



Intervensi Penerapan Terapi Bermain dengan POP-IT untuk Mengurangi Kecemasan pada An. N dengan Bronkopneumonia di Ruang Aster RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto

Melinda Agustin¹, Noor Yunida Triana^{2*}

¹⁻²Program Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

Email: melindaagustin87@gmail.com¹, nooryunida@uhb.ac.id²

Alamat: Jl. KH. Wahid Hasyim No. 274-A, Karangklesem, Kecamatan Purwokerto Selatan, Kabupaten Banyumas

*Penulis Korespondensi: nooryunida@uhb.ac.id

Abstract. *Bronchopneumonia is one of the lower respiratory tract infections commonly found in children and may cause impaired gas exchange and psychological problems such as anxiety during hospitalization. Toddlers often experience fear of medical procedures, especially nebulizer therapy due to the sound and vapor produced by the device. Untreated anxiety may lead to uncooperative behavior and interfere with treatment. One non-pharmacological intervention to reduce anxiety in children is play therapy using POP-IT. This study aimed to determine the implementation of POP-IT play therapy in reducing anxiety among children with bronchopneumonia during nebulizer administration. This study used a descriptive case study design with a nursing care approach on a 2.5-year-old child diagnosed with bronchopneumonia in Aster Ward at RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. The intervention was conducted for three days by providing POP-IT play therapy before and during nebulizer therapy. Evaluation was carried out using behavioral observation and the Visual Analog Scale (VAS). The results showed a decrease in anxiety level from a score of 7 (severe anxiety) on the first day to a score of 3 (mild anxiety) on the third day. The patient became more cooperative, no longer cried during procedures, appeared calmer, and was able to interact with nurses. Vital signs also improved with decreased body temperature, pulse rate, and respiratory rate. In conclusion, POP-IT play therapy is effective in reducing anxiety in children with bronchopneumonia during nebulizer administration.*

Keywords: *Anxiety; Bronchopneumonia; Nebulizer; Play Therapy; POP-IT.*

Abstrak. Bronkopneumonia merupakan salah satu penyakit infeksi saluran pernapasan bawah yang sering terjadi pada anak dan dapat menyebabkan gangguan pertukaran gas serta masalah psikologis berupa ansietas selama menjalani perawatan di rumah sakit. Anak usia *toddler* sering mengalami ketakutan terhadap tindakan medis, salah satunya saat pemberian *nebulizer* karena suara alat dan asap yang dihasilkan. Ansietas yang tidak ditangani dapat menyebabkan anak menjadi tidak kooperatif sehingga menghambat proses pengobatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan ansietas pada anak adalah terapi bermain menggunakan POP-IT. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi bermain POP-IT dalam menurunkan ansietas pada anak dengan bronkopneumonia saat pemberian *nebulizer*. Metode penelitian menggunakan studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan pada satu pasien anak usia 2,5 tahun dengan diagnosa medis bronkopneumonia di Ruang Aster RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Intervensi dilakukan selama tiga hari dengan pemberian terapi bermain POP-IT sebelum dan selama tindakan *nebulizer*. Evaluasi dilakukan menggunakan observasi perilaku dan skala kecemasan *Visual Analog Scale* (VAS). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas dari skala 7 (cemas berat) pada hari pertama menjadi skala 3 (cemas ringan) pada hari ketiga. Pasien tampak lebih kooperatif, tidak menangis saat tindakan, lebih rileks, dan mampu berinteraksi dengan perawat. Tanda-tanda vital juga menunjukkan perbaikan dengan penurunan suhu tubuh, frekuensi nadi, dan frekuensi napas. Kesimpulan menunjukkan bahwa terapi bermain POP-IT efektif dalam membantu menurunkan ansietas pada anak dengan bronkopneumonia selama pemberian *nebulizer*.

Kata kunci: Ansietas; Bronkopneumonia; Nebulizer; POP-IT; Terapi Bermain.

1. LATAR BELAKANG

Bronkopneumonia merupakan infeksi akut pada bronkiolus terminal dan alveoli yang banyak terjadi pada bayi dan anak. Penyakit ini menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak terutama di negara berkembang. Bronkopneumonia dapat disebabkan

oleh bakteri, virus, maupun jamur yang menyerang sistem pernapasan bawah sehingga menyebabkan inflamasi pada paru-paru (WHO, 2023).

Bronkopneumonia merupakan infeksi akut pada bronkiolus terminal dan alveoli yang banyak terjadi pada bayi dan anak. Penyakit ini menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak terutama di negara berkembang. Bronkopneumonia dapat disebabkan oleh bakteri, virus, maupun jamur yang menyerang sistem pernapasan bawah sehingga menyebabkan inflamasi pada paru-paru (Smith & Brown, 2022; WHO, 2023).

Usia *toddler*, tindakan *nebulizer* sering menimbulkan ketakutan dan ansietas. Anak merasa takut terhadap suara alat, asap yang keluar dari *nebulizer*, serta lingkungan rumah sakit yang asing. Ansietas pada anak dapat ditunjukkan melalui perilaku menangis, rewel, menolak tindakan, berteriak, hingga tidak kooperatif selama tindakan medis berlangsung. Kondisi ini dapat memperburuk proses pengobatan dan menyebabkan tindakan keperawatan menjadi kurang efektif (Wong et al., 2022).

Hospitalisasi pada anak juga dapat menimbulkan stres psikologis akibat perpisahan dengan lingkungan rumah, perubahan rutinitas, dan rasa takut terhadap prosedur medis. Anak usia *toddler* memiliki kemampuan koping yang masih terbatas sehingga lebih rentan mengalami kecemasan selama dirawat di rumah sakit (Munir, 2023). Ansietas yang tidak ditangani dapat berdampak pada peningkatan frekuensi nadi, peningkatan frekuensi napas, gangguan tidur, serta penurunan kerja sama anak selama perawatan (Hockenberry & Wilson, 2021; Kyle & Carman, 2021).

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan ansietas pada anak adalah terapi bermain. Bermain merupakan aktivitas penting bagi anak karena dapat membantu anak mengekspresikan perasaan, mengurangi stres, dan meningkatkan rasa nyaman selama hospitalisasi. Terapi bermain menggunakan POP-IT menjadi salah satu permainan yang menarik bagi anak karena memiliki warna cerah, bentuk unik, serta memberikan stimulasi sensorik yang menyenangkan (Aini et al., 2024).

POP-IT merupakan permainan berbahan silikon yang dapat ditekan sehingga menghasilkan sensasi seperti gelembung pecah. Permainan ini dapat membantu mengalihkan perhatian anak terhadap tindakan medis dan memberikan efek relaksasi (Kirkan & Kahraman, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa terapi bermain efektif dalam menurunkan kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi maupun tindakan invasif (Hidajaturokhmah et al., 2022; Sari & Putri, 2022).

Berdasarkan hasil pengkajian pada An. N di Ruang Aster RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto diperoleh data bahwa pasien tampak rewel, takut, dan menangis saat akan diberikan *nebulizer*. Hasil pengukuran menggunakan skala VAS menunjukkan tingkat kecemasan pasien berada pada skala 7 (cemas berat). Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengkaji penerapan terapi bermain POP-IT dalam menurunkan ansietas pada anak dengan bronkopneumonia saat pemberian *nebulizer*.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan pada pasien anak dengan bronkopneumonia yang mengalami ansietas saat pemberian *nebulizer*. Penelitian dilakukan di Ruang Aster RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto pada tanggal 2–4 Maret 2026. Subjek penelitian adalah satu pasien anak berinisial An. N berusia 2,5 tahun dengan diagnosa medis bronkopneumonia. Pasien mengalami ansietas berat saat tindakan *nebulizer* yang ditandai dengan menangis, rewel, tidak kooperatif, dan takut terhadap alat *nebulizer*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan keluarga pasien, observasi perilaku pasien, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi rekam medis. Penilaian tingkat ansietas menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS). Intervensi keperawatan yang diberikan berupa terapi bermain menggunakan POP-IT sebelum dan selama tindakan *nebulizer*. Intervensi dilakukan selama tiga hari dengan durasi ± 15 –20 menit setiap pertemuan. Selain terapi bermain, perawat juga memberikan pendekatan terapeutik, edukasi kepada keluarga, dan dukungan emosional. Evaluasi dilakukan setiap hari untuk mengetahui perubahan tingkat ansietas pasien berdasarkan data subjektif, data objektif, dan perubahan tanda-tanda vital pasien.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hari pertama, pasien tampak rewel dan menangis saat melihat alat *nebulizer*. Ibu pasien mengatakan anak selalu takut ketika melihat asap yang keluar dari alat *nebulizer*. Hasil observasi menunjukkan pasien tampak tegang, memeluk ibunya, dan menolak saat alat *nebulizer* didekatkan. Hasil pengukuran VAS menunjukkan tingkat ansietas skala 7 (cemas berat). Tanda-tanda vital menunjukkan suhu 37,6°C, frekuensi nadi 128x/menit, dan frekuensi napas 28x/menit.

Intervensi yang dilakukan pada hari pertama meliputi memonitor tanda- tanda ansietas, mengidentifikasi penyebab ketakutan pasien, menciptakan suasana terapeutik, dan memberikan terapi bermain menggunakan POP-IT. Setelah diberikan terapi bermain, pasien tampak mulai tertarik pada permainan dan tangisan sedikit berkurang.

Pada hari kedua, ibu pasien mengatakan anak mulai lebih tenang dibandingkan sebelumnya. Pasien masih tampak takut namun sudah mulai kooperatif saat *nebulizer* diberikan dengan bantuan ibunya. Skala ansietas menurun menjadi 5 (cemas sedang). Tanda-tanda vital menunjukkan suhu 37°C, frekuensi nadi 112x/menit, dan frekuensi napas 28x/menit.

Perawat memberikan edukasi kepada keluarga mengenai tujuan terapi *nebulizer* dan menganjurkan keluarga untuk mendampingi pasien selama tindakan dilakukan. Terapi bermain POP-IT kembali diberikan untuk mengalihkan perhatian pasien. Pada hari ketiga, kondisi pasien menunjukkan perkembangan yang lebih baik. Ibu pasien mengatakan anak sudah lebih nyaman selama perawatan dan tidak terlalu takut terhadap *nebulizer* maupun perawat. Pasien tampak lebih rileks, tidak menangis saat tindakan, serta mampu bermain dan berinteraksi dengan perawat. Tingkat ansietas menurun menjadi skala 3 (cemas ringan). Tanda-tanda vital menunjukkan suhu 36,3°C, frekuensi nadi 98x/menit, dan frekuensi napas 24x/menit. Perkembangan kondisi pasien selama tiga hari intervensi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Perkembangan Kondisi Pasien Selama Tiga Hari Intervensi.

Hari Ke-	Respon Subjektif (orang tua)	Respon Objektif	Skala VAS
1	Anak tampak takut melihat asap <i>nebulizer</i>	Menangis, tegang, menolak didekati perawat	7 (cemas berat)
2	Anak mulai tenang saat diajak bicara	Mulai mau duduk dipangku ibu, memegang <i>Pop-It</i>	5 (cemas sedang)
3	Anak sudah merasa nyaman dan tidak takut lagi	Kooperatif saat tindakan, rileks saat bermain	3 (cemas ringan)

Berdasarkan hasil penerapan intervensi tersebut, terlihat adanya penurunan tingkat ansietas pada pasien selama pemberian *nebulizer*. Pasien mulai mampu beradaptasi dengan tindakan keperawatan dan menunjukkan respons yang lebih kooperatif saat dilakukan *nebulizer*. Terapi bermain menggunakan POP-IT membantu mengalihkan perhatian pasien terhadap rasa takut dan cemas yang muncul selama tindakan berlangsung. Di sisi lain, keluarga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mendampingi dan menenangkan pasien selama perawatan, sehingga pasien tampak lebih nyaman, rileks, serta tidak lagi menangis perbaikan tanda-tanda vital seperti penurunan frekuensi nadi, frekuensi napas, dan suhu tubuh pasien

Hasil penerapan terapi bermain menggunakan POP-IT pada pasien anak dengan bronkopneumonia menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas selama pemberian *nebulizer*. Sebelum diberikan intervensi, pasien tampak rewel, menangis, takut terhadap alat *nebulizer*, serta menolak saat tindakan dilakukan. Selain itu, pasien juga menunjukkan tanda-tanda kecemasan seperti wajah tegang, memeluk ibunya, frekuensi nadi meningkat, dan napas cepat. Kondisi ini sesuai dengan karakteristik anak usia *toddler* yang masih memiliki kemampuan koping terbatas sehingga lebih rentan mengalami kecemasan selama hospitalisasi dan tindakan medis (Salsabila et al., 2022; Wong et al., 2022).

Pada pertemuan pertama intervensi, peneliti melakukan pengkajian terkait respons kecemasan pasien saat tindakan *nebulizer* dilakukan. Pengkajian meliputi perilaku pasien, tanda-tanda vital, serta faktor yang memicu rasa takut pada pasien. Selain itu, pasien dan keluarga diberikan penjelasan sederhana mengenai tujuan tindakan *nebulizer* dan pentingnya pendampingan keluarga selama perawatan. Pada tahap ini pasien masih tampak menangis, takut, dan sulit didekati oleh perawat. Skala kecemasan pasien berada pada tingkat 7 (cemas berat). Tahap awal ini penting karena pendekatan terapeutik dan dukungan keluarga merupakan dasar dalam membantu anak beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit (Kyle & Carman, 2021).

Pada pertemuan kedua intervensi, pasien diberikan terapi bermain menggunakan POP-IT sebelum dan selama tindakan *nebulizer* dilakukan. POP-IT merupakan permainan sensorik yang memiliki warna menarik dan memberikan efek relaksasi melalui aktivitas menekan gelembung silikon. Permainan ini digunakan sebagai teknik distraksi untuk mengalihkan perhatian pasien dari rasa takut terhadap tindakan medis (Zhafira & Kurniawan, 2025). Peneliti memberikan contoh cara bermain dan mendampingi pasien selama permainan berlangsung. Hasil observasi menunjukkan bahwa pasien mulai tertarik pada permainan, tangisan berkurang, dan pasien mulai lebih kooperatif saat *nebulizer* diberikan. Selain itu, keluarga mulai memahami cara menenangkan pasien dan aktif mendampingi anak selama tindakan dilakukan.

Pada pertemuan ketiga intervensi, dilakukan evaluasi terhadap perubahan tingkat ansietas pasien setelah terapi bermain diberikan secara bertahap. Pasien tampak lebih rileks, tidak menangis saat *nebulizer* dilakukan, serta mampu bermain dan berinteraksi dengan perawat. Secara objektif terjadi penurunan tingkat ansietas dari skala 7 (cemas berat) menjadi skala 3 (cemas ringan). Selain itu, tanda-tanda vital pasien juga menunjukkan perbaikan berupa penurunan suhu tubuh, frekuensi nadi, dan frekuensi napas sesuai kondisi anak yang lebih tenang. Keluarga juga sudah mampu mendampingi dan membantu mengalihkan perhatian pasien secara mandiri selama tindakan berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi

yang dilakukan secara bertahap dapat membantu meningkatkan kemampuan coping anak dan keluarga selama hospitalisasi (Rahmawati et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari & Putri (2022) yang menyatakan bahwa terapi bermain efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas bermain mampu membantu anak mengekspresikan emosi, mengurangi rasa takut, serta meningkatkan rasa nyaman selama menjalani tindakan medis. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aini et al. (2024) juga menunjukkan bahwa permainan sensorik seperti POP-IT efektif digunakan sebagai teknik distraksi untuk mengurangi kecemasan pada anak selama prosedur medis.

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa pendekatan *atraumatic care* melalui terapi bermain dan keterlibatan keluarga dapat membantu meningkatkan kenyamanan anak selama dirawat di rumah sakit. Anak yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga dan lingkungan yang nyaman cenderung lebih kooperatif terhadap tindakan medis dan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah (Alfiyanti et al., 2024; Yuliana & Fitriani, 2024).

Berdasarkan hasil penerapan intervensi selama tiga pertemuan dan didukung oleh hasil penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terapi bermain menggunakan POP-IT merupakan intervensi keperawatan yang efektif dalam membantu menurunkan ansietas pada anak dengan bronkopneumonia saat pemberian *nebulizer*. Intervensi ini tidak hanya membantu mengurangi rasa takut dan cemas pada pasien, tetapi juga meningkatkan kemampuan keluarga dalam mendampingi anak selama perawatan serta membantu menciptakan suasana yang lebih nyaman dan kooperatif selama tindakan keperawatan berlangsung.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan terapi bermain menggunakan POP-IT selama tiga pertemuan dengan durasi 15–20 menit menunjukkan hasil yang efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pada anak dengan bronkopneumonia saat pemberian *nebulizer*. Intervensi yang diberikan mampu membantu mengurangi rasa takut, tangisan, dan perilaku tidak kooperatif pada pasien selama tindakan *nebulizer* dilakukan. Selain itu, terapi bermain POP-IT membantu meningkatkan kenyamanan dan kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit serta tindakan medis yang diberikan. Terjadi penurunan tingkat ansietas dari skala 7 (cemas berat) menjadi skala 3 (cemas ringan) yang disertai dengan perbaikan tanda-tanda vital berupa penurunan frekuensi nadi, frekuensi napas, dan suhu tubuh pasien. Selain itu, terdapat peningkatan kemampuan keluarga dalam mendampingi, menenangkan, dan membantu

mengalihkan perhatian pasien selama tindakan *nebulizer* berlangsung. Dengan demikian, terapi bermain menggunakan POP-IT dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan atraumatic care yang efektif untuk membantu mengurangi ansietas pada anak selama hospitalisasi.

Tenaga keperawatan disarankan dapat mengimplementasikan terapi bermain menggunakan POP-IT sebagai bagian dari intervensi atraumatic care untuk membantu menurunkan ansietas pada anak selama pemberian *nebulizer* maupun tindakan medis lainnya. Keluarga diharapkan berperan aktif dalam mendampingi, menenangkan, dan memberikan dukungan emosional kepada anak selama proses hospitalisasi agar anak merasa lebih aman dan nyaman. Penelitian selanjutnya disarankan dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan durasi intervensi yang lebih panjang untuk meningkatkan kekuatan hasil penelitian sebagai *evidence based nursing* dalam penerapan terapi bermain pada anak.

DAFTAR REFERENSI

- Aini, N., Putra, R., & Lestari, D. (2024). The Effectiveness of Sensory Play Therapy on Anxiety Levels in Hospitalized Children. *Journal of Pediatric Nursing*, 12(2), 101–108.
- Alfiyanti, D., Arief, Y. S., & Krisnana, I. (2024). Parents' Participation in Atraumatic Care During Children Hospitalization: Systematic Review. *The Malaysian Journal of Nursing*, 15(3), 156–168.
- Hidajaturokhmah, N. Y., Madeira, A., & Dingle, K. (2022). Giving Super Bubbles Play Therapy to Reducing Anxiety in Children Due to Hospitalization. *Journal of Nursing Practice*, 5(2), 239–247.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2021). *Wong's Essentials of Pediatric Nursing* (11th ed.). Elsevier.
- Kirkan, C., & Kahraman, A. (2023). Effect of Therapeutic Play Using a Toy Nebulizer and Toy Mask on a Child's Fear and Anxiety Levels. *Journal of Pediatric Nursing*, 73, e556--e562.
- Kyle, T., & Carman, S. (2021). *Essentials of Pediatric Nursing*. Wolters Kluwer.
- Munir, Z. (2023). Efektivitas Terapi Bermain: Melukis dan Mewarnai terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak. *Journal of Nursing Practice and Education*, 3(2), 220–229.
- Rahmawati, D., Sari, P., & Nugroho, A. (2023). Family Support and Anxiety Level among Hospitalized Children. *Indonesian Journal of Nursing Practice*, 7(1), 44–50.
- Salsabila, P., Anggraini, I. R., Alifatin, A., & Aini, N. (2022). Play Therapy to Reduce Anxiety in Children During Hospitalization: A Literature Review. *KnE Medicine*, 2(3), 765–773.
- Sari, Y., & Putri, A. (2022). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Selama Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Anak Indonesia*, 5(2), 88–95.

- Smith, L., & Brown, K. (2022). Pediatric Respiratory Disorders and Nursing Management. *Pediatric Health Journal*, 14(3), 120–129.
- Wong, D. L., Hockenberry, M., & Wilson, D. (2022). *Wong's Nursing Care of Infants and Children*. Elsevier.
- World Health Organization. (2023). *Pneumonia in Children*. WHO. <https://www.who.int>
- Yuliana, R., & Fitriani, S. (2024). Anxiety Response in Toddlers During Nebulizer Therapy. *Journal of Child Health Nursing*, 9(1), 55–61.
- Zhafira, A., & Kurniawan, B. (2025). Non-Pharmacological Interventions for Reducing Anxiety in Pediatric Patients. *International Journal of Nursing Science*, 6(1), 11–18.