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi cemas pada anak yang dirawat di rumah sakit, antara lain: akibat perubahan status kesehatan maupun lingkungan dalam kebiasaan sehari-hari, keterbatasan dalam mekanisme koping untuk mengatasi masalah maupun kejadian-kejadian yang bersifat menekan (Whaley & Wong, 1998 dalam Nursalam, 2005).

Terapi Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan ketrampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa (Hidayat, 2008). Ada beberapa fungsi bermain di rumah sakit antara lain: mengenalkan pada anak pada lingkungan dan keadaan yang asing, mengajarkan untuk bisa membuat keputusan dan control, untuk mengurangi stress dan cemas, untuk mengurangi nyeri, mengenalkan tentang tujuan dan penggunaan alat medis (Wong, 2004). Menurut Nisha (2013), kecemasan yang disebabkan oleh lingkungan rumah sakit dan prosedur pembedahan mungkin berbahaya selama periode pre operatif karena dapat mempengaruhi kognitif, sosial, dan pengalaman afektif. Terapi bermain digunakan untuk mengurangi kecemasan anak.

2. METODE PENELITIAN

Jenis metode yang digunakan adalah pra-eksperimen dengan jenis *one group posttest*, sampel yang digunakan adalah anak yang berumur antara 4 sampai 5 tahun (usia prasekolah) yang mengalami *hospitalisasi* di RSUD Pandan Arang Boyolali selama sebulan terakhir yaitu 16 anak dan sudah menjalani *hospitalisasi* pada hari kedua dengan menggunakan teknik *accidental sampling* dan menggunakan uji t-test. Pengukuran kecemasan menggunakan kuisioner kecemasan bentuk baku yang diambil dari HRS-A (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*), yang terdiri dari 14 pertanyaan, masing-masing kelompok pertanyaan diberi penilaian antara 0-4 dengan penilaian sebagai berikut:

Nilai 0 : tidak ada gejala atau keluhan

Nilai 1 : gejala ringan

Nilai 2 : gejala sedang

Nilai 3 : gejala berat

Nilai 4 : gejala berat sekali

Dan berikut keterangan untuk jumlah skor:

Kurang dari 14: tidak ada kecemasan

14-20: kecemasan ringan

21-27: kecemasan sedang

28-41: kecemasan berat

42-56: kecemasan berat sekali

3. HASIL PENELITIAN

3.1 Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui tentang karakteristik responden dan pengaruh terapi bermain gelembung super terhadap tingkat kecemasan anak usia pra sekolah.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden yang meliputi Umur dan Jenis Kelamin RSUD Pandan Arang Boyolali, Desember 2013.

Variabel	Frekuensi (f)	%
<u>Umur:</u>		
4 tahun	5	31,0
5 tahun	5	31,0
6 tahun	5	31,0
<u>Jenis Kelamin</u>		
Laki-laki	10	62,5
Perempuan	6	37,5
<u>Frekuensi Hospitalisasi</u>		
1 kali	9	56,2
2 kal	6	37,5
>2 kali	1	6,3

Berdasarkan Tabel 1. tersebut dapat diketahui bahwa dilihat dari umur responden yang mempunyai umur 4 tahun dan 5 tahun masing-masing sebanyak 5 anak (31,0%) dan yang mempunyai umur 6 tahun sebanyak 6 anak (38,0%).

3.2 Analisis Univariat

Tabel 2. Tingkat kecemasan pada anak sebelum diberikan terapi bermain gelembung super. RSUD Pandan Arang Boyolali , Desember 2013.

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah	(%)
1.	Kecemasan ringan	2	12,5
2.	Kecemasan sedang	6	37,5
3.	Kecemasan berat	8	50,0
Total		16	100,0

Dari tabel 2 terlihat kecemasan hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain gelembung super diketahui bahwa yang mempunyai tingkat kecemasan ringan sebanyak 2 anak (12,5%), kecemasan sedang sebanyak 6 anak (37,5%), dan kecemasan berat sebanyak 8 anak (50,0%).

Tabel 3. Tingkat kecemasan pada anak sesudah diberikan terapi bermain gelembung super RSUD Pandan Arang Boyolali, Desember 2013

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah	(%)
1.	Tidak ada kecemasan	2	12,5
2.	Kecemasan ringan	6	37,5
3.	Kecemasan sedang	6	37,5
4.	Kecemasan berat	2	12,5
Total		16	100,0

Dari hasil tabel 3 terlihat bahwa tingkat kecemasan menurun setelah diberikan terapi bermain gelembung super yaitu yang tidak ada kecemasan sebanyak 2 anak (12,5%), kecemasan ringan sebanyak 6 anak (37,5%), kecemasan sedang sebanyak 6 anak (37,5%), dan kecemasan berat berkurang menjadi sebanyak 2 anak (12,5%).

4. PEMBAHASAN

4.1 Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini merupakan gambaran tentang responden dilihat dari umur, jenis kelamin dan frekuensi hospitalisasi anak usia pra sekolah yang mengalami hospitalisasi di Ruang Anak RSUD Pandan Arang Boyolali. Dilihat dari umur banyak anak memiliki umur 6 tahun yaitu sebanyak 6 orang (38,0%). Hal ini dimungkinkan bahwa memang banyak anak yang menjalani hospitalisasi berumur 6 tahun. Responden umumnya menjalani perawatan karena sakit diare yang kronis, batuk yang tak kunjung reda, dan ada juga yang panas demam yang diindikasikan terkena penyakit demam berdarah. Penyakit tersebut memang biasa menyerang anak-anak (Wong, 2009). Dilihat dari jenis kelamin anak diketahui bahwa mayoritas anak mempunyai jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 10 anak (62,5%) dari keseluruhan responden, dikarenakan pada saat penelitian yang tersedia memang lebih banyak anak laki-laki menjalani rawat inap dibandingkan dengan anak perempuan. Serta responden umumnya baru menjalani hospitalisasi di rumah sakit baru sekali, dan ada juga yang sudah dua kali maupun lebih dari dua kali di rumah sakit. Responden yang pernah menjalani rawat inap lebih dari 2 kali pada saat waktu penelitian berlangsung yaitu sebanyak satu anak (6,3%), pernah menjalani rawat inap sebanyak 2 kali yaitu 6 anak (37,5), dan yang baru sekali menjalani rawat inap yaitu sebanyak 9 anak (56,3).

4.2 Tingkat kecemasan pada anak sebelum dilakukan terapi bermain gelembung super

Berdasarkan hasil pengumpulan data menurut nilai kriteria variabel tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di Ruang Anak RSUD Pandan Arang Boyolali sebelum diberikan terapi bermain gelembung super diketahui bahwa yang mempunyai tingkat kecemasan ringan sebanyak 2 anak (12,5%), kecemasan sedang sebanyak 6 anak (37,5%), dan kecemasan berat sebanyak 8 anak (50,0%). Sebelum dilakukan terapi bermain banyak responden yang mengalami cemas berat disebabkan responden baru sekali menjalani rawat inap di rumah sakit, dan lingkungan yang baru dialami oleh anak di rumah sakit, dimana mereka merasa cemas karena jauh dari teman sebayanya dan juga tidak bebas bermain seperti halnya kalau tinggal di rumah tempat mereka tinggal. Adapun bagi responden yang mempunyai kecemasan ringan, disebabkan oleh karena mereka sudah minimal dua kali menjalani hospitalisasi di rumah sakit sehingga tidak asing lagi tentang lingkungan di rumah sakit dan ditunjukkan dari pengisian kuisioner bahwa responden dalam keadaan tidak cemas berat, tidak dalam kondisi mudah marah, sudah menunjukkan rasa nyaman dan tidak takut.

Menurut Wong, 2009, ada beberapa karakteristik yang ditunjukkan anak usia prasekolah saat mengalami hospitalisasi, antara lain: menolak untuk makan, mengalami sulit untuk tidur, menangis diam-diam karena karena kepergian orangtua, terus bertanya kapan orangtua akan datang, atau menarik diri dari orang lain.

4.3 Tingkat kecemasan pada anak sesudah dilakukan terapi bermain gelembung super

Berdasarkan hasil pengumpulan data dan analisis menurut nilai kriteria variabel tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sesudah diberikan terapi bermain gelembung super diketahui bahwa yang tidak ada kecemasan sebanyak 2 anak (12,5%), yang mempunyai tingkat kecemasan ringan sebanyak 6 anak (37,5%), kecemasan sedang sebanyak 6 anak (37,5%), dan kecemasan berat berkurang menjadi sebanyak 2 anak (12,5%).

Setelah diberikan terapi bermain gelembung super ada 2 anak yang masih mengalami cemas berat. Hal ini disebabkan oleh responden yang kurang sungguh-sungguh dan kurang kooperatif dalam melakukan terapi bermain gelembung super. Sebelum dilakukan terapi bermain 2 responden ini mempunyai tingkat kecemasan berat. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi cemas pada anak yang dirawat dirumah sakit, antara lain: akibat perubahan status kesehatan maupun lingkungan dalam kebiasaan sehari-hari, keterbatasan dalam mekanisme coping untuk mengatasi masalah maupun kejadian-kejadian yang bersifat menekan.

Sedangkan 6 responden yang mempunyai kecemasan sedang sebelum dilakukan terapi bermain gelembung super mempunyai tingkat kecemasan berat, 6 responden yang mempunyai kecemasan ringan sebelum dilakukan terapi bermain gelembung super mempunyai tingkat kecemasan sedang, 2 responden yang tidak cemas sebelum dilakukan terapi bermain gelembung super mempunyai tingkat kecemasan ringan. Menurut Einon (2008), bahwa gelembung dijamin bisa membuat anak-anak gembira, dan juga mereka akan memperoleh rasa percaya diri, perasaan bangga telah mencapai sesuatu, dan pengendalian nafas juga akan membantu kemampuan berbicara dan bernyanyi.

Menurut Nisha (2013), kecemasan yang disebabkan oleh lingkungan rumah sakit dan prosedur pembedahan mungkin berbahaya selama periode pre operatif karena dapat mempengaruhi kognitif, sosial, dan pengalaman afektif. Terapi bermain digunakan untuk mengurangi kecemasan anak. Bermain adalah bagian penting dari kehidupan anak dan itu merupakan aspek penting untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain yang alami bagi anak-anak merupakan yang favorit. Dalam aktivitas bermain ini, anak diajari teknik mengatasi kecemasan sebagai mekanisme coping, misalnya teknik distraksi atau mengalihkan perhatian anak pada aktivitas yang disukainya (Wong, 2009). Selain itu, terapi bermain merupakan media untuk memperkenalkan peralatan dan prosedur keperawatan/medis sebelum prosedur tersebut dilakukan pada anak.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan dari penelitian tersebut sebagai berikut yaitu a) tingkat kecemasan anak sebelum mendapatkan terapi bermain gelembung super banyak yang mempunyai tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 8 anak, b) tingkat kecemasan anak sesudah mendapatkan terapi bermain gelembung super mayoritas mempunyai tingkat kecemasan ringan dan sedang yaitu sebanyak 6 anak, dan c) ada pengaruh terapi bermain gelembung super terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di Ruang Anak RSUD Pandan Arang Boyolali ($p=0,000$). Pengaruhnya adalah kecemasan anak berkurang setelah diberikan tindakan terapi bermain gelembung super.

Saran dari penelitian ini adalah a) bagi institusi rumah sakit diharapkan dapat melakukan program terapi bermain selama anak dirawat di rumah sakit setiap kali menjelang dilakukan tindakan keperawatan secara kontinyu dan terprogram untuk menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi, b) bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat terus meningkatkan pengetahuan tentang terapi bermain pada anak dengan jenis permainan lain selain *gelembung super* untuk mengurangi kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi, c) bagi orang tua diharapkan dapat menerima informasi tentang terapi gelembung super dan dapat memberikan permainan pada anak saat hospitalisasi dengan alternatif permainan yang disukai anaknya. serta d) bagi peneliti diharapkan ada penelitian lebih lanjut dengan jumlah dan karakteristik sampel yang lebih representatif, waktu penelitian yang lebih optimal, serta metode pelaksanaan terapi bermain yang lebih efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Einon, D. (2008). *Permainan cerdas untuk anak usia 2-6 tahun*. Jakarta: Erlangga.
- Hamilton., M. (1959). *The assessment of anxiety states by rating*. Br J Med Psychol. (vol. 32), hal : 50-55.
<http://psy-world.com>
- Hart, Robyn., et al. (1992). *Therapeutic play activities for hospitalized children*. St Louis Missouri: Mosby-Elsevier.
- Nisha, K. et al. *Effect of play intervention n the reduction of anxiety among preoperative children*. (Vol. 5. No. 11), Hal: 105. June 2013. [http:// proquest .com](http://proquest.com)
- Hockenberry, M.J., & Wilson, David. (2008). *Wong's clinical manual of pediatric nursing*. St Louis Missouri: Mosby-Elsevier
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineke Cipta
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (Ed 4.). (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik* (Yasmin dkk, Penerjemah.). Jakarta: EGC.
- Riduwan . (2005). *Belajar mudah penelitian untuk guru, karyawan, dan peneliti pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Wong, Donna.L., (2004). *Pedoman klinis keperawatan pediatric (Ed 4.)*. Jakarta: EGC.
- Wong, Donna.L., (Ed 6.). (2009). *Buku ajar keperawatan pediatrik* (Andry hartono dan Sari kurnianingsih, Penerjemah). Jakarta: EGC