

## PENERAPAN TERAPI BERMAIN UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN HOSPITALISASI PADA PASIEN ANAK DI RUANG PERAWATAN ANAK RSUD SUMBAWA

Yasinta Aloysia Daro<sup>1\*</sup>, Muhammad Fauzi<sup>2</sup>, Mita Farilya<sup>3</sup>, Hasmawati<sup>4</sup>

<sup>1\*</sup> Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Samawa

<sup>2,3</sup> Program Studi Sarjana Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Samawa

<sup>4</sup> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Samawa

\*Corresponding author: yasintafkesunsa@gmail.com

### Article Info

### Abstrak

#### Article History

Received: October 2024

Revised: November 2024

Published: November 2024

#### Keywords

Terapi bermain;

Mewarnai gambar; Anak;

Kecemasan; Hospitalisasi

Hospitalisasi adalah suatu keadaan krisis pada anak, saat anak sakit dandirawat di rumah sakit. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yaitu rumah sakit, sehingga kondisi tersebut dapat menjadi penyebab timbulnya rasa cemas, kehilangan kendali dan nyeri pada anak. Salah satu cara untuk menurunkan kecemasan pada anak yang hospitalisasi adalah dengan melakukan terapi bermain yaitu menggambar dan mewarnai, dimana kegiatan ini merupakan salah satu yang memberikan kesempatan untuk anak agar bebas berekspresi dan sangat terapeutik (permainan penyembuhan). Kegiatan terapi bermain di RSUD Sumbawa hanya dilakukan pada saat mahasiswa melakukan praktik klinik, jika tidak ada mahasiswa maka terapi bermain tidak dilakukan. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui penerapan terapi bermain untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak. Pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada bulan Juni 2024 di RSUD Sumbawa. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi penyusunan program terapi bermain, pelaksanaan terapi bermain pada anak yang dilakukan perawatan di Rumah Sakit dan evaluasi program. Tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain di Ruang Perawatan Anak dari rerata 3.18 menurun menjadi 1.95. Terapi bermain diprogramkan secara rutin di ruang perawatan anak atau sesuai kebutuhan terapeutik pada anak.

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi adalah suatu keadaan krisis pada anak, saat anak sakit dandirawat di rumah sakit. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yaitu rumah sakit, sehingga kondisi tersebut menjadi stressor baik terhadap anak maupun orang tua dan keluarga. Lingkungan rumah sakit yang menimbulkan rasa takut dan kecemasan pada anak akibat tindakan keperawatan merupakan penyebab utama kecemasan pada anak usia 3-7 tahun yang mengalami hospitalisasi. (Daniel, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa anak dalam perawatan di rumah sakit rerata memiliki skor kecemasan 6.7 untuk usia 3-7 tahun dikaji dengan menggunakan visual analogue scale (VAS) dan skor kecemasan 22,5 untuk usia 8-12 tahun dikaji menggunakan CSAS-C (Li *et al.*, 2016). Akibat stressor perpisahan sebagian besar anak menunjukkan berteriak memanggil orang tua, menahan orang tua untuk tetap tinggal, anak kurang aktif dan tidak mau bermain dengan orang lain, sedangkan reaksi anak akibat kehilangan kendali sebagian besar menunjukkan tidak kooperatif terhadap tindakan dan tampak

marah, tampak ketakutan, untuk reaksi anak akibat cideraan rasa nyeri antara lain minta mengakhiri tindakan, menyeringai dan menolaktindakan (Yulianawati & Mariyam, 2019). Kondisi tersebut membutuhkan tindakan untuk menurunkan kecemasan anak yaitu dengan terapi bermain.

Anak sangat erat dengan kegiatan bermain. Saat dirawat di rumah sakit, bermain juga merupakan salah satu kebutuhan anak. Melalui bermain anak dapat mencurahkan tenaga secara fisik, emosi, pikiran dan perasaan. Saat anak sakit, bermain dapat dijadikan sebagai sarana untuk terapi. Terapi bermain dapat menurunkan kecemasan dan emosi negatif anak yang dirawat di rumah sakit (Li *et al.*, 2016). Beberapa terapi bermain yang dapat dilakukan di rumah sakit adalah biblioterapi, storytelling, menggambar, mewarnai, bermain lego dan musik.

Salah satu terapi bermain adalah terapi bermain mewarnai gambar. Terapi mewarnai gambar merupakan salah satu permainan yang sesuai dengan prinsip rumah sakit dimana secara psikologis permainan ini dapat membantu anak dalam mengekspresikan perasaan cemas, takut, sedih, tertekan dan emosi yang dirasakannya (Arifin & Udiyani, 2019). Menggambar dan mewarnai gambar merupakan terapi permainan yang kreatif untuk mengurangi stress dan kecemasan serta meningkatkan komunikasi pada anak.

Menggambar atau mewarnai merupakan suatu permainan yang “*nondirective*” memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi dan sangat “*therapeutic*” (sebagai permainan penyembuhan/ “*therapeutic play*”). Mengekspresikan perasaan dengan menggambar dan mewarnai gambar, berarti memberikan pada anak suatu cara untuk berkomunikasi, tanpa menggunakan kata. Menggambar atau mewarnai dapat memberikan rasa senang karena pada dasarnya anak di usia tersebut masih sangat aktif dalam berimajinasi, selain itu anak juga terus dapat melanjutkan perkembangan motorik halus dengan menggambar walaupun sedang menjalani masa perawatannya (Retno & Rita, 2018).

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra adalah belum terlaksananya program terapi bermain yang dilakukan di rumah sakit dan belum optimalnya pemanfaatan ruang bermain di Ruang Perawatan Anak Rumah Sakit. Terapi bermain di rumah sakit dilakukan jika ada mahasiswa praktik klinik, jika tidak maka terapi bermain tidak dilakukan walaupun ada ruang bermain. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengoptimalkan penerapan program terapi bermain pada anak di rumah sakit.

Berdasarkan hal ini memperlihatkan bahwa terapi bermain di rumah sakit penerapannya belum optimal dilakukan untuk menurunkan kecemasan anak akibat hospitalisasi, sehingga perlu adanya pemberdayaan perawat ruang anak untuk melakukan terapi bermain dalam mengatasi kecemasan yang ditimbulkan akibat hospitalisasi.

## **METODE**

Pengabdian masyarakat penerapan terapi bermain untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak dilaksanakan di RSUD Sumbawa pada bulan Juli 2024. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi penyusunan program terapi bermain, pelaksanaan terapi bermain pada anak yang dilakukan perawatan di Rumah Sakit dan evaluasi terapi bermain. Penyusunan program terapi bermain sesuai usia anak dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat beserta kepala ruang anak. Sebelum pelaksanaan program terapi bermain, tim pengabdian masyarakat mempersiapkan alat-alat terapi bermain sesuai dengan tahap perkembangan anak. Pelaksanaan terapi bermain dilakukan di ruang

bermain yang ada di rumah sakit. Sebelum dilaksanakan terapi bermain dan sesudah, dilakukan pengukuran tingkat kecemasan anak dengan *Facial Image Scale* (FIS) (Permana, 2019). Anak yang dilibatkan dalam terapi bermain di area bermain adalah anak usia prasekolah yang dirawat di ruang perawatan anak yang keadaan hemodinamik nya stabil.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat penerapan terapi bermain untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada pasien anak di Ruang Perawatan Anak RSUD Sumbawa dilaksanakan pada bulan Juli 2024. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sesuai dengan perencanaan yang meliputi, penyusunan program terapi bermain sesuai usia anak, pelaksanaan terapi bermain dan evaluasi program.

Penyusunan program dihadiri oleh tim pengabdian masyarakat, kepala ruang perawatan anak. Hasil penyusunan program antara lain penetapan jenis terapi bermain yang sesuai dengan usia anak yang sedang dirawat dan kondisi anak, alat-alat terapi bermain yang dibutuhkan dalam pelaksanaan program (More, 2019) dan waktu pelaksanaan. Waktu pelaksanaan program terapi bermain ditetapkan pada 23 Juli 2024 di area bermain dan Ruang Perawatan RSUD Sumbawa.

Pelaksanaan program terapi bermain di RSUD Sumbawa dilaksanakan tanggal 23 Juli 2024 di Ruang Perawatan anak dan area bermain. Sebelum dilaksanakan terapi bermain dan sesudah dilakukan pengukuran tingkat kecemasan anak dengan *Facial Image Scale* (FIS) (Permana, 2019). Terapi bermain dilaksanakan pada 11 orang anak usia prasekolah (3-5 tahun) yang dirawat di ruang perawatan anak, dengan jenis terapi bermain mewarnai gambar. Anak yang tidak tirah baring berkumpul di ruang bermain sedangkan anak yang harus tirah baring tetap berada di ruangnya, sebelum terapi bermain dilakukan anak-anak dikaji kecemasan menggunakan FIS. Awal permainan anak akan diajak melihat dan memilih gambar yang ingin diwarnainya, setelah gambar didapatkan anak akan melanjutkan untuk memulainya mewarnai gambar yang dipilihnya, setelah waktu bermain habis, anak akan di evaluasi, dikaji kembali tingkat kecemasan anak setelah terapi bermain dan diberikan pujian karena telah mengikuti kegiatan tersebut, diakhir acara anak diberikan reward karena telah mengikuti terapi bermain.

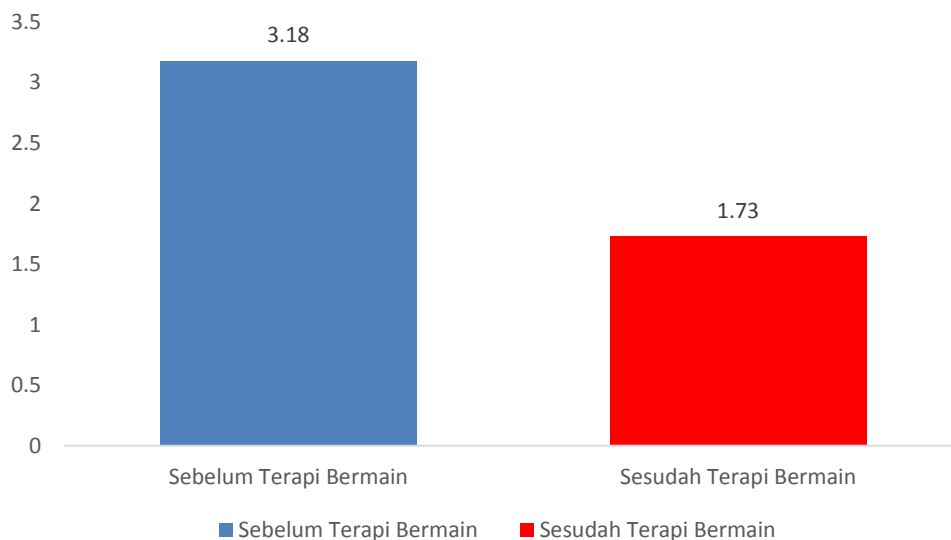


Gambar 1. Terapi bermain di Ruang Bermain



Gambar 2. Terapi bermain di Ruang Perawatan

Hasil kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 3. Tingkat Kecemasan Anak Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Bermain

Berdasarkan gambar 3, dijelaskan bahwa dari hasil perhitungan rerata tingkat kecemasan anak sebelum terapi bermain 3.18 dan setelah terapi bermain menunjukkan rerata 1.73 yang berarti ada perbedaan rerata sebelum dan sesudah terapi bermain. Terapi bermain mampu menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi.

Bermain merupakan salah satu kebutuhan anak. Melalui bermain anak dapat mencurahkan tenaga secara fisik, emosi, pikiran dan perasaan. Saat anak sakit, bermain dapat dijadikan sebagai sarana untuk

terapi. Terapi bermain dapat menurunkan kecemasan dan emosi negatif anak yang dirawat di rumah sakit (Li *et al.*, 2016). Salah satu terapi bermain yaitu menggambar dan mewarnai.

Menggambar atau mewarnai merupakan suatu permainan yang “nondirective” memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi dan sangat “theurapeutic” (sebagai permainan penyembuh/ “theurapeutic play”). Mengekspresikan perasaan dengan menggambar dan mewarnai gambar, berarti memberikan pada anak suatu cara untuk berkomunikasi, tanpa menggunakan kata. Menggambar atau mewarnai dapat memberikan rasa senang karena pada dasarnya anak di usia tersebut masih sangat aktif dalam berimajinasi, selain itu anak juga terus dapat melanjutkan perkembangan motorik harus dengan menggambar walaupun sedang menjalani masa perawatannya (Retno& Rita, 2018).

Kegiatan evaluasi program pengabdian masyarakat dilaksanakan dan dihadiri oleh tim, mahasiswa dan kepala ruang perawatan anak RSUD Sumbawa setelah pelaksanaan terapi bermain. Kegiatan terlaksana sesuai dengan perencanaan. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan, kegiatan sangat bermanfaat untuk anak-anak yang dirawat di rumah sakit karena anak menjadi banyak tersenyum dan mau diajak berbicara saat ditanya oleh tim pengabdian serta meningkatkan semangat perawat untuk memberikan terapi bermain ke anak-anak yang di rawat. Penerapan program terapi bermain pada anak yang dirawat di rumah sakit belum mengalami peningkatan, karena belum ada peralatan yang disediakan oleh pihak rumah sakit.

## KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan sesuai perencanaan yang meliputi penyusunan program terapi bermain, pelaksanaan terapi bermain pada anak yang dilakukan perawatan di Rumah Sakit dan evaluasi program. Pelaksanaan program terapi bermain pada anak yang dirawat di Ruang Perawatan Anak RSUD Sumbawa dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan dan usia anak. Terapi bermain yang dilaksanakan efektif menurunkan dampak hospitalisasi pada pasien anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada RSUD Sumbawa yang telah memberikan dukungan selama kegiatan berlangsung, Kepala Ruangan dan Perawat Ruang Anak yang mendukung pelaksanaan terapi bermain untuk anak yang di rawat di ruang perawatan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, R.F. Udiyani, R. (2019). Efektifitas Terapi Menggambar Dan Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Usia Prasekolah. *Jurnal Darul Azhar*, 6(1): 53–58.
- Daniel, D. (2021). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi: A Literature Review. *Jurnal Proners*, 6(1)



- Li, W. H. C., Chung, J. O. K., Ho, K. Y., & Kwok, B. M. C. (2016). Play Interventions To Reduce Anxiety And Negative Emotions In Hospitalized Children. *BMC Pediatrics*, 16(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/S12887-016-0570-5>
- Permana, D. Y. (2019). *Application Of Number Block Play Therapy To Reduce Anxiety Levels Due To Hospitalization In Preschool Age Children At PMI Hospital, Bogor City I-Xiii+54 Pages, V Chapter, 2 Images, 5 Tables, 8 Appendices. 16*
- Retno, A., & Rita, Y. (2018). Efektivitas Terapi Menggambar Dan Mewarnai Berkelompok Terhadap Perkembangan Psikososial Anak Retardasi Mental. *Jurnal Keperawatan GSH*. 9(2): 11-19
- Yulianawati, A., & Mariyam. (2019). Gambaran Reaksi Anak Usia Prasekolah Terhadap Stressor Hospitalisasi. *Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus*, 2: 217–223