

Penerapan Terapi Bermain Bola Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Anak Dengan Masa Hospitalisasi

Rahma Nur Habibah

Pendidikan Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Falasifah Ani Yuniarti

Dosen Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Dewi Respati Arumsari

RSUD Kabupaten Temanggung

Alamat: Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

Korespondensi penulis: rahmanur.rh@gmail.com

Abstract. Hospitalization is a process that requires children to undergo treatment and therapy at the hospital until they return home. The impact of hospitalization that is most often experienced by children is anxiety. Anxiety experienced by children during hospitalization can be overcome by playing therapy. The purpose of this study was to determine the effect of giving playing ball therapy to hospitalized children with anxiety before examining vital signs. This research method is a descriptive study, with a sample of 2 people in the Hospital of Temanggung Regency. The instrument used to measure anxiety levels is the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS). Respondents were given play therapy 3 times in 3 days. The results of this study indicate that the anxiety level of hospitalized children decreased from an average score of 36, namely the moderate anxiety category, to an average score of 20, mild anxiety category.

Keywords: Anxiety, Hospitalization, Play Therapy

Abstrak. Hospitalisasi merupakan suatu proses yang mengharuskan anak untuk menjalani perawatan maupun terapi di rumah sakit sampai pulang ke rumah. Dampak hospitalisasi yang paling sering dialami oleh anak adalah kecemasan. Kecemasan yang dialami anak pada saat hospitalisasi dapat diatasi salah satunya dengan terapi bermain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi bermain bola pada anak hospitalisasi dengan kecemasan sebelum dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital. Metode penelitian ini yaitu studi deskriptif, dengan sampel berjumlah 2 orang di RSUD Kabupaten Temanggung. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan yaitu *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS). Responden diberikan terapi bermain sebanyak 3 kali dalam 3 hari. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan anak hospitalisasi menurun dari skor rata-rata 36 yaitu kategori cemas sedang menjadi skor rata-rata 20 kategori cemas ringan.

Kata kunci: Kecemasan, Hospitalisasi, Terapi Bermain

LATAR BELAKANG

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang mengharuskan anak untuk menjalani perawatan maupun terapi di rumah sakit sampai pulang ke rumah. Hospitalisasi dapat

direncanakan maupun harus dilakukan karena kondisi darurat. Hospitalisasi merupakan salah satu bentuk stresor individu yang berlangsung selama dirawat di rumah sakit. Hospitalisasi menimbulkan dampak negatif pada anak karena masuk ke lingkungan baru (Putri, *et al.*, 2020). Anak yang mengalami hospitalisasi memberi respon seperti penolakan, protes, dan putus asa. Beberapa perasaan juga muncul seperti marah, sedih, dan cemas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Inggriani dan Permana (2021), dampak hospitalisasi yang paling sering dialami oleh anak adalah kecemasan.

Kecemasan masih menjadi salah satu masalah yang ditemukan pada anak yang sedang mengalami hospitalisasi. Berdasarkan data UNICEF, jumlah anak pra sekolah yang mengalami hospitalisasi di 3 negara terbesar di dunia yaitu mencapai 57 juta anak dan 75% di antaranya mengalami kecemasan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Delvecchio *et al.*, (2019), anak yang mengalami hospitalisasi memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang tidak mengalami hospitalisasi. Biasanya, anak mengalami kecemasan sebelum atau saat bertemu dengan tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Apriani & Putri, (2021), menunjukkan bahwa hospitalisasi menyebabkan anak cemas, menangis saat akan dilakukan prosedur tindakan, dan berontak saat akan dimasukkan obat.

KAJIAN TEORITIS

Banyak penelitian sebelumnya yang membahas terkait manfaat terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak dengan hospitalisasi. Penelitian milik Setiawati & Sundari (2019), terkait pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak sebagai dampak hospitalisasi. Terdapat 30 responden dan penelitian merupakan penelitian quasy eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test*, didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan terapi bermain rata-rata kecemasan adalah 20.77, dan setelah dilakukan terapi bermain, rata-rata turun menjadi 14.87. Penelitian tersebut juga mendapatkan hasil bahwa nilai $P\text{-value} = 0.003 < \alpha = 0.05$, sehingga ada pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak dengan hospitalisasi di RSUD Ambarawa.

RSUD Kabupaten Temanggung merupakan rumah sakit tipe B dengan status akreditasi paripurna. Rumah sakit ini berlokasi di Jalan Gajah Mada No. 1A, Sendang, Walitelon Selatan, Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung, Jawa Tengah.

Terdapat berbagai macam pelayanan, salah satunya adalah bangsal rawat inap anak yaitu Bangsal Cempaka 2. Bangsal Cempaka 2 terletak di lantai 2 gedung A RSUD Kabupaten Temanggung.

Selama ini belum pernah ada penelitian terkait penggunaan terapi bermain pada pasien anak yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi. Selain itu, selama penulis menjalani praktik profesi ners di RSUD Kabupaten Temanggung, stase anak, penulis menemukan beberapa pasien anak yang sedang menjalani hospitalisasi, mengalami kecemasan sebelum dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital. Terapi bermain bola bisa menjadi salah satu intervensi keperawatan mandiri perawat pada pasien anak dengan kecemasan. Di Bangsal Cempaka 2 juga terdapat banyak bola kecil dan mainan anak. Berdasarkan tinjauan literatur yang dilakukan oleh Salsabila & Rahmawati (2021), ada 19 langkah pada dalam standar operasional prosedur terapi bermain bola untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak pra sekolah yang mengalami hospitalisasi. Beberapa hal yang harus diperhatikan adalah menyiapkan alat anatara lain: bola warna-warni dan keranjang bola, kemudian mengukur tingkat kecemasan sebelum terapi, mengatur posisi nyaman pada pasien, dan mengukur tingkat kecemasan setelah terapi bermain bola.

Berdasarkan latar belakang mengenai kecemasan pada anak hospitalisasi dan manfaat dari penggunaan terapi bermain bola terhadap kecemasan, dan masih jarangny peggunaan terapi bermain bola dalam pemberian asuhan keperawatan. Maka dari itu, penulis berinisiatif untuk memberikan intervensi penggunaan terapi bermain bola pada anak hospitalisasi dengan kecemasan di Bangsal Cempaka 2, RSUD Kabupaten Temanggung.

METODE PENELITIAN

Penulisan studi kasus dilakukan dengan metode asuhan keperawatan dari pengkajian, menentukan diagnosis keperawatan, implementasi, dan evaluasi. Studi kasus ini berfokus pada 1 diagnosis keperawatan yaitu ansietas. Sasaran dalam studi kasus ini adalah anak pra sekolah usia 4 tahun. Terdapat 2 pasien yang diberikan intervensi pada studi kasus ini yaitu An. L dan An. S

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan pada anak dilakukan dengan instrumen kuesioner *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS). Kuesioner SCAS digunakan pada penelitian yang dilakukan oleh Yunita *et al.*, (2022) yang meneliti terkait pengaruh terapi mendongeng terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi dan telah diuji validitasnya. Kuesioner ini diisi oleh orang tua sebelum dan sesudah dilakukan terapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaplikasian terapi bermain bola pada An. L dilakukan pada tanggal 31 Oktober, 1 November, dan 2 November 2022. Sementara pengaplikasian terapi bermain bola pada An. S dilakukan pada tanggal 1-3 November 2022. Pengaplikasian dilakukan masing-masing 1 kali sehari dengan durasi 15 menit setiap pertemuan. Terapi bermain bola dilakukan sebelum pemeriksaan tanda-tanda vital di siang hari. Identifikasi tingkat kecemasan dilakukan 2 kali yaitu sebelum intervensi di hari pertama dan setelah intervensi di hari ketiga.

Pengaplikasian terapi bermain bola dilakukan sebanyak 3 pertemuan. Pertemuan pertama, penulis melakukan pengenalan diri dan menyatakan maksud dan tujuan kepada orang tua, lalu setelah orang tua menyetujui untuk anaknya dilakukan terapi kemudian orang tua menandatangani *informed consent*. Selanjutnya orang tua diminta mengisi kuesioner SCAS untuk mengetahui tingkat kecemasan pada anak. Setelah itu penulis melakukan intervensi terapi bermain bola kepada anak, dilanjutkan dengan pemeriksaan tanda-tanda vital.

Intervensi diberikan dengan meminta anak menangkap bola yang dilempar oleh penulis, kemudian meminta anak memasukkan bola ke dalam keranjang, dan terakhir meminta anak menghitung jumlah bola. Intervensi diberikan selama 10 menit. Pada pertemuan kedua, penulis kembali memberikan intervensi terapi bermain bola hingga terbangun hubungan saling percaya antara penulis dan anak, dan hari ketiga penulis kembali memberikan terapi bermain bola sebelum dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital, setelah itu penulis meminta orang tua dari anak untuk mengisi kuesioner SCAS kembali untuk melihat tingkat kecemasan pada anak.

Ketika dilakukan pengkajian, An. L terlihat meminta ibunya untuk ke sampingnya lalu An. L bersembunyi dibalik tubuh ibunya. Saat akan dilakukan pemeriksaan suhu, An. L terlihat merengek. Hasil pengkajian kecemasan dengan instrumen SCAS yang diisi oleh ibu pasien didapatkan skor 47 dengan kategori kecemasan berat. Sementara pada An. S, setelah dilakukan pengkajian terkait kecemasan, ibu pasien mengatakan An. S takut pada petugas kesehatan yang akan melakukan tindakan pada An. S. An. S terlihat merengek saat dilakukan pengkajian. Ibu pasien terlihat menenangkan pasien saat pasien merengek. Saat diajak berbicara An. S terlihat diam saja dan tidak menjawab pertanyaan. Hasil pengkajian kecemasan dengan instrumen SCAS yang diisi oleh ibu pasien menunjukkan hasil 24 masuk ke kategori kecemasan ringan. Rata-rata skor kecemasan pada kedua anak yaitu 36 dan masuk dalam kategori kecemasan sedang.

Setelah dilakukan intervensi terapi bermain bola selama 3 hari, per hari 1 kali pertemuan, didapatkan hasil bahwa kecemasan pada An. L dengan instrumen SCAS mendapatkan skor 29, sementara pada An. S mendapatkan skor 10. Rata-rata skor kecemasan pada kedua anak yaitu 20 masuk dalam kategori kecemasan ringan.

PEMBAHASAN

Hospitalisasi adalah suatu proses yang mewajibkan anak untuk tinggal di rumah sakit untuk menjalani perawatan dan terapi sampai anak pulang ke rumah (Vianti, 2020). Penyebab anak mengalami hospitalisasi adalah karena anak mengalami gangguan selama masa tumbuh kembang. Selama hospitalisasi, anak mengalami adaptasi dengan lingkungan baru sehingga menimbulkan krisis pada anak. Anak akan mengalami perpisahan dengan orang tua, kehilangan kontrol pada dirinya, ketakutan pada lingkungan baru yang asing bagi dirinya, dan rasa sakit pada tubuhnya (Putri, *et al.*, 2020).

Dampak hospitalisasi pada anak terdapat jangnan pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek antara lain: anak menjadi susah tidur, anak menjadi cemas, dan takut pada tenaga kesehatan yang akan memeriksa anak. Perasaan takut anak pada tenaga kesehatan menyebabkan anak menangis saat akan diperiksa atau dilakukan tindakan. Anak juga bisa berontak saat akan minum obat. Anak merasa jenuh, takut pada

keramaian, ingin pulang, dan menangis ketika orang tua tidak berada di samping anak (Apriani & Putri, 2021).

Dampak hospitalisasi jangka panjang dapat memengaruhi reaksi anak. Apabila anak pernah mengalami hospitalisasi sebelumnya dan anak mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan, maka pada hospitalisasi selanjutnya anak dapat mengalami takut dan trauma terhadap hospitalisasi. Akibat trauma yang timbul karena hospitalisasi, anak bisa mengalami keterlambatan dalam tumbuh kembang. Anak menjadi memiliki kemampuan membaca yang kurang dan kemampuan intelektual dan sosial yang menurun (Matta, 2020).

Kecemasan adalah masalah yang dialami oleh setiap manusia dari anak-anak hingga orang dewasa. Kecemasan didefinisikan sebagai perasaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi (Mukholil, 2018). Kecemasan merupakan pengalaman manusia yang universal dan salah satu emosi yang mendasar (Halter, 2018).

Kecemasan yang dialami anak pada saat hospitalisasi dapat diatasi salah satunya dengan terapi bermain. Bermain merupakan salah satu aspek penting dari kehidupan dan dapat mengurangi stres Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mangundap (2020), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada kecemasan anak sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Terapi bermain dapat menurunkan kecemasan yang dialami anak hospitalisasi. Berdasarkan tinjauan sistematis yang dilakukan oleh Godino-lanez *et al.*, (2020), terapi bermain pada anak dengan hospitalisasi memiliki banyak manfaat, antara lain: mengurangi kecemasan dan nyeri, emosi negatif pada anak menjadi berkurang, hubungan antara anak dengan tenaga kesehatan menjadi lebih baik sehingga meningkatkan kolaborasi pada perawatan anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus ini dengan intervensi terapi bermain bola pada anak dengan hospitalisasi, menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan skor kecemasan. Hal ini sesuai dengan hasil evaluasi dengan instrumen SCAS dengan skor awal rata-rata 36 masuk dalam kategori kecemasan sedang menjadi skor 20 masuk ke kategori kecemasan ringan setelah diberikan terapi bermain bola. Terapi bermain bola pada anak

dengan kecemasan yang mengalami hospitalisasi dapat mengurangi tingkat kecemasan bagi anak.

Bagian kesimpulan dan saran ini ditulis dalam bentuk paragraf, tidak menggunakan penomoran atau *bullet*. Pada bagian ini juga dimungkinkan apabila penulis ingin memberikan saran atau rekomendasi tindakan berdasarkan kesimpulan hasil penelitian. Demikian pula, penulis juga sangat disarankan untuk memberikan ulasan terkait keterbatasan penelitian, serta rekomendasi untuk penelitian yang akan datang.

SARAN

Tingkat kecemasan pada anak yang mengalami masa hospitalisasi masih tinggi sehingga diperlukan intervensi yang dapat dilakukan oleh perawat sebagai bentuk memberikan asuhan keperawatan secara holistik baik dari bio psiko maupun spiritual.

DAFTAR REFERENSI

- Aliyah, H., & Rusmariana, A. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi: Literature Review. *Seminar Nasional Kesehatan*. 377-384.
- Amallia, A., Oktaria, D., & Oktafani. (2018). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah selama Masa Hospitalisasi. *Majority*. 7(2): 219-225.
- Apriani, D. G. Y., & Putri, D. M.F. S. (2021). Dampak Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah (Usia 3-6 Tahun) di Ruang Anggrek Badan Rumah Sakit Umum Daerah (BRSUD) Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*. 7(2): 74-83.
- Azhari, M., & Afriani, B. (2018). Hubungan Kecemasan Hospitalisasi dengan Perubahan Pola Tidur pada Anak Usia Prasekolah di Ruang Aster RS TK. II Dr. Ak. Gani Palembang Tahun 2015. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 1. <https://doi.org/10.36729/jam.v1i1.246>
- Delvecchio, E., Salcuni, S., Lis, A., Germani, A., & Di Riso, D. (2019). Hospitalized Children: Anxiety, Coping Strategies, and Pretend Play. *Frontiers in public health*, 7, 250. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00250>

- Elen, Lian, B., & Novianti, R. (2020). Pengaruh Permainan Bola Keranjang Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B (5-6 Tahun) Di Tk Aisyiyah 11 Palembang. *PERNIK*. 3(2): 100-114
- Fuadah, D. Z., Rachmania, D., & Sulis. (2020). Perbedaan Dampak Hospitalisasi pada Anak Prasekolah Yang Didampingi Orang Tua Dan Selain Orang Tua. 4(2): 13-22.
- Ginting, E. H., & Ray, D. (2018). Pengaruh Kegiatan Bermain Melempar Bola terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di TK Assisi Medan. *Jurnal Tematik*. 8(2): 207-214.
- Godino-Iáñez, M. J., Martos-Cabrera, M. B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., Vargas-Román, K., Membrive-Jiménez, M. J., & Albendín-García, L. (2020). Play Therapy as an Intervention in Hospitalized Children: A Systematic Review. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 8(3), 239. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030239>
- Halter, M. J. (2018). *Varcarolis' foundations of psychiatric-mental health nursing: a clinical approach* (8th ed.). Elsevier.
- Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan Permainan Anak Usia Dini. 4(1): 52-64.
- Inggriani, T., & Permana, D. B. (2021). Hubungan Peran Serta Orang Tua dan Dampak Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *JKSP*. 4(2): 379-381
- Kahasto, R. T. P., & Wahyuningsih. (2020). Penerapan Fisioterapi Dada untuk Meningkatkan Efektivitas Jalan Nafas dan Mengurangi Kecemasan Pada Anak Dengan ISPA. *Widya Husada Nursing Conference*. 2(2): 77-85.
- Khairani, A. I., & Olivia, N. (2018). Pengaruh Hospitalisasi terhadap Tingkat Kecemasan Anak Preschool di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Kesdam I/BB Medan. *Jurnal Riset Hesti Medan*. 3(2): 82-87.
- Khusni, M. F. (2018). Fase Perkembangan Anak dan Pola Pembinaannya dalam Perspektif Islam. *Martabat*, 2(2), 361-382.
- Kusumaningtiyas., D. P. H., & Priastana, K. A. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Tebak Gambar untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien Anak Usia Toddler Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit. *JPP*. 15 (2): 113-117.
- Maghfuroh, Lilis. (2020). Pengaruh Permainan Melempar dan Menangkap Bola terhadap Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Pra Sekolah. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*. 16(1): 7-18.

- Maharningtyas, R. (2022). Penerapan Kompres Air Hangat untuk Menurunkan Suhu Tubuh pada Anak dengan Demam Typhoid. *Ners Muda*. 3(2): 166-171.
- Mangundap, Selfi Afrida. (2020). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Sekolah Saat Hospitalisasi di Ruangan Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu. *Lentora Nursing Journal*. 1(1): 1-5.
- Matta, Rizki Adinda. (2020). Pemberian Aromaterapi pada Pasien Anak Hospitalisasi dengan Kecemasan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping. Karya Ilmiah Akhir. UMY: Bantul.
- Mukholil. (2018). Kecemasan dalam proses Belajar. *Jurnal Eksponen*. 8(1): 1-8.
- Mulyanti, S., & Kusmana, T. (2018). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. 2(1): 20-26.
- Pujiana, D., & Hidayani, F. (2018). Hubungan antara Kecemasan dengan Pola Tidur pada Anak yang Mengalami Hospitalisasi di Ruang Anak Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2017. 6(1): 130-139.
- Putri, T. N., Agustin, W. R., & Rizqiea, N. S. (2020). Gambaran Ketakutan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*. 7(2): 13-17.
- Salsabila, Nur. (2021). Pengembangan SOP Terapi Bermain Lempar Bola untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah Hospitalisasi. Skripsi. Akper Peln: Jakarta.
- Setiawati, E., & Sundari. (2019). Pengaruh Terapi Bermain dalam Menurunkan Kecemasan pada Anak sebagai Dampak Hospitalisasi di RSUD Ambarawa. *Indonesian Journal of Midwifery*. 2(1): 17-22.
- Vianti, Remilda Armika. (2020). Pengalaman Perawat Mengatasi Dampak Hospitalisasi pada Anak. *Jurnal PENA*. 34(2): 29-39.
- Yunita, A., Murniati, & Wirakhmi, I. N. (2022). Pengaruh Terapi Mendongeng terhadap Tingkat kecemasan pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*. 79-86.