

**PENGARUH TERAPI BERMAIN TEBAK GAMBAR UNTUK MENURUNKAN  
KECEMASAN PADA PASIEN ANAK USIA TODDLER AKIBAT HOSPITALISASI  
DI RUMAH SAKIT**

***THE EFFECT OF IMAGE PLAYING THERAPY TO REDUCE HOSPITALIZATION  
ANXIETY IN TODDLER AGE PATIENTS AT HOSPITAL***

**Dwi Prima Hanis Kusumaningtyas<sup>1</sup>, I Ketut Andika Priastana**

<sup>1</sup>Universitas Triatma Mulya, Bali

<sup>2</sup>Universitas Triatma Mulya, Bali

(email penulis korespondensi:hanis.kusumaningtyas@triatmamulya.ac.id)

---

Info Artikel: Diterima: 19 Oktober 2020 Revisi: 30 November 2020 Disetujui: 25 Desember 2020

---

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Hospitalisasi (rawat inap) pada pasien anak dapat menyebabkan kecemasan dan stres pada semua tingkatan usia. Penyebab dari kecemasan dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor dari petugas (perawat, dokter, dan tenaga kesehatan lainnya), lingkungan baru, maupun keluarga yang mendampingi selama perawatan. Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan kecemasan pada pasien anak usia toddler akibat hospitalisasi.

**Metode:** Penelitian ini adalah *Quasy Experiment* dengan desain *one group pretest posttest*. Pengambilan sampel ini mempertimbangkan kriteria inklusi maupun kriteria eksklusi yang ada dengan jumlah sampel 38 responden. Analisis bivariat yang digunakan yaitu menggunakan uji statistik dengan tingkat kebermaknaan 0,05 dengan menggunakan *Wilcoxon Test*. **Hasil:** Hasil uji statistik *Wilcoxon* diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ( $p < \alpha$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada pengaruh terapi bermain tebak gambar untuk penurunan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak usia *Toddler* di Rumah Sakit Umum Negara. **Kesimpulan:** Ada pengaruh terapi bermain tebak gambar untuk penurunan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak usia *Toddler* di Rumah Sakit Umum Negara.

**Kata kunci :** *Terapi bermain tebak gambar, Hospitalisasi, Kecemasan, Toddler*

**ABSTRACT**

**Background:** Hospitalization (hospitalization) in pediatric patients can cause anxiety and stress at all age levels. The cause of anxiety is influenced by many factors, including factors from the staff (nurses, doctors, and other health workers), the new environment, and the family that accompanies them during treatment. Separation anxiety, also known as analytical depression, is a major stressor in middle to preschool babies. The objective of this study was to decrease hospitalisasi anxiety in toddler age hospital.

**Methods:** The study design was a pre-experiment with one group pretest posttest. This sampling takes into account the existing inclusion criteria and exclusion criteria with a sample size of 38 respondents. The bivariate analysis used was a statistical test with a significance level of 0.05 using the *Wilcoxon Test*.

**Results:** The results of the *Wilcoxon* statistical test obtained a significant number or probability value (0.000) which is much lower than the standard significance of 0.05 or ( $p < \alpha$ ), then  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, which means that there is an effect of playing guess pictures therapy to reduce hospitalization anxiety in *Toddler* age patients at the State General Hospital. **Conclusion:** There is an effect of playing guess the picture therapy to reduce hospitalization anxiety in toddler patients at the Rumah Sakit Umum Negara.

**Keywords :** *Guess the picture play therapy, Hospitalisasi, Anxiety, Toddler*

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi adalah suatu keadaan dimana anak dirawat di Rumah Sakit dalam situasi terencana maupun darurat untuk mendapatkan terapi dan perawatan sampai kondisinya membaik hingga pemulangnya kerumah. Selama menjalani proses perawatan tersebut, anak dan orang tua dapat mengalami kondisi yang menurut beberapa penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan kecemasan.<sup>14</sup> Masa toddler yang berada pada umur 12 sampai 36 bulan merupakan masa eksplorasi lingkungan yang intensif, karena anak berusaha mencari tahu bagaimana semua terjadi. Meskipun bisa menjadi saat yang sangat menantang bagi orang tua dan anak karena masing-masing belajar untuk mengetahui satu sama lain dengan lebih baik, pada masa ini merupakan periode sangat penting untuk mencapai perkembangan dan pertumbuhan anak yang optimal. Hospitalisasi yang terjadi pada anak ini dapat memunculkan kecemasan dan stres pada anak di semua tingkatan.<sup>6</sup>

Kecemasan akibat perpisahan dengan orang terdekat atau yang biasa disebut depresi analitik, merupakan stres utama pada bayi usia pertengahan sampai usia prasekolah. Pada rentang bayi usia pertengahan sampai usia prasekolah tersebut kecemasan dimanifestasikan dalam tiga fase, yaitu fase protes, putus asa, dan pelepasan. Selama fase protes, anak-anak bereaksi secara agresif, menolak perhatian dari orang lain, dan kedukaan mereka tidak dapat ditenangkan. Selama fase putus asa, anak-anak cenderung tidak aktif, tidak tertarik, dan menarik diri dari orang lain. Sedangkan fase pelepasan, anak akan tampak menyesuaikan diri terhadap lingkungan barunya, akan tetapi hal ini merupakan hasil dari kepasrahan dan bukan merupakan tanda-tanda kesenangan.<sup>4</sup>

Penyebab dari kecemasan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor dari petugas (perawat, dokter, dan tenaga kesehatan lainnya), lingkungan baru, maupun keluarga yang mendampingi selama perawatan.<sup>16</sup> Pengamatan peneliti kepada beberapa anak di Ruang Cempaka Rumah Sakit Umum Negara menunjukkan bahwa seorang anak yang mengalami kecemasan menunjukkan tanda anak menangis ketika perawat datang untuk

memberikan tindakan keperawatan, anak tidak mau ditinggal sendiri oleh orang tuanya, anak marah atau meronta ketika perawat memberikan tindakan keperawatan. Kecemasan yang dialami oleh anak jika dibiarkan terus menerus dapat menimbulkan stres. Stres pada anak dapat menyebabkan penurunan respon imun sehingga dapat berpengaruh terhadap proses penyembuhannya, lama perawatannya bertambah, dan mempercepat terjadinya komplikasi penyakit yang tidak diinginkan.<sup>11</sup>

Perawatan pada anak yang berkualitas dengan memperhatikan tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak akan dapat mengurangi kecemasan dan ketakutan yang terjadi karena bila kecemasan dan ketakutan tidak ditangani akan membuat anak menolak tindakan perawatan dan pengobatan yang diberikan. Penolakan perawatan maupun terapi oleh anak akan mempengaruhi lamanya perawatan, memperberat kondisi anak bahkan menyebabkan kematian pada anak. Dampak dari anak sakit yang tidak ditangani ini akan menyebabkan kesulitan dan kemampuan membaca yang buruk, memiliki gangguan bahasa, menurunnya kemampuan intelektual dan social serta fungsi imun.<sup>12</sup>

Masa anak-anak merupakan dasar dari seluruh kehidupan seseorang. Pengalaman kurang menyenangkan yang dialami oleh anak akan memudahkan timbulnya gangguan dalam penyesuaian diri. Anak perlu dilakukan intervensi untuk meminimalisir akibat dari pengalaman traumatik yang dialami oleh anak ketika menjalani proses hospitalisasi.<sup>8</sup> Anak membutuhkan media untuk dapat mengekspresikan perasaan yang timbul akibat pengalaman yang tidak menyenangkan, sehingga anak mampu bekerja sama dengan petugas kesehatan selama dalam pengobatan. Media yang paling efektif adalah melalui kegiatan permainan. Bermain merupakan aktifitas pada masa kanak-kanak yang dapat mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan dengan kegiatan yang disukai anak.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh terapi bermain tebak gambar untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak usia *toddler* di Ruang Anggrek di Rumah Sakit Umum Negara.

Hasil yang diperoleh nanti diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dalam melakukan

perawatan pada anak.

## METODE

Penelitian merupakan adalah *Quasy Experiment* dengan desain *one group pretest posttest* yaitu rancangan ini mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek di observasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian di observasi lagi setelah intervensi.<sup>11</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia *toddler* yang dirawat di Ruang Cempaka Rumah Sakit Umum Negara selama tiga bulan terakhir (Mei, Juni, Juli) sebanyak 43 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 38 orang.

Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Cempaka Rumah Sakit Umum Negara Jalan Wijaya Kusuma No. 17, Desa Baler Bale Agung, Kecamatan Negara, Kabupaten Jembrana. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2020. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner DASS 42 untuk mengukur tingkat kecemasan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan *Wilcoxon Test*.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden dan Tingkat Kecemasan (n=38)**

Variabel	n	%
<b>Umur</b>		
1 tahun	6	15,8
2 tahun	13	34,2
3 tahun	19	50,0
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	17	44,7
Perempuan	21	55,3
<b>Pengalaman Rawat</b>		
Ya	23	60,5
Tidak	15	39,5
<b>Kecemasan Sebelum Terapi Bermain</b>		
<b>Tebak Gambar</b>		
Sedang	10	26,3
Berat	18	47,4
Sangat berat	10	26,3
<b>Sesudah Terapi Bermain Tebak Gambar</b>		
Normal		
Ringan	3	7,9
Sedang	31	81,6
	4	10,5

Berdasarkan Tabel 1 bahwa mayoritas karakteristik responden adalah terdapat : (1) responden berusia 3 tahun berjumlah 19 responden (50%), (2) responden berjenis

kelamin perempuan 21 orang (55.3%), (3) Memilih "Iya" memiliki pengalaman rawat sebanyak 23 orang (60.5%), (4) 18 responden (47,4%) mengalami kecemasan berat sebelum

terapi bermain tebak gambar, (5) 31 responden (81,6%) mengalami kecemasan ringan sesudah

terapi bermain tebak gambar.

**Tabel 2. Hasil Analisis Pengaruh Terapi Bermain Tebak Gambar untuk Menurunkan Kecemasan Hospitalisasi pada Pasien Anak Usia *Toddler* di Rumah Sakit Umum Negara**

Uji Statistik <sup>a</sup>	Kecemasan Pre – Post Test
Z	-5,477 <sup>b</sup>
Nilai p	,0005
<i>Wilcoxon Test</i>	

Hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,0005) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ( $p < \alpha$ ), maka H0 ditolak dan H1 diterima

yang berarti ada pengaruh terapi bermain tebak gambar untuk penurunan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak usia *Toddler* di Rumah Sakit Umum Negara.

## PEMBAHASAN

Responden anak usia *toddler* di Rumah Sakit Umum Negara sebagian besar berumur 3 tahun berjumlah 19 orang (50,0%). Tingkat kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor usia, karena usia sangat berkaitan dengan tingkat perkembangan kognitif anak. Semakin muda usia anak makan semakin tinggi kecemasan yang dialaminya akibat hospitalisasi. Anak usia infant, *toddler* dan prasekolah lebih beresiko untuk mengalami stress hospitalisasi karena dilihat dari usia anak yang masih terbatas kemampuan kognitif dalam memahami hospitalisasi. Sakit dan dirawat di rumah sakit merupakan krisis yang utama tampak pada anak dan pengalaman yang tidak menyenangkan. Anak yang dirawat di rumah sakit mudah mengalami krisis sebab: anak mengalami perubahan, baik terhadap status kesehatan maupun lingkungannya barunya.

Perubahan aktifitas sehari-hari dan anak mempunyai sejumlah keterbatasan dalam mekanisme coping untuk mengatasi masalah yang bersifat menekan. Reaksi anak dalam mengatasi krisis yang menimbulkan kecemasan tersebut dipengaruhi oleh tingkat perkembangan usia, pengalaman sebelumnya terhadap sakit dan dirawat di pelayanan kesehatan, sistem pendukung yang tersedia untuk anak, serta ketrampilan coping dalam menangani stres yang timbul akibat perawatan.<sup>16</sup> Respon terhadap penyakit pada usia *toddler* yaitu, *toddler* kurang mampu mendefinisikan konsep tentang citra tubuh terutama batasan tubuh. Hal tersebut berdampak pada prosedur yang sangat

mengganggu akan menimbulkan kecemasan. *Toddler* bereaksi terhadap nyeri mirip dengan bayi, dan pengalaman sebelumnya yang pernah dialami dapat mempengaruhinya dengan baik. *Toddler* juga dapat merasakan kesedihan jika mereka hanya merasa akan mengalami nyeri.<sup>2</sup> Lingkungan baru dikenal oleh anak akan mengakibatkan perasaan tidak aman dan rasa cemas pada anak usia *toddler*.<sup>16</sup>

Menurut peneliti jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat kecemasan dikarenakan anak laki-laki dan perempuan memiliki tingkat keaktifan yang berbeda, anak laki-laki cenderung lebih aktif dalam hal bermain sehingga mereka lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan baru seperti lingkungan rumah sakit, maka kecemasan akibat hospitalisasi lebih minimal. Tingkat kecemasan yang muncul pada anak yang mengalami hospitalisasi dengan jenis kelamin anak.<sup>17</sup> Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa Anak perempuan lebih cemas daripada anak laki-laki karena anak perempuan lebih sensitif dan mendapat stressor lebih intensif dari pada anak laki-laki yang lebih eksploratif.<sup>1</sup> Hal tersebut dikarenakan secara fisik anak perempuan lebih lemah dibandingkan anak laki-laki, sifat tersebut membuat anak perempuan memberikan respon lebih terhadap sesuatu hal yang dianggap berbahaya.

Peneliti berpendapat bahwa pengalaman hospitalisasi sebelumnya dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada anak. Anak memiliki tingkat kecemasan yang berbeda yaitu ringan,

sedang dan berat. Tidak semua anak yang belum pernah di rawat di Rumah sakit akan mengalami kecemasan berat karena semua itu tergantung dari penyesuaian mereka terhadap lingkungan baru. Anak yang dulunya pernah mengalami hospitalisasi belum tentu juga tidak mengalami kecemasan dikarenakan bisa jadi rentang waktu hospitalisasi yang lama contohnya ketika bayi. Anak yang pernah mengalami hospitalisasi akan memiliki kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang tidak pernah mengalami hospitalisasi. Pengalaman tidak menyenangkan yang didapatkan anak selama menjalani perawatan di Rumah Sakit akan membuat anak merasa trauma dan takut. Sebaliknya apabila anak mendapatkan pengalaman yang baik dan menyenangkan maka anak akan lebih kooperatif.<sup>12</sup>

Tingkat kecemasan yang disebabkan hospitalisasi anak sebelum diberi terapi bermain tebak gambar di Rumah Sakit Umum Negara menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami kecemasan berat berjumlah 18 anak (47,4%). Menurut peneliti anak usia *Toddler* mengalami kecemasan ketika hospitalisasi karena anak usia *Toddler* takut dengan tindakan keperawatan yang diterima anak selama berada di Rumah Sakit. Hal tersebut akan menimbulkan trauma pada anak usia *Toddler* sehingga menghambat proses dalam penyembuhannya. Trauma yang terjadi pada anak berada di lingkungan baru sehingga merasa takut dan ketidaknyamanan. Pengalaman kurang menyenangkan yang dialami oleh anak dapat menyebabkan gangguan dalam penyesuaian diri. Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respon otonom (sumber tidak diketahui oleh individu) sehingga individu akan meningkatkan kewaspadaan untuk mengantisipasinya.<sup>9</sup> Ansietas adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, berkaitan dengan perasaan tidak berdaya dan respons emosional terhadap penilaian sesuatu. Gangguan ansietas adalah masalah psikiatri yang paling sering terjadi di Amerika Serikat.<sup>13</sup>

Gangguan kecemasan menunjukkan perilaku yang tidak biasanya seperti panik tanpa alasan, takut pada objek tanpa alasan, tindakan tanpa bisa dikontrol sering terulang, atau

kekhawatiran luar biasa yang tidak bisa dijelaskan. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi antara lain umur, jenis kelamin, pengalaman di rawat di Rumah Sakit. Kecemasan yang terjadi pada anak tidak dapat dibiarkan berlarut-larut, karena hal ini dapat berdampak buruk pada proses pemulihan kesehatan anak. Cara mengatasi kecemasan pada anak yang dapat dilakukan ialah melalui terapi bermain sesuai dengan tumbuh kembang anak. Terapi bermain diyakini mampu menghilangkan batasan, hambatan dalam diri, kecemasan, frustrasi serta mempunyai masalah emosi dengan tujuan mengubah tingkah laku anak yang tidak sesuai menjadi tingkah laku yang diharapkan dan anak sering diajak bermain akan lebih kooperatif dan mudah diajak kerjasama ketika menjalani pengobatan.<sup>5</sup> Pada anak usia *toddler* dapat berkurang atau menurun setelah dilakukan terapi bermain tebak gambar selama 15 menit, karena anak berusaha mendapatkan autonomi dan tujuan ini sudah terlihat dalam sebagian besar perilaku mereka (ketrampilan motorik, bermain, hubungan interpersonal, aktivitas harian dan komunikasi).

Dalam keadaan sakit, anak mungkin tidak menceritakan keadaan mereka karena takut, tetapi dengan bermain anak memiliki kebebasan untuk beraktivitas. Saat bermain, anak-anak akan lebih terasah empatinya, mereka juga bisa mengatasi penolakan dan dominasi, serta bisa mengelola emosi.<sup>2</sup> Terapi bermain mewarnai dan origami terhadap tingkat kecemasan sebagai efek hospitalisasi pada anak usia pra sekolah di RSUD dr. R. Goetheng Tarunadibrata Purbalingga.<sup>15</sup> Tingkat kecemasan anak antara sebelum dilakukan terapi bermain dengan sesudah terapi bermain di Puskesmas Peukan Baro Kabupaten Pidie, dengan nilai rata rata sebelum dilakukan terapi bermain dengan mean 18,65 dan standar deviasi 3,359, sedangkan pengukuran kedua didapatkan nilai rata rata sesudah dilakukan terapi bermain.<sup>10</sup>

Efektivitas dari terapi bermain terhadap kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi di beberapa rumah sakit di Vadodara, India terbukti efektif dengan penggunaan terapi bermain terhadap anak yang mengalami hospitalisasi.<sup>7</sup> Terapi bermain terhadap kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi mengalami penurunan.<sup>3</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh informasi bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi bermain tebak gambar dengan penurunan kecemasan pada anak usia *toddler* yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi di Rumah Sakit Umum Negara.

Adapun saran agar dilakukan penelitian selanjutnya pengembangan jenis-jenis terapi bermain yang memiliki nilai efektif dalam menurunkan kecemasan serta dampak negatif pada anak yang menjalani hospitalisasi.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Sartika A, Zulhaini dkk., (2017). Hospitalisasi Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Anak Todler. Jurnal Kesehatan Manarang: Vol 3, No.2.
2. Andriana D., 2011. Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Anak. Jakarta:SalembaMedika.
3. Hale, M.A (2014). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Kecemasan Anak yang Mengalami Hospitalisasi di Ruang Mirah Delima Rumah Sakit William Booth Surabaya. Jurnal Stikes William Booth, 7-10
4. Hockenberry , J.M. & Wilson, D. (2013). Essentials of pediatric nursing. St.Louis: Mosby An Affilite of Elsevier inc.
5. Fradianto, I. (2014). Pengaruh Terapi Bermain Lilin terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi di RSUD DR. Soedarso Pontianak.
6. Pamungkas, W. T., Hartini, S., & Astuti, R. (2016). Pengaruh Terapi Bermain Origami Dan Bercerita Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di RSUD Ambarawa. (Diakses pada 20 Juli 2020).
7. Patel, K. (2014). A study to assess the effevtiveness of play therapy on anxiety among hospitalized children. IOSR Journal of Nursing and Health Science, 20-23
8. Pravitasari, A. (2012). Perbedaan tingkat kecemasan pasien anak usia prasekolah sebelum dan sesudah program mewarnai. Skripsi.
9. Nanda. (2015). Diagnosis Keperawatan Definisi & Klasifikasi 2015-2017 Edisi 10
10. editor T Heather Herdman, Shigemi Kamitsuru. Jakarta: EGC.
11. Noverita, dkk. (2017). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 3–5 Tahun Yang Berobat Di Puskesmas. Jurnal Ilmu Keperawatan (2017) 5:2 ISSN: 2338-6371, e-ISSN 2550-018X.
12. Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
13. Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit : Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit, Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya. (E. A. Yalastyarini, Ed.). Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES). (Diakses pada 25 Juli 2019).
14. Stuart, G. W. (2013). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC
15. Supartini. (2014). Buku ajar konsep dasar keperawatan anak. Jakarta. EGC
16. Suryanti, dkk (2011), Pengaruh terapi bermain mewarnai dan origami terhadap tingkat kecemasan sebagai efek hospitalisasi pada anak usia pra sekolah di RSUD dr. R. Gotheng Tarunadibrata Purbalingga. Jurnal Kesehatan Samadro Ilmu, Edisi IV, 3(2).
17. Susilaningrum R. N. S. (2013). Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak: Untuk Perawat dan Bidan Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika
18. Vellyana, Diny. Dkk. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Preoperative di RS Mitra Husada Pringsewu.8 (1)