
**PENERAPAN TERAPI BERMAIN PUZZLE PADA ANAK
PRASEKOLAH(3-6 TAHUN) YANG MENGALAMI KECEMASAN
AKIBAT HOSPITALISASI DI BANGSAL SHOFA RS PKU
MUHAMMADIYAH KARANGANYAR**

Cheli Dwi Astuti Pramudita^{1*}, Maryatun²

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Surakarta

chelipramudita2001@gmail.com

Abstrak

Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan takut dan pertanda system saraf otonom yang hiperaktif, dari rasa takut dapat menjadi respon akibat hospitalisasi pada anak. Untuk mengurangi kecemasan anak dapat diberikan terapi bermain. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hasil penerapan terapi bermain puzzle terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Metode penelitian menggunakan desain penelitian dilakukan dengan metode deskriptif studi kasus kepada 3 responden anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan. Kecemasan diobservasi sebelum dan sesudah terapi bermain puzzle. Hasil penelitian didapatkan setelah dilakukan penerapan terapi bermain puzzle didapatkan hasil bahwa terapi bermain puzzle dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang sedang mengalami hospitalisasi. Kesimpulan penelitian ini yaitu terapi bermain merupakan terapi bermain yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang sedang mengalami hospitalisasi.

Kata kunci: Anak Prasekolah, Kecemasan, Hospitalisasi, Terapi Bermain Puzzle

Abstract

Anxiety is a condition characterized by feelings of fear and a sign of a hyperactive autonomic nervous system, from fear can be a response to the consequences of hospitalization in children, to reduce children's anxiety, play therapy can be given. Purpose of the research to find out the results of applying puzzle play therapy to reducing anxiety due to hospitalization. Method of the research is the application was carried out using a case study descriptive method to 3 respondents of preschool children who experienced anxiety. Anxiety was observed before and after the puzzle play therapy. Results: Based on the results of the implementation that puzzle play therapy could reduce the anxiety level of children who owere hospitalization. Conclusion of the research is puzzle play therapy that can help reduce anxiety levels used as a technique to reduce anxiety in preschool children due to hospitalization.

Keywords: Preschool children, anxiety, hospitalization, puzzle play therapy

PENDAHULUAN

Periode pra sekolah adalah periode antara usia 3-5 tahun. Periode ini kelanjutan dari pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan fisik terus menjadi jauh lebih lambat dibandingkan perkembangan kognitif dan motorik dari tahun-tahun sebelumnya. Peningkatan perkembangan kognitif, bahasa dan psikososial penting selama periode pra sekolah (Pratiwi et al., 2023). Pada usia pra sekolah perkembangan motorik anak berjalan terus menerus, sementara perkembangan kognitif berbeda pada tiap tahapnya. Pada perkembangan ini anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi dapat mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan, berupa pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stress. Respon yang paling umum selama anak prasekolah menjalani hospitalisasi salah satunya adalah kecemasan (Atikah, 2022).

Data global tahun 2020 menunjukkan bahwa tingkat prevalensi anak Indonesia yang dirawat di rumah sakit setiap tahunnya meningkat. Pada tahun 2018 rata-rata tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit sekitar 3,49%, meningkat pada tahun 2019 menjadi 3,84%, dan pada tahun 2020 mencapai 3,94%. Sedangkan untuk wilayah Jawa Tengah tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit mencapai 5,39% dalam satu tahun terakhir. Persentase anak yang pernah rawat inap dalam setahun terakhir menurut karakteristik didapatkan data kelompok usia 0-4 tahun sebanyak 7,36%, usia 5-9 tahun sebanyak 3,14%, usia 10-14 tahun sebanyak 2,07%, dan usia 15-17 tahun sebanyak 2,27%.

Kondisi anak yang mengalami hospitalisasi mempengaruhi psikologi anak dan perkembangan anak yang mengakibatkan anak menjadi stress, takut ataupun cemas. Adapun dampak yang mempengaruhi kecemasan anak dalam hospitalisasi seperti lingkungan rumah sakit yang sangat berbeda dengan lingkungan di rumah, perbedaan bentuk ruangan, suasana serta aktivitas yang dipenuhi berbagai tindakan keperawatan. Dampak dari hospitalisasi pada anak biasanya mengakibatkan anak menjadi cemas dan takut (Tandilangan et al., 2023).

Kecemasan yang mampu diatasi dengan baik dan cepat akan menjadikan anak merasa nyaman dan mampu kooperatif dengan tenaga kesehatan sehingga proses pengobatan akan berjalan dengan baik dan tidak terhambat. Sebaliknya, jika anak mengalami kecemasan dalam waktu yang lama dan tidak teratasi, maka akan timbul sikap apatis pada anak yang mengakibatkan proses pengobatan berlangsung lama, anak menolak diberikan tindakan, atau bahkan mengakibatkan trauma pada anak pasca hospitalisasi. Kecemasan yang dialami oleh anak akibat dirawat di rumah sakit dapat diatasi salah satunya dengan terapi bermain (Atikah, 2022).

Jenis permainan yang cocok untuk anak usia prasekolah (3-6 tahun) untuk mengembangkan kemampuan koordinasi motorik kasar dan halus serta mengontrol emosi tanpa mengeluarkan banyak tenaga adalah bermain puzzle. Puzzle juga merupakan suatu permainan yang sangat membutuhkan kesabaran, konsentrasi, dan ketekunan anak dalam merangkainya. Oleh sebab itu, diharapkan lambat laun mental (kontrol emosi) anak juga akan terbiasa untuk bersikap tenang, tekun serta sabar dalam menyelesaikan suatu hal. Terapi bermain puzzle berpengaruh terhadap kecemasan anak prasekolah karena terapi puzzle dapat mengalihkan perhatian anak sehingga pikirannya tidak terlalu

fokus terhadap tindakan pembedahan dan pengobatan yang dilakukan (Apriliyanto et al., 2021).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *descriptive*, untuk populasi dalam penelitian ini adalah pasien anak di bangsal Shofa RS PKU Muhammadiyah Karanganyar.

Dari 3 responden, dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu pasien anak yang mengalami hospitalisasi di bangsal Shofa RS PKU Muhammadiyah Karanganyar, Pasien yang mendapatkan ijin dari orang tua dengan menandatangani lembar informed consent, Pasien prasekolah berusia 3-6 tahun, Pasien yang mengalami tingkat kecemasan sedang-berat. Sedangkan responden yang dieksklusikan apabila responden mendapatkan perawatan total care, pasien yang memiliki kebutuhan khusus di bangsal Shofa RS PKU Muhammadiyah Karanganyar.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah CFS (Children's Fear Scale). Skala CFS digunakan untuk menilai tingkat kecemasan pada anak. Skala ketakutan anak adalah skala 0-4 yang menunjukkan 5 wajah yang berkisar dari ekspresi netral hingga wajah ketakutan. CFS digunakan karena telah diuji validitas dan reabilitas skala kecemasan yang telah diautentikasi dalam berbagai jenis penelitian (Aykanat, 2020). Dan data-data yang peneliti dapat selama penelitian ini bersifat rahasia dan tertutup. Berikut gambar skala pengukuran menggunakan CFS :



Gambar 1. Children's Fear Scale (CFS)

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat yang bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan setiap karakteristik yang ada dalam penelitian ini. Dengan etika penelitian yaitu adanya lembar persetujuan responden, kerahasiaan informasi yang diberikan responden, responden tidak perlu mencantumkan nama lengkap.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Sebelum diberikan terapi bermain puzzle

Tabel 1. Tingkat kecemasan pada anak prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami hospitalisasi sebelum dilakukan terapi bermain puzzle menggunakan Children's Fear Scale.

Subjek	Sebelum
An. E	Skor 3 (Kecemasan Sedang)
An. A	Skor 3 (Kecemasan Berat)
An. B	Skor 2 (Kecemasan Ringan)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan data sebelum dilakukan penerapan terapi bermain dengan puzzle didapatkan anak mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Diperoleh hasil An. E mengalami kecemasan berat, An. A mengalami kecemasan berat dan An. B mengalami kecemasan sedang.

2. Setelah diberikan terapi bermain puzzle

Tabel 2. Tingkat kecemasan pada anak prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami hospitalisasi sesudah dilakukan terapi bermain puzzle menggunakan Children's Fear Scale

Subjek	Sesudah
An. E	Skor 0 (Tidak Ada Kecemasan)
An. A	Skor 0 (Tidak Ada Kecemasan)
An. B	Skor 0 (Tidak Ada Kecemasan)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan data sesudah dilakukan penerapan terapi bermain dengan puzzle didapatkan hasil anak mengalami penurunan kecemasan akibat hospitalisasi. Diperoleh hasil An. E, An. A dan An. B tidak mengalami kecemasan setelah dilakukan terapi bermain puzzle.

3. Perbandingan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain puzzle

Tabel 3. Perbandingan Tingkat kecemasan pada anak prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami hospitalisasi sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain puzzle menggunakan children's fear scale

Subjek	Sebelum	Sesudah	Skor Penurunan
An. E	Skor 3 (Kecemasan Sedang)	Skor 0 (Tidak Ada Kecemasan)	3
An. A	Skor 3 (Kecemasan Berat)	Skor 0 (Tidak Ada Kecemasan)	4
An. B	Skor 2 (Kecemasan Ringan)	Skor 0 (Tidak Ada Kecemasan)	2

Pembahasan

1. Sebelum diberikan terapi bermain puzzle.

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus, pada awal sebelum melakukan intervensi keperawatan. Pada ketiga kasus ditemukan kesamaan yaitu anak tampak tegang, gelisah, dan ketakutan yang merupakan tanda-tanda kecemasan. Ada beberapa tanda gejala kecemasan seperti gelisah, peningkatan ketegangan otot, perilaku mencari perhatian, dan mudah marah dan beberapa penyebab tanda gejala kecemasan tersebut dapat muncul, yaitu mulai dari cemas terhadap petugas kesehatan dan tindakan medis yang dilakukan, cemas karena berada pada tempat dan lingkungan yang asing, cemas dapat muncul akibat perpisahan dengan teman atau saudaranya, serta cemas akibat penyakit yang dirasakan seperti nyeri. Oleh karena itu. peneliti melakukan terapi bermain puzzle untuk menurunkan kecemasan pada anak tersebut, agar program intervensi bisa berjalan.

2. Sesudah diberikan terapi bermain puzzle

Kecemasan merupakan respons emosional terhadap stresor. Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat dilakukan dengan teknik distraksi. Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat

dilakukan dengan terapi bermain. Terapi bermain pada anak yang mengalami kecemasan adalah usaha mengubah tingkah laku bermasalah, dengan menempatkan anak dalam situasi bermain. Terapi bermain dapat membuat anak merasa lebih santai dan dapat mengekspresikan segala perasaan dengan bebas sehingga dapat diketahui permasalahan anak dan bagaimana mengatasinya, misalnya kecemasan saat hospitalisasi (Jannah et al., 2023).

Ketika dilakukan terapi bermain ketiga pasien tampak lebih tenang, gelisah menurun, klien mau diajak komunikasi, diajak diskusi dan mau belakukan bongkar pasang puzzle secara mandiri, serta mau bermain bersama. Tingkat kooperatif anak sangat berpengaruh terhadap proses perawatan selama di rumah sakit terutama terhadap proses penyembuhan. Perilaku kooperatif anak usia prasekolah dapat ditingkatkan melalui terapi bermain, pemberian terapi bermain dapat merubah perilaku anak dalam menerima perawatan (Colin et al., 2020).

3. Perbandingan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain puzzle

Perkembangan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain puzzle sangat berbeda. Perkembangan kecemasan anak sebelum dilakukan terapi bermain puzzle mereka cenderung takut dan menangis saat didatangi dokter ataupun perawat. Tingkat kecemasan pada ketiga subjek tersebut diukur menggunakan CFS didapatkan hasil sebelum dilakukan penerapan An.B berada pada tingkat kecemasan ringan, An.A berada pada tingkat kecemasan berat dan An.E berada pada tingkat kecemasan sedang. Sesudah dilakukannya penerapan tingkat kecemasan pada An.B sudah tidak ada kecemasan, pada An.A sudah tidak ada kecemasan dan pada An.E sudah tidak mengalami kecemasan. Kecemasan anak yang dirawat dirumah sakit akan sangat terlihat pada hari pertama, kedua bahkan hari ketiga, selanjutnya cemas akan berkurang. Kecemasan pada anak bisa berkurang karena adanya dukungan dari orang tua, teman, aktivitas saat dirumah sakit, terapi bermain dan petugas yang ada di rumah sakit (Aprina et al., 2019).

Setelah diberikan terapi bermain anak lebih aktif dan dapat mengekspresikan harapan, keterampilan, dan kemampuan motorik anak berkembang, kemampuan kognitif akan meningkat, potensi anak yang akan semakin terlihat berkembang, serta rasa percaya diri yang semakin meningkat (Pawiliyah & Marliens, 2019).

Bermain pada anak di rumah sakit menjadi media bagi anak untuk mengekspresikan perasaan tanpa kata-kata, dimana bermain puzzle membuat seseorang secara tidak sadar telah mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stres dan membuat kembali merasa bahagia dan serta bertujuan untuk menghadapi ketakutan, kecemasan dan mengenal lingkungan perawatan (Aryani & Nedra, 2021). Permainan merupakan suatu kreativitas yang dapat meningkatkan kemampuan anak dan dapat melepaskan perasaan marah, sedih, atau rasa cemas. Selain itu, permainan sesuai perkembangan anak dapat memperbaiki gangguan emosional dan mengatasi kondisi fisik anak. Ketakutan anak terhadap perlukaan muncul karena anak menganggap tindakan dan prosedurnya mengancam integritas tubuhnya. Hal ini menimbulkan reaksi agresif dengan marah, berontak, ekspresi verbal dengan mengucapkan kata-

kata marah, tidak mau bekerja sama dengan perawat dan ketergantungan pada orang tua (Sudirman et al., 2023).

Subjek dalam penerapan ini berjenis kelamin berbeda. Pada An. B berjenis kelamin laki-laki, An.E dan An.A berjenis kelamin perempuan. Mengungkapkan bahwa populasi kecemasan lebih banyak dialami pada anak perempuan yang berkemungkinan disebabkan karena anak perempuan cenderung berkepribadian lebih labil dan bersifat immature, hormon juga berpengaruh terhadap emosi sehingga menyebabkan anak mudah curiga dan cemas tingkat kecemasan yang penulis dapatkan sebelum penerapan pada anak perempuan ternyata lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki dibuktikan dengan tingkat kecemasan sebelum penerapan pada An. E dan An. A lebih tinggi dibandingkan An. B (Purwanti, 2018).

Subyek 1 (An. A) dan Subjek 2 (An. E) berusia lebih muda yaitu berusia 3 dan 4 tahun dibandingkan dengan subyek 3 (An. B) yang berusia 5 tahun. Hospitalisasi dan faktor-faktor yang terkait lebih mempengaruhi anak-anak dibanding dengan orang dewasa. Anak-anak memang jelas tidak memiliki kemampuan emosi dan kognitif yang setara dengan orang dewasa. Sesuai dengan teori di atas, kedua subyek berada pada usia prasekolah yang belum memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi dan kognitif. Usia berpengaruh terhadap skala kecemasan anak, subyek 1 dan 2 dengan usia lebih muda memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan subyek 3 yang usianya lebih tua.

Penerapan lainnya dilakukan di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro terkait pengaruh bermain puzzle menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi bermain puzzle pada kedua subjek sebelum penerapan pada An. C lebih tinggi dibandingkan An. M. Dimana pada An. C yang sebelum penerapan mengalami kecemasan sedang dengan skor 5 turun menjadi kecemasan ringan dengan skor 1 sedangkan pada An. M sebelum penerapan mengalami kecemasan ringan dengan skor 3 kini sudah tidak mengalami kecemasan (Pratiwi et al., 2023).

Hasil penelitian Aprina, dkk (2019), bahwa rata-rata skor kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain puzzle adalah 64,30 dan sesudah diberikan terapi bermain puzzle adalah 48,60. Didapatkan p-value = 0,000 yang menunjukkan adanya perbedaan skor kecemasan pra operasi sebelum dan sesudah mendapatkan terapi bermain puzzle. sehingga dapat dibuktikan terapi bermain puzzle mampu menurunkan kecemasan pada anak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah terapi bermain puzzle diberikan pada ketiga subjek penelitian yaitu terjadi penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh ketiga anak yaitu yang awalnya mengalami tingkat kecemasan berat dan kecemasan sedang setelah diberikan terapi bermain puzzle tingkat kecemasan menurun. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain puzzle yang penulis lakukan mampu menurunkan tingkat kecemasan pada anak.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah terapi bermain puzzle diberikan pada ketiga subjek penelitian yaitu terjadi penurunan tingkat kecemasan yang

dialami oleh ketiga anak yaitu yang awalnya mengalami tingkat kecemasan berat dan kecemasan sedang setelah diberikan terapi bermain puzzle tingkat kecemasan menurun. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain puzzle mampu menurunkan tingkat kecemasan pada anak. Diharapkan pada penelitian selanjutnya bisa menambah variabel dan mengkorelasikan dengan variabel lainnya. Bagi tenaga medis diharapkan dalam memberikan asuhan keperawatan dapat menerapkan aktivitas terapi bermain puzzle untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak akibat hospitalisasi sehingga anak tidak menolak saat diberikan pengobatan ataupun perawatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliyanto, A., Wahyu T, A., Lis, N. (2021). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Pada Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan* 7(2): 72-84.
- Aprina et al. (2019). Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Usia 3-6 Tahun Terhadap Kecemasan Anak Pra Operasi di Ruang Bedah dr. H. Abdul Moeloek Lampung. *Jurnal Kesehatan*. 10(2).
- Aryani, D., & Zaly, N. W. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 10(1).
- Atikah, R, A., dan Siti, R. (2022). The Application of Fairy Tale Therapy to Preschool Kids Who Get Anxious Due to Hospitalization. *University Research Colloqium*. Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.
- Aykanat, G, B, A., & Gol, I. (2020). Reducing pain and fear in children during venipuncture: a randomized controlled study. *Pain Manag Nurs* 21(3):276-282.
- Colin V, B. Keraman, D. Maydinar, E. Eca. (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.
- Dewi, D, R., Arena, L., Diny, V. (2019). The Effec of Therapy Containing Puzzle on Decreasing Anxiety of Hospitalized Children Aged 3-6 Years. *Atlantis Press* vol 27: 413-415.
- Farida, S, R. (2018). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah Di Bangsal Dahlia Rsud Wonosari. Thesis. Poltekkes Yogyakarta.
- Pawiliyah, P and L. Marlenis. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Mendongeng Dengan Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Silampari* 3(1): 271-280.

- Pratiwi, W., Immawati., Sri, N. (2023). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda* 3(4): 618-627.
- Sari, P, S., Reny, P., Erwinsyah., Rifky, D, P. (2023). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia 3-6 Tahun. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia* 4(1): 109-115.
- Sukadana, G., Ni, M, A, S., Yogi, T. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Toodler. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing* 4(1): 40-44.
- Tandilangan, A., Jani, R, T., Turena, I, J., Meyke, T, P., Ricky, R, I. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Kecemasan Anak Pada Masa Hospitalisasi. *Mahaesa: Malahayati Healthy Student Journal* 3(1): 261-269.
- Utomo, H., Tanziha, I., Jamilah, A, & Noegroho, S. (2021). Profil Anak Indonesia. In Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. Didapat dari : <https://kemenpppa.go.id/index.php/page/read/25/3826/profil-anak-indonesia-tahun-2021>