



Penerapan Terapi Bermain *Puzzle* Pada Anak Pra Sekolah Yang Mengalami Kecemasan Akibat *Hospitalisasi* Di Bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi

¹Eva Dwi Laksita Sari, ²Anjar Nurrohmah
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Suciana Ratrinaningsih
RSUD Dr. Moewardi

Jl. Kapulogo No.3, Pajang, Laweyan, Surakarta, Jawa Tengah
evadwils.students@aiska-university.ac.id

Abstract. Background: *Preschool is the period between the ages of 3-6 years. Children who are hospitalized will feel traumatic and full of stress when they are in hospital One type of game that is effective for preschool age children is puzzle play therapy. Puzzle is a game that requires patience and concentration in putting it together, the child will also get used to being calm, patient and able to divert the child's attention so that his mind is not too focused on treatment actions. Objective:* To find out the results of the implementation of puzzle play therapy for preschool children (3-6 years) who experience anxiety due to hospitalization in the Flamboyan 9 ward RSUD Dr. Moewardi. **Methods:** The application was carried out using a case study descriptive method to 2 respondent of preschool children who experienced anxiety. Anxiety was observed before and after the puzzle play therapy. **Results:** Based on the result of the implementation that puzzle play therapy could reduce the anxiety level of children who owere hospitalization. **Conclusion:** Puzzle play terapi than can help reduce anxiety levels used as a technique to reduce anxiety in preschool children at the hospitalization in the Flamboyan 9 ward RSUD Dr. Moewardi.

Keywords: *Children, anxiety, puzzle, hospitalization*

Abstrak. Latar belakang : Pra sekolah adalah periode antara usia 3-6 tahun. Pada usia ini anak mengalami *hospitalisasi*, merasakan cemas, traumatik dan stress ketika dirumah sakit. Untuk mengurangi kecemasan dapat diberikan terapi bermain. Salah satu jenis permainan yang efektif untuk anak usia prasekolah yaitu terapi bermain *puzzle*. *Puzzle* merupakan permainan yang membutuhkan ketenangan, dan konsentrasi, dapat mengalihkan perhatian anak sehingga pikirannya tidak terlalu fokus terhadap tindakan perawatan. **Tujuan :** Mengetahui hasil implementasi penerapan terapi bermain *puzzle* pada anak pra sekolah (3-6 tahun) yang mengalami kecemasan akibat *hospitalisasi* di Bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi. **Metode :** Desain penelitian dilakukan dengan metode deskriptif studi kasus kepada 2 responden anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan. Kecemasan diobservasi sebelum dan sesudah terapi bermain *puzzle*. **Hasil :** Setelah dilakukan penerapan terapi bermain *puzzle* didapatkan hasil bahwa terapi bermain *puzzle* dapat menurunkan tingkat kecemasan anak yang sedang mengalami *hospitalisasi*. **Kesimpulan:** Terapi bermain *puzzle* dapat menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah akibat *hospitalisasi* di bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi.

Kata kunci : *Anak , Kecemasan, ,Puzzle, Hospitalisasi*

LATAR BELAKANG

Pra sekolah adalah periode antara usia 3-6 tahun. Periode ini kelanjutan dari pertumbuhan dan perkembangan anak usia *toddler*. Pertumbuhan fisik terus menjadi jauh lebih lambat dibandingkan perkembangan kognitif dan motorik dari tahun-tahun sebelumnya. Peningkatan perkembangan kognitif, bahasa dan psikososial sangat penting selama periode pra sekolah (Pratiwi *et al.*, 2023). Kecemasan pada anak prasekolah yang sakit dan dirawat di rumah sakit, merupakan salah satu bentuk gangguan yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan aman nyaman berupa kebutuhan emosional anak yang tidak adekuat. Hal ini perlu penanganan sedini mungkin.

Dampak dari keterlambatan dalam penanganan kecemasan, anak akan menolak perawatan dan pengobatan. Kondisi seperti ini akan berpengaruh besar pada proses perawatan dan pengobatan serta penyembuhan dari anak yang sakit (Zuhdatani, 2020). Menurut data global tahun 2022 tingkat prevalensi anak Indonesia yang dirawat di rumah sakit setiap tahunnya meningkat. Pada tahun 2020 rata-rata tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit sekitar 3,49%, meningkat pada tahun 2021 menjadi 3,84%, dan pada tahun 2022 mencapai 3,94%. Menurut United Nations Children's Fund (UNICEF) prevalensi anak yang mengalami kecemasan dan stress akibat hospitalisasi mengalami peningkatan 80%. Prevalensi anak tersebut menduduki peringkat ketiga dengan peningkatan sejumlah 148 juta anak dirawat di rumah sakit, 75% anak dari 57 juta menghadapi trauma berupa ketakutan dan kecemasan setiap tahun (Fatmawati *et al.*, 2019).

Kecemasan yang dialami oleh anak akibat dirawat di rumah sakit dapat diatasi salah satunya dengan terapi bermain (Atikah, 2022). Jenis permainan yang cocok dan efektif untuk anak usia prasekolah (3-6 tahun) yaitu bermain menggambar, mewarnai, lego, dan bermain *puzzle*, untuk mengembangkan kemampuan koordinasi motorik kasar dan halus serta mengontrol emosi dan mengurangi kecemasan akibat hospitalisasi bisa dilakukan terapi bermain, salah satunya terapi bermain yang efektif yaitu terapi bermain *puzzle*. *Puzzle* merupakan suatu permainan yang 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 dan menghadapi suatu hal. Terapi bermain *puzzle* dapat mengalihkan perhatian anak sehingga pikirannya tidak terlalu fokus terhadap tindakan perawatan dan pengobatan yang dilakukan (Apriliyanto *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Islamiyah *et al.*, (2024) sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* adalah dengan kategori tingkat kecemasan berat (35,7%), sedang

(60,7%), dan ringan (3,6%). Setelah diberikan terapi bermain puzzle presentase tingkat kecemasan menurun, yaitu kategori tingkat kecemasan berat (3,6%), sedang (28,6%), dan ringan (67,9%). Sehingga terapi bermain puzzle dapat membantu menurunkan kecemasan pada anak prasekolah akibat hospitalisasi. Menurut penelitian yang dilakukan Sapardi *et al.*, (2023) menunjukkan nilai rata-rata tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah sebelum diberikan terapi bermain sebesar 76,2 dan setelah diberikan terapi bermain diperoleh rata-rata 42,6 yang berarti terjadi penurunan tingkat kecemasan anak pra sekolah dengan nilai rata-rata sebesar 33,6. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tingkat kecemasan *hospitalisasi* dengan pemberian terapi bermain *puzzle*. Terapi bermain *puzzle* yang telah diterapkan pada anak yang mengalami kecemasan akibat *hospitalisasi* mengalami penurunan, sehingga penerapan terapi bermain *puzzle* efektif untuk mengurangi kecemasan pada anak prasekolah yang sedang menjalani perawatan dirumah sakit.

Hasil studi pendahuluan pada bulan Februari 2024 yang dilakukan peneliti kepada pasien anak di bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi didapatkan 2 anak dengan skor kecemasan 3 (sedang) dan 3 anak dengan skor kecemasan 4 (berat), anak sering menangis, menjerit, cemas, menolak, serta memohon untuk berhenti dilakukan pengobatan ketika perawat ruangan atau praktikan hendak melakukan tindakan keperawatan dan pengobatan. Hasil wawancara dengan perawat di bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi diketahui penatalaksanaan untuk mengatasi kecemasan pada anak akibat hospitalisasi di bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi yaitu memberikan suasana tempat tidur pasien menjadi menarik dengan spreng karakter yang disukai anak-anak, dan belum ada tatalaksana seperti terapi bermain, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Terapi Bermain *Puzzle* Pada Anak Pra Sekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Kecemasan Akibat *Hospitalisasi* Di Bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi”.

KAJIAN TEORITIS

Anak usia prasekolah merupakan anak yang berusia antara 3 sampai 6 tahun, pada periode ini pertumbuhan fisik melambat dan perkembangan psikososial mengalami peningkatan, anak mulai mengembangkan rasa ingin tahunya dan mampu berkomunikasi dengan lebih baik (Soetjiningsih dan Cristianan H, 2021). Anak usia dini sering dikenal juga dengan istilah anak prasekolah, mereka memiliki masa yang peka terhadap perkembangannya dan terjadi pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis yang siap merespon berbagai rangsangan

dari lingkungannya. Pendidikan anak pertama kali diperoleh dari lingkungan keluarga terutama dari kedua orang tuanya. Selanjutnya anak akan berinteraksi dengan lingkungan keduanya yang tidak lain adalah lembaga pendidikan (Nurasyiah & Atikah, 2023).

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan yang mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit untuk menjalani terapi dan perawatan dirumah sakit, serta merupakan suatu kondisi krisis pada anak sakit yang dirawat. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha beradaptasi di lingkungan asing rumah sakit. Lingkungan perawatan rumah sakit dapat menimbulkan rasa takut dan kecemasan pada anak yang mengalami luka akibat tindakan keperawatan dan merupakan penyebab utama dari kecemasan, maka diperlukan suatu media atau tindakan keperawatan yang dapat mengurangi kecemasan pada anak yaitu dengan terapi bermain (Jannah & Kusuma Dewi, 2023). *Childrens fear scale* (CFS) merupakan skala pengembangan dari *face image scale* (FIS). 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 reliabilitas skala kecemasan yang telah diautentikasi dalam berbagai jenis penelitian (Aykanat, 2020).

Bermain pada masa prasekolah adalah kegiatan yang penting dalam perkembangan tahun-tahun pertama masa kanak-kanak. Permainan akan membuat anak terlepas dari ketegangan dan stress yang dialami. Selain itu dengan melakukan permainan anak dapat mengalihkan rasa sakit. Melalui program bermain anak dapat menunjukkan apa yang dirasakan selama sakitnya (Pratiwi *et al.*, 2023). Puzzle merupakan salah satu alat bermain yang dapat membantu perkembangan psikososial pada anak usia prasekolah. Puzzle merupakan alat permainan asosiatif sederhana. Permainan mengenai terapi bermain menggunakan puzzle untuk mengatasi kecemasan sendiri telah dilakukan, dengan hasil terapi bermain puzzle dapat mengatasi kecemasan pada anak yang dihospitalisasi (Mutiah, 2020).

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan teknik studi kasus. Desain ini digunakan untuk menerapkan intervensi terapi bermain *puzzle* serta untuk mengetahui kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* pada anak pra sekolah (3-6 tahun) yang mengalami kecemasan akibat *hospitalisasi* di Bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr Moewardi. Subjek yang digunakan adalah dua pasien anak usia prasekolah diruang Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi dengan kriteria inklusi pasien anak prasekolah yang sedang mengalami kecemasan akibat *hospitalisasi* di Bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr Moewardi, pasien yang dirawat minimal selama 2 hari dan mengalami tingkat

kecemasan ringan hingga berat. Kriteria eksklusi pasien yang mendapatkan perawatan total care, pasien yang memiliki kebutuhan khusus (autism, hidrosefalus, dan yang berada di ruang isolasi). Penerapan dilakukan dua hari, dapat dilakukan dengan waktu setiap kali latihan sebanyak 10-15 menit.

HASIL

Penerapan ini dilakukan oleh 2 orang anak yang mengalami hospitalisasi. Penerapan ini dilakukan selama 2 hari dengan hasil :

1) Hasil penerapan sebelum diberikan terapi bermain *puzzle*

Nama	Skor Cemas	Tingkat Kecemasan
An.L	3	Sedang
An.T	4	Berat

Sebelum diberikan terapi bermain *Puzzle* pada An. L dengan skor cemas 3 (kecemasan sedang), An. T dengan skor cemas 4 (kecemasan berat).

2) Hasil penerapan sesudah diberikan terapi bermain *puzzle*

Nama	Skor Cemas	Tingkat Kecemasan
An.L	2	Ringan
An.T	2	Ringan

Setelah diberikan terapi bermain *puzzle* pada skor cemas mengalami penurunan yaitu pada An. L dengan skor cemas 2 (kecemasan ringan) dan An. T dengan skor cemas 2 (kecemasan ringan).

3) Hasil perkembangan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi bermain *puzzle*

Subjek	Sebelum	Sesudah	Skor Penurunan
An. L	Skor 3 (kecemasan sedang)	Skor 2 (kecemasan ringan)	2
An. T	Skor 4 (kecemasan berat)	Skor 2 (kecemasan ringan)	3

Berdasarkan hasil penerapan sebelum dan sesudah yang diukur menggunakan *Children's Fear Scale* pada tabel diatas menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Penurunan kecemasan pada kedua subjek pada tabel diatas mengalami penurunan tingkat kecemasan yang berbeda. An. T mengalami penurunan skor kecemasan lebih tinggi daripada An. L.

4) Perbandingan hasil akhir penerapan

Subjek	Sebelum	Sesudah	Skor Penurunan
An. L	Skor 3 (kecemasan sedang)	Skor 2 (kecemasan ringan)	2
An. T	Skor 4 (kecemasan berat)	Skor 2 (kecemasan ringan)	3

Hasil akhir penerapan menunjukkan kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Penurunan tingkat kecemasan pada An. L yaitu dari kecemasan sedang dengan skor 3 menjadi kecemasan ringan dengan skor 2, kemudian pada An. T mengalami penurunan tingkat kecemasan dengan skor penurunan paling tinggi dari kecemasan berat dengan skor 4 menjadi kecemasan ringan dengan skor 2.

PEMBAHASAN

1. Tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain *puzzle*

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus, pada awal sebelum melakukan intervensi keperawatan didapatkan hasil pada kedua pasien dengan skor kecemasan yang berbeda yaitu pada An. L sebelum dilakukan penerapan terapi bermain *puzzle* dengan skor cemas 3, kemudian pada An. T sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* dengan skor cemas 4. Pada kedua kasus ditemukan respon kesamaan yaitu anak tampak tegang, gelisah, menangis, menjerit, ketakutan, tidak mau diajak bicara oleh perawat, menolak saat didekati dan tidak kooperatif saat dilakukan tindakan keperawatan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyanti (2022) respon kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi ditandai dengan anak sering menangis, takut kepada tenaga medis, dalam proses tindakan keperawatan anak cenderung menolak dan murung.

2. Tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sesudah diberikan terapi bermain *puzzle*.

Berdasarkan observasi sesudah dilakukan penerapan terapi bermain *puzzle* didapatkan hasil pada kedua pasien dengan skor cemas: Pada An.L dengan skor cemas 2 kemudian pada An.T dengan skor cemas 2. Hasil penerapan terapi bermain *puzzle* yang dilakukan pada anak prasekolah yang mengalami kecemasan hospitalisasi memberikan penurunan tingkat kecemasan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aryani dan Nedra (2021) yang mengatakan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sesudah diberikan terapi bermain di ruang pviliun anak di RSPAD sebagian besar tergolong kecemasan sedang 28 anak (80%). Terdapat pengaruh pemberian terapi bermain terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah di ruang paviliun anak di RSPAD.

3. Perkembangan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* untuk mengurangi tingkat kecemasan.

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 maupun perawat. Tingkat kecemasan pada kedua subjek tersebut diukur menggunakan CFS didapatkan hasil sebelum, dilakukan penerapan An. L berada pada tingkat kecemasan sedang dan An. T berada pada tingkat kecemasan berat. Sesudah dilakukannya penerapan tingkat kecemasan pada An. L dan An. T menurun menjadi tingkat kecemasan ringan. Kecemasan anak yang dirawat dirumah sakit akan sangat terlihat pada hari pertama, kedua, bahkan hari ketiga, selanjutnya cemas akan berkurang. Kecemasan pada anak akan berkurang karena adanya dukungan dari orang tua, teman, aktivitas saat dirumah sakit, terapi bermain dan ppetugas yang ada dirumah sakit (Aprina *et al.*, 2019).

4. Perbandingan tingkat kecemasan anak setelah diberikan terapi bermain *puzzle*.

Subjek dalam penerapan ini berjenis kelamin laki-laki. Pada Subjek 2 (An. T) berusia lebih muda yaitu 3 tahun dibandingkan dengan subjek 1 (An. L) 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 diatas, kedua subjek berada pada usia prasekolah yang belum memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi dan kognitif. Usia berpengaruh terhadap skala kecemasan anak, subjek 2 dengan usia lebih muda memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan subjek 1 yang usianya lebih tua.

KESIMPULAN DAN SARAN

kesimpulan yang dapat diambil dari penerapan ini yaitu, tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* ada 2 pasien dengan tingkat cemas berat dan sedang kemudian sesudah diberikan terapi bermain *puzzle* mengalami penurunan pada skor cemas, pada An. L dari skor sedang menjadi ringan dan pada An. T dari skor berat menjadi ringan. Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah terapi bermain *puzzle* diberikan pada kedua subjek penelitian yaitu terjadi penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh kedua anak. Perbandingan hasil akhir dari 2 responden dengan hasil pada An. L tingkat kecemasan mengalami penurunan dari skor cemas awal 3 (sedang) menjadi skor cemas 2 (ringan). Sedangkan pada An.T tingkat kecemasan mengalami penurunan dari skor cemas awal

4 (berat) menjadi skor cemas 2 (ringan). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain *puzzle* yang dilakukan oleh penulis mampu menurunkan tingkat kecemasan pada anak.

Diharapkan dengan adanya penerapan ini dalam memberikan asuhan keperawatan dapat menerapkan aktivitas terapi bermain untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak akibat hospitalisasi, sehingga anak tidak menolak saat diberikan pengobatan ataupun perawatan.

DAFTAR REFERENSI

- Apriliyanto, A. Astuti, W. T., & Nurhayati, L. 2021. Penerapan Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Pada Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 7(2), 72-84
- Aprina. 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) .
- Atikah. 2022. Hubungan antara Frekuensi Bermain Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia 3-6 Tahun yang Diawat di Ruang Dahlia Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang. Skripsi. Diakses melalui <https://repository.uksw.edu>.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. 2019. Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah. *Journal Of Health Sciences*, 12 (02), 15-29
- Islamiyah. 2024. Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 87-98.
- Mulyanti, S., Kurniyanti, N., & Kusmana, T. 2022. Terapi Bermain (Puzzle) Untuk Menurunkan Kecemasan Akibat Stres Hospitalisasi: *Journal Of Nursing Practice And Science*, 1(1), 28-40
- Mutiah, D. 2015. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Prenada Media
- Nurasyiah, R., & Atikah. 2020. C. Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan* 17(1) : 75-81
- Pratiwi, W., Immawati, I., & Nurhayati, S. 2023. Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Prasekola (3-6 tahun) Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di RSUD Jend Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4),618-627
- Pramudita. 2023. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Pada Anak Usia Toddler yang Sedang di Rawat Inap di IRNA RSD Dr. Soehadi Kabupaten Jember. Skripsi. Diakses melalui www.library.unej.ac.id pada 7 Januari 2018
- Sapardi, VS, & Andayani, RP 2021. Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 34-40
- Soetjiningsih dan Christianan Hari. 2018. Seri Psikologi Perkembangan Perkembangan Anak : Sejak Pembuahan Sampai Dengan Kanak-Kanak Akhir. Jakarta : PRENADAMEDIA, 2018
- Zuhdatani. 2020. Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Status TandaTanda Vital pada Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Ruang Melati III RSUP Dr.Soeradji Tirtonegoro Klaten. Skripsi. Diakses melalui <https://ejournal.unp.ac.id> pada 6 Juli 2018