

TERAPI BERMAIN LEGO TERHADAP KECEMASAN MASA HOSPITALISASI ANAK PRA SEKOLAH DI RUMKITAL Dr. MIDİYATO SURATANI TANJUNGPINANG

Arbakyah¹, Wasis Pujiati², Hotmaria Julia Dolok Saribu³

¹Mahasiswi Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

^{2,3}Dosen Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

e-mail:wasispujiati82@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh rasa ketakutan dan gejala fisik yang menegangkan dan tidak diinginkan oleh anak, sehingga akan berpengaruh pada kesehatannya. Terapi bermain dengan menggunakan media lego merupakan salah satu asuhan keperawatan pada anak untuk mengurangi kecemasan dan ketakutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan masa hospitalisasi anak pra sekolah. Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment design* dengan rancangan *pre test and post test without control*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 24 anak pra sekolah. Alat pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner kecemasan. Analisa uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* 0,000, yang artinya terdapat pengaruh terapi bermain lego terhadap kecemasan masa hospitalisasi anak pra sekolah di Rumkital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bahwa kecemasan pada anak bisa diturunkan dengan melakukan terapi bermain lego dan tersedianya media lego di ruangan anak.

Kata Kunci: Anak Pra sekolah, Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi Bermain Lego

ABSTRACT

Anxiety is an unpleasant emotional state that is marked by fear and physical symptoms that are tense and unwanted by the child, so that it will affect his health. Play therapy using lego media is one of the nursing care in children to reduce anxiety and fear. This study aims to determine the effect of play lego therapy on anxiety levels during hospitalization of preschool children. This study uses a quasi-experimental design method with a pre-test and post-test design without control. The sampling technique uses purposive sampling with the number of respondents as many as 24 pre-school children. Data collection tool uses anxiety questionnaire sheets. Wilcoxon test analysis obtained p value of 0,000, which means that there is an influence of playing lego therapy on anxiety during the hospitalization of preschool children at Dr. Rumkital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. The results of this study can be a reference that anxiety in children can be reduced by doing lego play therapy and the availability of lego media in a child's room.

Keywords: Pre-school Children, Hospitalization, Anxiety, Lego Play Therapy

PENDAHULUAN

Hospitalisasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan penuh stres pada anak maupun keluarga, stressor utama dialami berupa perpisahan dengan keluarga, kehilangan kontrol, perlukaan tubuh, dan nyeri (Kyle, 2017).

Dampak dari hospitalisasi pada anak salah satunya perubahan perilaku. Seperti, takut, stres, cemas karena perpisahan dan gangguan tidur terutama pada anak yang berusia kurang dari 7 tahun. Biasanya anak bereaksi terhadap stres dan kecemasan saat sebelum, selama dan setelah hospitalisasi. Untuk mengatasi dampak hospitalisasi dapat dilakukan dengan cara mencegah atau mengurangi perpisahan, mencegah perasaan kehilangan dan mengurangi rasa takut saat bersama perawat maupun dokter (Ramdaniati, 2011).

Menurut Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2014, di Amerika Serikat pasien anak yang mengalami stres selama hospitalisasi mencapai 3%-10%. Di Jerman anak usia pra sekolah mengalami hospitalisasi sekitar 3%-7%, sedangkan di Kanada Slandia Baru mencapai 5%-10% mengalami tanda stres selama hospitalisasi (Ismanto *et al*, 2018).

Di Indonesia jumlah anak pra sekolah mencapai 9.603.173 anak sedangkan di Kepulauan Riau berjumlah 87.417 anak. berdasarkan data survei kesehatan nasional (SUSENAS) pada tahun 2010, menyatakan jumlah anak usia pra sekolah sebesar 72% dari jumlah penduduk Indonesia, dan diperkirakan 35 per 100 anak mengalami hospitalisasi dan 45% diantaranya mengalami kecemasan (Anggika & Wahyuni, 2016).

Kecemasan adalah perasaan yang sering dialami pasien anak usia pra sekolah mengalami hospitalisasi dirumah sakit. Biasanya kecemasan yang sering dialami pada anak-anak seperti menangis, dan takut

pada orang baru. Banyaknya faktor pendukung yang dialami oleh anak ketika menjalani hospitalisasi dirumah sakit menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak tersebut. Salah satu penyebab dari stres dan kecemasan pada anak ialah berada dilingkungan rumah sakit (Utami, 2014).

Tindakan untuk menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah yaitu, dengan terapi bermain dan kerja sama dengan orang tua yang baik, sehingga dapat meminimalkan atau penurunan stres pada anak yang dirawat dirumah sakit (Adriana, 2011). Masa usia pra sekolah sering disebut sebagai masa bermain, karena dalam masa ini orientasi anak hampir semua pada permainan. Salah satu stimulus dan lingkungan yang dapat membantu memaksimalkan tumbuh kembang dan kecerdasan pada anak ialah bermain. Dalam kondisi seperti ini perawat diharapkan bisa memberikan asuhan keperawatan untuk menurunkan kecemasan anak usia pra sekolah dengan menggunakan terapi bermain lego (Yuriastien *et al*, 2013).

Terapi bermain lego merupakan salah satu jenis terapi bermain yang menggunakan alat permainan yang dapat disusun serta dibongkar pasang yang memiliki berbagai bentuk seperti, persegi, persegi panjang, dan memiliki gerigi. Lego termasuk permainan konstruktif atau bangun membangun untuk meningkatkan kecerdasan serta kreativitas pada anak (Tesaningrum, 2013). Tujuan dari terapi bermain lego adalah untuk mengalihkan konsentrasi anak yang sebelumnya terfokus pada rasa kecemasan dan rasa takut akibat sakit yang anak rasakan, kemudian konsentrasi pada anak akan dapat beralih ke permainan lego karena ingin menyelesaikan permainan pada susunan lego tersebut (Pramono, 2012).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis metode kuantitatif, dengan *quasi eksperimental design* (eksperimen semu). Pada rancangan

penelitian ini menggunakan rancangan *pre and post test without control* yaitu satu kelompok *eksperiment* diukur variabel *dependennya (pre test)*, kemudian diberikan stimulus dan diukur kembali variabel *dependen (post test)* tanpa ada kelompok pembandingan. Sebelum diberikan terapi bermain lego kepada anak, orang tua terlebih dahulu mengisi kuesioner pada hari pertama atau kedua anak dirawat inap, hasil pengisian tersebut dicatat sebagai data *pre test*, lalu anak diberikan terapi bermain lego selama 10-15 menit. Terapi bermain lego dilakukan 2 x dalam 1 hari. Kemudian 1 hari setelah anak diberikan terapi bermain lego, orang tua diberikan kembali dan hasilnya dicatat sebagai data *post test*. Penelitian ini menggunakan 25 kuesioner untuk melihat kecemasan yang ada pada anak. Analisa data yang digunakan adalah Uji wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Tingkat Kecemasan Anak Sebelum Terapi Bermain Lego Di Rumkital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang

Tingkat Kecemasan	F	Prosen (%)
Ringan	2	8,3
Sedang	7	29,2
Berat	15	62,5
Total	24	100%

Tabel 2
Tingkat Kecemasan Anak Sesudah Terapi Bermain Lego Di Rumkital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang

Tingkat Kecemasan	F	Prosen(%)
Tidak cemas	16	66,7
Ringan	6	25,0
Sedang	2	8,3
Total	24	100%

Tabel 3
Distribusi Perbedaan Kecemasan Anak Sebelum dan Sesudah Terapi Bermain Lego Di Rumah Sakit Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang

Mean Value	Std.Dev	Min	Max	P
<i>Pre Test</i>	10,555	50	89	0,000
<i>Post Test</i>	10,085	35	76	

Tingkat Kecemasan Anak Masa Hospitalisasi Sebelum dilakukan Terapi Bermain Lego

Pada penelitian ini tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah yang mengalami hospitalisasi sebelum dilakukan terapi bermain lego sebanyak 2 orang anak (8,3%) mengalami kecemasan ringan, 7 orang anak (29,2%) mengalami kecemasan sedang dan 15 orang anak (62,5%) mengalami kecemasan berat.

Kecemasan merupakan perasaan gelisah, rasa tidak nyaman dan merasakan sesuatu yang menyakitkan. Kecemasan yang terjadi pada anak usia pra sekolah tidak dapat dibiarkan, apabila tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan pengobatan yang diberikan sehingga akan berpengaruh pada kesehatannya. Lingkungan rumah sakit, petugas kesehatan (dokter, perawat, dan tenaga kesehatan lainnya), yang berada di rumah sakit yang baru dilihat oleh anak menyebabkan anak menjadi takut dan cemas. Untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah perlu suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemas salah satunya dengan terapi bermain lego (Dayani *et al*, 2015).

Pada penelitian ini respon dari anak usia pra sekolah dijumpai hasil yang mengalami kecemasan ringan sampai kecemasan berat dengan respon diam, menangis ketika bertemu petugas kesehatan seperti dokter dan perawat, serta tidak mau berpisah dengan orang tuanya atau ingin selalu digendong atau dipeluk orang tuanya, tidak menjawab pertanyaan yang diajukan perawat dan anak

tidap menatap perawat melakukan sesuatu kepadanya. Anak juga enggan untuk bersosialisasi terhadap lingkungan sekitar ruangnya, dan waktu tidur anak terkadang berkurang.

Hal ini didukung dari penelitian Rafiqah (2016), pada anak usia pra sekolah saat perawat melakukan tindakan pemeriksaan anak sering menghindar serta menangis, anak juga sulit memulai waktu tidur dan waktu tidur pada anak semenjak dirawat inap menjadi berkurang.

Menurut peneliti penyebab anak pra sekolah yang mengalami hospitalisasi sebelum dilakukan terapi bermain lego disebabkan rasa ketidaknyamanan berada dilingkungan baru, sehingga anak butuh beradaptasi diri dan tindakan medis juga mempengaruhi, perpisahan atau jauh dari orang tua menyebabkan anak mengalami dampak hospitalisasi.

Tingkat Kecemasan Anak Masa Hospitalisasi Sesudah dilakukan Terapi Bermain Lego

Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecemasan anak usia pra sekolah yang telah dilakukan terapi bermain lego sebanyak 16 orang anak (66,7%) tidak mengalami kecemasan, 6 orang anak (25,0%) mengalami kecemasan ringan, dan 2 orang anak (8,3%) mengalami kecemasan sedang.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Wahyuningrum (2015) yang menjelaskan bahwa tingkat kecemasan anak yang dihospitalisasi saat dilakukan *pre test* sebesar 81,8%, sedangkan setelah dilakukan *post test* sebesar 77,3%, sehingga dapat disimpulkan pengaruh terapi bermain lego dapat menurunkan kecemasan pada anak pra sekolah.

Menurut penelitian Nuryanto (2010), menyatakan bahwa pemberian terapi bermain lego pada anak usia pra sekolah mengalami hospitalisasi menunjukkan bahwa terapi tersebut dapat menurunkan kecemasan anak

yang menjalani perawatan di rumah sakit. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pada pemberian metode terapi bermain lego saat anak menjalani hospitalisasi dirumah sakit.

Dalam penelitian ini digunakan media lego yang memiliki berbagai bentuk seperti, persegi, persegi panjang dan memiliki gerigi. Pada penelitian ini kegiatan terapi bermain lego dilakukan dengan memberi contoh bentuk seperti, bentuk mobil, berbagai bentuk binatang, dan sesuai keinginan pada anak. Lego termasuk permainan *konstruktif* atau bangun membangun untuk meningkatkan kecerdasan serta kreativitas pada anak, serta pemilihan terapi lego sebagai alat permainan diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah (Tesaningrum, 2013).

Pemberian terapi bermain lego membuat anak menjadi senang dan bangga atas karya yang anak hasilkan dari kreativitasnya sendiri. Perasaan senang yang dialami anak akan merangsang tubuhnya untuk mengeluarkan hormon *endorphin*. Peningkatan pada hormon *endorphin* dapat mempengaruhi suasana hati dan menurunkan kecemasan pada anak. Hormon *endorphin* ialah hormon yang diproduksi oleh bagian hipotalamus diotak. Hormon *endorphin* menyebabkan otot menjadi rileks dan bisa memperkuat sistem kekebalan tubuh. Selain mengeluarkan hormon *endorphin* tubuh juga mengeluarkan *Gamma-Aminobutyric Acid* (GABA) dan *Enkephalin*. Zat-zat tersebut dapat menimbulkan efek analgesia sehingga nyeri yang dirasakan oleh anak akibat sakit dapat berkurang. Jika *stressor* kecemasan yang dialami anak pra sekolah dapat diatasi maka kecemasan yang dialami anak dapat berkurang (Sa'diah, 2014).

Analisis Perbedaan Terapi Bermain Lego Terhadap Kecemasan Masa Hospitalisasi Sebelum Dan Sesudah Terapi Bermain Lego Di Rumah Sakit Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan adanya penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah setelah diberikan terapi bermain lego. Pada *pre test* kecemasan berat sebanyak 15 orang anak (62,5%) setelah diberikan terapi atau *post test* kecemasan berat pada anak tidak ada. Untuk kecemasan sedang pada *pre test* 7 orang anak (29,2%) setelah diberikan terapi bermain lego atau *post test* sebanyak 2 orang anak (83,3%) mengalami kecemasan sedang. Pada *pre test* rata-rata mengalami kecemasan berat setelah diberikan terapi atau *post test* anak tidak mengalami kecemasan sebanyak 16 orang anak (66,7%).

Penurunan kecemasan ini dapat dilihat pada tabel 3 dengan dilakukan uji *Wilcoxon* diberikan nilai *p value* atau *Asymp. Sig* yang diperoleh adalah 0,000 (<0,05) dapat dikatakan bahwa “kecemasan antara sebelum dan sesudah terapi bermain lego berbeda secara bermakna”.

Bagi anak usia pra sekolah hospitalisasi ialah salah satu penyebab kecemasan dimana tingkat kecemasan terhadap penyakit serta keadaan yang mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit. Anak yang tinggal dirumah sakit dapat menimbulkan stres. Stres karena lingkungan yang asing bagi anak, stres yang dialami oleh anak akan menimbulkan banyak reaksi seperti, tidak mengenal lingkungan sekitar, menarik diri, hilangnya kontrol dan mengalami ketakutan saat petugas kesehatan melakukan perawatan pada anak (Wahyuni, 2016).

Untuk mengatasi kecemasan anak pada masa hospitalisasi dibutuhkan pendekatan menggunakan filosofi *atraumatic care*. Dimana pendekatan *atraumatic care* merupakan bentuk perawatan yang diberikan oleh petugas kesehatan dalam pelayanan kesehatan pada anak, melalui penggunaan tindakan yang dapat mengurangi distress fisik

dan distress psikologis yang dialami anak maupun orangtuanya (Supartini, 2014). Upaya bagi perawat dan tugas kesehatan untuk meminimalkan dampak pada masa hospitalisasi pada anak usia pra sekolah dapat dilakukan dengan teknik terapi bermain lego.

Terapi bermain lego adalah suatu metode dan cara yang dapat digunakan serta diberikan kepada anak yang dirawat dirumah sakit. Dimana lego merupakan permainan bangun membangun (konstruktif), yang meningkatkan kecerdasan, kreativitas pada anak, dan dapat mengalihkan konsentrasi anak yang sebelumnya merasa cemas dan takut akibat rasa sakitnya, kemudian konsentrasi anak dapat beralih kepermainan lego karena adanya keinginan untuk menyelesaikan susunan lego tersebut dan ketertarikan pada warna-warni lego yang cerah (Pramono, 2012).

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya dilakukan Tesaningrum (2013), yang menunjukkan ada pengaruh terapi bermain teraupetik: lego terhadap tingkat kecemasan anak usia pra sekolah, Oleh karena itu dari hasil penelitian yang telah dilakukan mendukung teori sebelumnya yang menyebutkan bahwa tindakan terapi bermain lego merupakan media yang paling efektif digunakan pada anak yang mengalami kecemasan masa hospitalisasi, maka dapat disimpulkan bahwa terapi bermain lego dapat digunakan sebagai metode yang efektif untuk mengurangi kecemasan anak masa hospitalisasi anak pra sekolah.

KESIMPULAN

Ada pengaruh terapi bermain lego terhadap kecemasan masa hospitalisasi anak pra sekolah di Rumkital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang

REFERENSI

Anggika, A & Wahyuni, (2016). *Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Berhubungan Dengan Perubahan Pola Tidur Di Rsud Karanganya*. Gaster Vol. XIV. STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

- Diakses pada tanggal 15 Oktober 2019, dari [file:///C:/Users/acer/Downloads/121-237-1SM%20\(8\).Pdf](file:///C:/Users/acer/Downloads/121-237-1SM%20(8).Pdf)
- Dayani, N. E., Budiarti, L.Y., Lestari, D. R., (2015). *Treapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) yang Menjalani Hospitalisasi di RSUD Banjarmasin, DK* Vol.3. UniversitasLambungMangkkurat. Diakes 15 Oktober 2019, dari <http://ppjp.unlam.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/592>
- Ismanto. H, Gresty.M, Amatus. Y. (2018). *“Hubungan Sikap Perawat Dengan Stress Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah di RSUD Pancaran Kasih GMIM Manado”*.E-Journal Keperawatan (e-kp). Vol 6 No. 1. Diakses tanggal 14 Oktober 2019.
- Kyle, T., & Carman, S. (2017). *Essential of pediatric nursing. Third Edition*. Philadelphia: Wolters Kluwe
- Nuryanto. (2010). *Pengaruh Terapi Bermain Menggunakan Gambar Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah di RSUD Jepara*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Pramono, T. S (2012). *Permainan Asyik Bikin Anak Pintar*. Yogyakarta: IN AzNa Books.
- Rafiqah.,A. (2014). *Pengaruh Terapi Bermain Fuzzle Terhadap Dampak Hospitalisasi Anak Pra Sekolah Di Ruang Anggrek Rsud Kota Tanjungpinang*. Skripsi: Stikes Hangtuah Tanjungpinang
- alita. Jakarta: PTN Wahyu Media, (2013).
- Ramdaniati, Sri. (2011). *Analisis Determinan Kejadian Takut Pada Anak Pra Sekolah dan Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi Di Ruang Rawat Anak RSUD Blud dr. Slamet Garut*. Tesis. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Program Magister Keperawatan Universitas Indonesia.
- Sa’diah, H, Ririn. (2014), *“Pengaruh Terapi Bermain Origami terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak Prasekolah dengan Hospitalisasi di Ruang Aster RSD dr. Soebandi Jember”*. E-Jurnal Pustaka Kesehatan , vol.2 (no.3) 2014.
- Tesaningrum, Z. (2013). *Terapi bermain lego terhadap timngkat kecemasan anak usia prasekolah di Ruang Melati RSUD RA Kartini Jepara*. *Jurnal Unimus*.
- Utami, Y. (2014) *Dampak Hospitalisasi terhadap Anak*. *Jurnal Ilmiah WISYA* vol.2 No2; (9-20). <http://e-journal.jurwidyakop3.com/index.php/journal-ilmiah/article/view/177>
- Wahyuni. A. Anggika. (2016). *Tingkat kecemasan anak pra-sekolah yang mengalami hospitalisasi berhubungan dengan pola tidur di Rumah Sakit Umum Karangannyar*. *Jurnal: Gaster* Vol. 15, No. 2 Agustus 2016.
- World Health Organization (WHO). (2014). *Jumlah anak yang mengalami hospitalisasi di Amerika*.Diakses dari:<http://www.rand.org/labor/bps/who.html> pada tanggal 10 Oktober 2019
- Yuriastien, Effiana, S. P. Prawitasari, Daisy, and A.B.K.D.S.K. Febry, *Games Therapy untuk Kecerdasan Bayi & B*