Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi

Sri Mujiyanti[1], Ris Ris Rismawati[2]

[1]Program Studi Profesi Ners STIKes Faletehan, Jl. Raya Cilegon KM. 06, Pelamunan Kramatwatu-Serang
[2]Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Faletehan Jl. Raya Cilegon KM. 06, Pelamunan Kramatwatu-Serang

Email: srimujiyanti83@yahoo.co.id

Diterima: 28 Juli 2018 Disetujui: Maret 2020

Abstrak

Anak prasekolah merupakan anak usia dini dimana anak belum menginjak masa sekolah yakni terbentang usia 3-6 tahun. Seperti halnya orang dewasa, anak juga dapat terserang suatu penyakit dan membutuhkan hospitalisasi untuk diagnosa dan pengobatan penyakitnya. Hospitalisasi sering menyebabkan trauma pada anak. Kondisi tersebut menjadi salah satu faktor stresor pada anak yang dapat menimbulkan kecemasan. Mengatasi tingkat kecemasan pada anak, perawat dalam memberikan intervensi harus memperhatikan kebutuhan anak sesuai tumbuh kembangnya. Salah satu aktivitas untuk menurunkan kecemasan anak adalah bermain lego. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi aktivitas bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah (3-6 tahun) akibat hospitalisasi. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan Quasi experimental studies dengan pendekatan one-shot case study. Responden dalam penelitian ini berjumlah 22 anak, dimana pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner tingkat kecemasan yang harus diisi oleh orangtua/wali responden. Pengambilan data dilaksanakan dua kali, yaitu sebelum terapi bermain lego dan setelah terapi bermain lego. Pengolahan data menggunakan program komputer. Rata-rata tingkat kecemasan sebelum terapi bermain lego adalah 111.86 dan sesudah terapi bermain lego adalah 63.50. Hasil analisis menggunakan uji statistik parametrik Paired t-test memberikan hasil P value = 0.000 yang artinya < α (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum terapi bermain lego dan setelah terapi bermain lego. Disarankan kepada RSU Banten agar menerapkan terapi bermain lego untuk mengurangi tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang sedang dirawat ruang anak RSU Banten.

Kata kunci: Terapi Bermain; Lego; Kecemasan; Hospitalisasi

Rujukan artikel penelitian:

Wijoyo, E. B., Mustikasari. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*. Vol. 3 (1): 57-66.

The Effect of Lego Play Activity Therapy on Anxiety Levels of Preschool Children (3-6 years) due to Hospitalization

Abstract

Preschoolers are early childhood where the child has not stepped on the school year unfolds aged 3-6 years. Like adults, children can also be stricken with an illness and require hospitalization for the diagnosis and treatment of disease. So that these conditions become a factor stressors in children can cause anxiety. Overcoming anxiety levels in children, nurses in providing interventions should consider the needs of children in accordance growth. One of the activities to reduce children's anxiety is playing lego. The purpose of this study was to determine the effect of therapeutic activity against anxiety level playing lego preschool children (3-6 years) due to hospitalization. The research design used in this study is a quasi-experimental design studies with a one-shot approach of case study. Respondents in this research were 22 children, where data collection by distributing questionnaires anxiety levels to be completed by the parent / guardian respondents. Data retrieval performed twice, ie before therapy and after playing lego play therapy. Processing data using a computer program. The average level of anxiety before is 111.86 and after 63.50, the results of analysis using parametric statistical tests Paired t-test results P value = 0.000 meaning <α (0.05) it can be concluded that there is a significant effect between the level of anxiety before and after play therapy. Recommended to apply play therapy to reduce anxiety levels of preschool children who are being Hospital treated nursery in Banten Hospital.

Keywords: Therapeutic Activities; Lego; Anxiety; Hospitalization

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan suatu masa di mana terjadi berbagai proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pertumbuhan dan perkembangan pada anak terjadi secara fisik, intelektual, maupun emosional. Pada semua dimensi tumbuh kembang terdapat urutan yang jelas dan dapat diperkirakan tetapi laju perkembangan setiap anak tidak sama. Terdapat variasi yang besar dalam hal usia pencapaian tahap perkembangannya. Sebagian tumbuh dan berkembang cepat sedangkan lainnya lambat dalam mencapai maturitas (Wong, Eaton, Wilson, Winkelsten, Schwartz, dan Patricia, 2009).

Anak prasekolah merupakan anak usia dini dimana anak belum menginjak masa sekolah. Masa ini disebut juga masa usia bermain, terbentang usia 3-6 tahun. Pada masa ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang ditandai

dengan perkembangan jasmani, meningkatnya keterampilan dan proses berpikir (Soetjiningsih, 2006). Namun, seperti halnya orang dewasa, anak juga dapat terserang suatu penyakit dan membutuhkan hospitalisasi untuk diagnosa dan pengobatan penyakitnya.

Angka kesakitan anak di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Nasional (Susenas) tahun 2010 di daerah perkotaan menurut kelompok usia 0-4 tahun sebesar 25,8%, usia 5-12 tahun sebanyak 14,91%, usia 13-15 tahun sekitar 9,1%, usia 16-21 tahun sebesar 8,13%. Angka kesakitan anak usia 0-21 tahun apabila dihitung dari keseluruhan jumlah penduduk adalah 14,44%. Anak yang dirawat di rumah sakit akan berpengaruh pada kondisi fisik dan psikologinya, hal ini disebut dengan hospitalisasi.

Bagi anak usia prasekolah, sakit adalah sesuatu yang menakutkan. Selain itu, perawatan di rumah sakit dapat menimbulkan cemas karena anak merasa kehilangan lingkungan yang dirasakanya aman, penuh kasih sayang, dan menyenangkan. Anak juga harus meninggalkan lingkungan rumah yang dikenalnya, permainan, dan teman sepermainannya (Supartini, 2007).

Terapi bermain adalah bagian perawatan pada anak yang merupakan salah satu intervensi yang efektif bagi anak untuk menurunkan atau mencegah kecemasan. Dengan demikian dapat dipahami bahwa didalam perawatan pasien anak, terapi bermain merupakan suatu kegiatan didalam melakukan asuhan keperawatan yang sangat penting untuk mengurangi efek hospitalisasi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya (Nursalam, 2008).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Elfira (2010) menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pada pemberian terapi bermain dengan tehnik bercerita terhadap kecemasan akibat hospitalisasi pada anak prasekolah di ruang perawatan anak RSUD Kota Yogyakarta. Hasil penelitian Li, Joyce, Kwan, Ka, dan Blondi (2016) yang berjudul "*Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children*" menekankan bahwa pentingnya menggabungkan bermain di rumah sakit untuk memberikan asuhan yang holistik dan kualitas perawatan dalam meringankan beban psikologis anak saat dirawat di rumah sakit.

Jenis permainan yang sesuai dengan anak usia prasekolah adalah *associative play, dramatic play, dan skill play*. Permainan yang menggunakan kemampuan

motorik (*skill play*) banyak dipilih anak usia prasekolah. Untuk itu, jenis alat permainan yang tepat diberikan pada anak, misalnya permainan lego, *puzzle*,dan permainan balok-balok besar (Supartini 2007). Permainan lego adalah permainan yang memacu kreativitas anak, permainan berbentuk balok-balok plastik berwarna-warni ukuran mini yang dapat disusun menjadi beragam bentuk seperti mobil, rumah, pesawat terbang, ataupun robot, tergantung pada imajinasi dan kreativitas anakdan permainan ini berasal dari Denmark yang telah berusia lebih dari setengah abad. Lego bukan semata-mata mainan tetapi merupakan alat permainan yang mengacu kreativitas anak (Soebachman, 2012).

Rumah Sakit Umum Banten merupakan rumah sakit rujukan untuk wilayah Banten. Angka hospitalisasi anak pada tiga bulan terakhir (Agustus, September, dan Oktober) adalah 216 anak dan yang usia prasekolah berjumlah 64 anak. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa respon yang dimunculkan anak ketika dirawat adalah menangis, mengamuk, teriak-teriak dan memeluk ibunya. Tujuan penelitin ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bermain lego terhadap kecemasan anak pra sekolah (3-6 tahun) yang mengalami hospitalisasi

BAHAN DAN METODE

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *Preexperimental design* dengan pendekatan *pre test – post test design one group*, dimana penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan *pre test* (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan *intervensi* , kemudian dilakukan *post test* (pengamatan akhir) (Hidayat, 2007).

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Nonprobability sampling*, dengan teknik pengambilan *consecutive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang dirawat di Ruang Anak RSU Banten pada yang memenuhi kriteria sampel dengan jumlah 22 anak. Waktu penelitian dilakukan mulai bulan September 2016-Januari 2017. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini dibuat oleh Subardiah (2009), Aini (2015) dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan uji Anova dengan hasil p uji Anova sebesar 0,89, yang artinya reliabel.

Kuesioner kecemasan terdiri atas 33 item respon perilaku anak yang meliputi bagian A, B, dan C (15 item) untuk mengkaji kecemasan perpisahan dan bagian D dan E (18 item) untuk mengkaji ketakutan terhadap cidera dan kehilangan kontrol. Respon anak dinilai dengan skala likert, yaitu selalu (SL) = 1, sering (SR) = 2, kadang-kadang (KD) = 3, dan tidak pernah (TP) = 4 untuk penilaian pernyataan positif dan untuk pernyataan negatif adalah sebaliknya.

Peneliti melakukan pengumpulan data untuk masing-masing responden 3 hari. Hari pertama, peneliti memilih responden yang termasuk kiteria inklusi yang kemudian memberikan penjelasan tentang kepada orang tua atau wali responden tentang tujuan, manfaat, dan prosedur kegiatan terapi bermain lego sampai dengan meminta persetujuan dan melakukan *pre test.* Hari kedua, melakukan terapi aktivitas bermain dengan waktu 45 menit lamanya. Hari ketiga, melakukan *post test.*

HASIL DAN BAHASAN

Tabel 1
Distribusi frekuensi kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain

Variabel	Mean	SD	Min-Max	95% CI
Kecemasan sebelum	111.86	3.07	102 - 117	110.50 - 113.23
Kecemasan sesudah	63.50	1.59	61 - 67	62.79 - 64.21

Berdasarkan hasil analisis menggunakan sistem komputer didapatkan data rata-rata kecemasan anak sebelum diberikan terapi bermain *(pre test)* adalah 111.86 (95% CI : 110.50 – 113.23) dengan SD 3.07. Kecemasan minimal 102 dan kecemasan maximal 117 dan data rata-rata kecemasan anak setelah diberikan terapi bermain *(post test)* adalah 63.50 (95% CI : 62.79 – 64.21) dengan SD 1.59 dan kecemasan minimal 61 dan kecemasan maximal 67. Sehingga didapatkan data selisih mean sebelum dan setelah diberikan terapi bermain adalah 48.36.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Tesaningrum dan Maryam (2012) dimana ada perbedaan nilai minimum dan maksimum pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol yaitu 0 dan 5 dengan 2 dan 6. Seperti halnya yang diungkapkan Nursalam (2008) bahwa aktivitas bermain merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan bagi anak, meskipun hal tersebut tidak menghasilkan komoditas tertentu misalnya keuntungan finansial (uang). Anak bebas mengekspresikan perasaan takut, cemas, gembira, atau perasaan lainnya, sehingga dengan memberikan kebebasan bermain orang tua mengetahui suasana hati anak.

Bermain merupakan media persiapan untuk melakukan prosedur medis maupun tindakan keperawatan. Hal tersebut dilakukan agar dapat meminimalisasi stress hospitalisasi dengan pemberian terapi bermain. Bermain lego juga dapat mengalihkan konsentrasi anak yang sebelumnya terfokus pada rasa cemas dan takut akibat sakitnya, kemudian konsentrasi anak akan dapat beralih ke permainan lego karena ingin menyelesaikan susunan lego tersebut (Alfiyanti, 2007).

Permainan lego sendiri adalah permainan yang memacu kreativitas anak, permainan berbentuk balok-balok plastik berwarna-warni ukuran mini yang dapat disusun menjadi beragam bentuk seperti mobil, rumah, pesawat terbang, ataupun robot, tergantung pada imajinasi dan kreativitas anak (Soebachman, 2012). Saat bermain, anak mengekspresikan perasaan frustasi, *hostilitas* atau permusuhan serta perasaan kemarahan, sehingga anak dapat melepaskan ketegangan dan beradaptasi terhadap stressor. Aktivitas bermain ini memasukkan strategi koping sederhana untuk menghadapi kecemasan, seperti relaksasi dan distraksi (mengalihkan perhatian anak pada kegiatan yang disukainya) yang bermanfaat untuk menurunkan kecemasan selama tindakan keperawatan sehingga akan terbentuk pula sikap kooperatif selama dilakukan tindakan.

Tabel 2
Pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan

Variabel	Mean	SD	SE	*P value*	N

 ISSN: 2580-3077

Kecemasan sebelum intervensi	111.86	3.075	0.656	0.000	22
Kecemasan setelah intervensi	63.50	1.596	0.340		

Dari hasil analisis menggunakan uji statistik *parametrik Paired t-test* memberikan hasil P *value* = 0.000 yang artinya < α (0,05) maka dapat diputuskan H_0 ditolak, sehingga ada pengaruh yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum terapi bermain dan setelah terapi bermain.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Alfiyanti tahun 2006, dimana didapatkan presentase responden yang cemas sebelum dilakukan terapi bermain adalah 70% sedangkan setelah dilakukan terapi bermain sebesar 60%. Hal ini menunjukkan penurunan jumlah responden yang cemas sebesar 10%. Dengan hasil perhitungan uji t-test antara kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain diperoleh harga t hitung = 3,133 lebih besar dari t tabel = 2,086 dan nilai p = 0,005 lebih kecil dari tingkat kemaknaan (0,05) yang berarti ada pengaruh pemberian terapi bermain terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama tindakan keperawatan.

Kecemasan *(anxiety)* adalah penjelmaan dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi manakala seseorang sedang mengalami berbagai tekanan-tekanan atau ketegangan (stress) seperti perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik batin). Perasaan cemas dapat timbul oleh karena dua sebab. Pertama, dari apa yang disadari seperti rasa takut, terkejut, atau tidak berdaya, rasa bersalah dan merasa terancam (Wong et all, 2009).

Sering kali perawatan di Rumah Sakit dianggap anak sebagai hukuman sehingga anak akan merasa malu, bersalah dan takut. Fokus intervensi keperawatan adalah meminimalkan stressor, memaksimalkan manfaat hospitalisasi, memberikan dukungan psikologis pada anggota keluarga, mempersiapkan anak sebelum masuk rumah sakit. Upaya meminimalkan stresor atau penyebab stress dapat dilakukan dengan cara : mencegah atau mengurangi dampak perpisahan, mencegah perasaan

kehilangan kontrol, mengurangi / meminimalkan rasa takut terhadap perlukaan tubuh dan rasa nyeri (Alfiyanti&Samiasih, 2009).

Upaya mencegah/meminimalkan dampak perpisahan dapat dilakukan dengan cara melibatkan orang tua berperan aktif dalalam perawatan anak, modifikasi ruang perawatan, mempertahankan kontak dengan kegiatan sekolah, menghindarkan pembatasan fisik jika anak dapat kooperatif, bila anak diisolasi lakukan modifikasi lingkungan, buat jadwal untuk prosedur terapi, latihan, bermain, memberi kesempatan anak mengambil keputusan dan melibatkan orang tua dalam perencanaan kegiatan, mempersiapkan psikologis anak dan orang tua untuk tindakan prosedur yang menimbulkan rasa nyeri, melakukan permainan sebelum melakukan persiapan fisik anak. Perasaan nyaman juga akan merangsang tubuh untuk mengeluarkan hormon endorphin. Peningkatan endorphin dapat mempengaruhi suasana hati dan dapat menurunkan kecemasan pasien (Wong et all, 2009).

Melihat dari fenomena dan fakta yang terjadi di lapangan tersebut tampak jelas sekali bahwa adanya pengaruh dari pemberian terapi aktivitas bermain terhadap tingkat kecemasan anak akibat dari hospitalisasi, pengaruh ini dapat dilihat dari perbedaan tingkat kecemasan anak sebelum dan setelah diberikannya terapi aktivitas bermain, dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dan didukung teori yang diuraikan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi aktivitas bermain terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) akibat hospitalisasi di ruang anak RSU Banten.

SIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata tingkat kecemasan sebelum terapi bermain adalah 111.86, nilai minimum 102 dan nilai maksimum adalah 117. Rata-rata tingkat kecemasan setelah terapi bermain adalah 63.50, nilai minimum 61 dan maksimum 67. Ada pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) akibat hospitalisasi dengan P *value* = 0.000 yang artinya < α (0,05).

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang pengaruh terapi bermain khususnya lego terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Disarankan kepada RSU Banten agar menerapkan terapi bermain lego atau terapi bermain lainnya seperti mewarnai, *Puzzel*, origami dalam menurunkan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi. Mempertimbanagkan ketersediaannya ruangan atau tempat khusus untuk terapi bermain, membuat program terapi aktifitas bermain sebagai salah satu program andalan dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan rumah sakit.

RUJUKAN

Aini, N. (2015). *Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah yang Dirawat Diruang Flamboyan Rumah Sakit dr. Dradjat Prawiranegara Serang*. STIKes Faletehan

Alfiyanti, D., Hartiti, T., & Samiasih, A. (2007). *Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Selama Tindakan Keperawatan di Ruang Lukman Rumah Sakit Roemani Semarang 2007* (ISSN : 1978-6735). Universitas Muhammadiyah Semarang. Diakses Tanggal 28 September 2016. Dari : http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/FIKkeS/article/view/359/395

Elfira, E. (2010). *Pengaruh Terapi Bermain dengan Teknik Bercerita Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak Prasekolah di Ruang Perawatan Anak.* Universitas Sumatera Utara. Diakses Tanggal 15 Oktober 20116. Dari : http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/24484/5/Chapter%20I.pdf

Hidayat, A, A, A (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika

Li., Joyce Oi., Kwan, Ka., & Blondi Ming. (2016). *Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children*. Diakses Tanggal 05 Oktober 2016. Dari : https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12887-016-0570-5

Nursalam, M, N., Susilaningrum, R., & Utama, S. (2008). Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak. Salemba Medika: Jakarta

Pravitasari, A., & Edi. B., W. (2012). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Anak Usia Prasekolah Sebelum dan Sesudah Program Mewarnai*. Universitas Diponogoro. Diakses Tanggal 04 Oktober 2016. Dari : http://download.portalgaruda.org/article.php?article=74185&val=4707

Soetjiningsih. (2006). *Buku Ajar II Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Idai. Jakarta

Supartini, Yupi. 2007. *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. EGC. Jakarta

Subardiah, P, I. (2009). Pengaruh Permainan Terapeutik Terhadap Kecemasan, Kehilangan Kontrol, dan Ketakutan Anak Prasekolah Selama Dirawat di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Propinsi Lampung. Universitas Indonesia : Depok. Diakses Tanggal 05 Febuari 2017 di http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2016-11/124956-Ida_Subardiah_P.pdf

Tesaningrum, Z., & Mariyam. (2012). *Terapi Bermain Lego dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah*. Universitas Muhammadiyah Semarang. Diakses Tanggal 04 Oktober 2016. Dari : http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/1455/1508

Wong, Eaton, Wilson, Winkelsten, Schwartz, dan Patricia. (2009). Buku ajar keperawatan pediatrik wong Vol. 2 Ed. 6 Cet. 1. EGC. Jakarta