

THE EFFECT OF PUZZLE PLAYING THERAPY ON ANXIETY IN PRESCHOOL AGE CHILDREN (3-6 YEARS) THAT ARE TAKING HOSPITALIZATION AT EMBUNG FATIMAH HOSPITALS BATAM

PENGARUH TERAPI BERMAIN PUZZLE TERHADAP KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH (3-6 TAHUN) YANG MENJALANI HOSPITALIASI DI RSUD EMBUNG FATIMAH BATAM

Indah Purnamasari¹, Elvi Muarniasih², Virisya Chumaerotusyfa³

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Awal Bros Batam

Email : svirisya@gmail.com

ABSTRACT

World Health Organization (WHO) in 2017 stated that in the United States, estimated more than 5 million children undergoing hospitalization because surgical procedures and for more than 50% of the total the children experience anxiety and stress. In Embung Fatimah Hospital Batam (2019) the numbers of anxiety in preschool children (3-6 years) is high enough as many as 20 of them on average experienced moderate anxiety level. When children hospitalization they try to adapt the new environment in the hospital so that these conditions will impact stressors, fears and anxiety in children. If anxiety is not controlled will have an impact on treatment procedures, such as the child is uncooperative toward hospital staff (nurses and doctors). The purpose of this study to determine whether there are the influences of therapeutic play : puzzle on anxiety of hospitalized preschool children (3-6 years) in Embung Fatimah Hospital Batam. The research was quasi Experiment with pretest and posttest research methods Design Without Control, using a total sampling with 20 respondents. Statistical test in this study using the Wilcoxon. By the result observation before therapy puzzles children undergoing hospitalization experience moderate anxiety as many as 14 people (70%) and some of respondents experience mild anxiety as many as 6 people (30%). After therapy puzzles, as many as 15 people (75%) of children undergoing hospitalization from 20 respondents did not experience anxiety and 5 people (25%) experienced mild anxiety. The results after therapy puzzles, p-value of 0.000 or > 0.05. So it can be concluded that there is an influence after therapy puzzles on anxiety of Hospitalized Children Preschoolers (3-6 years). At nursing is expected to be applied as a method to provide comfort to children preschoolers (3-6 years) who undergoing hospitalization in order not to feel anxious.

Keywords : Anxiety, Therapeutic Play : Puzzle. Preschoolers Children (3-6 years)

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) tahun 2017 menyatakan bahwa Di Amerika Serikat, diperkirakan lebih dari 5 juta anak menjalani hospitalisasi karena prosedur pembedahan dan lebih dari 50% dari jumlah tersebut, anak mengalami kecemasan dan stress. Di RSUD Embung Fatimah Batam pada tahun 2019 angka kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) cukup tinggi sebanyak 20 orang diantaranya rata-rata mengalami tingkat kecemasan sedang. Jika kecemasan tidak dikendalikan akan berdampak pada prosedur perawatan, seperti anak tidak kooperatif terhadap staff rumah sakit (perawat, dokter). Tujuan dari penelitian ini

untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) di RSUD Embung Fatimah Batam. Rancangan penelitian ini adalah *Quasy Experiment* dengan metode penelitian *Pretest and Posttest Design Without Control*, menggunakan *total sampling* dengan jumlah 20 responden. Uji statistik pada penelitian ini menggunakan *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil observasi sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle*, anak yang menjalani hospitalisasi mengalami kecemasan sedang sebanyak 14 orang (70%) dan sebagian mengalami kecemasan ringan sebanyak 6 orang (30%). Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle*, sebanyak 15 orang (75%) anak yang menjalani hospitalisasi dari 20 responden tidak mengalami kecemasan dan 5 orang (25%) mengalami kecemasan ringan. Hasil penelitian sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle*, *p-value* 0.000 atau < 0.05 . Jadi dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi. Pada keperawatan diharapkan dapat diterapkan sebagai metode untuk memberikan rasa nyaman kepada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi agar tidak merasa cemas.

Kata Kunci : Kecemasan, Terapi Bermain *Puzzle*, Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun).

PENDAHULUAN

Anak merupakan individu yang unik dan yang akan tumbuh dan berkembang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya menuju proses kematangan. Selama masa tumbuh kembangnya anak-anak sangat rentan untuk terkena penyakit.

World Health Organization (WHO) tahun 2017 menyatakan bahwa di Amerika Serikat sebanyak 3-10% anak dirawat, baik anak usia toodler, prasekolah ataupun anak usia sekolah. Di Amerika Serikat, diperkirakan lebih dari 5 juta anak menjalani hospitalisasi karena prosedur pembedahan dan lebih dari 50% dari jumlah tersebut, anak mengalami kecemasan dan stress.

Angka kesakitan anak di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Nasional tahun 2015 sebesar 18.06% dengan angka kesakitan tertinggi pada kelompok 0-4 tahun sebesar 24,65%, sedangkan angka kesakitan terendah pada kelompok umur 15-17 tahun sebesar 10,49%. Berdasarkan hasil penelitian (Handayani 2018) di RS Graha Hermine Batam didapatkan data dari

rawat inap anak, bahwa dari bulan Januari-Mei tahun 2018 ada 150 responden. Peneliti menyatakan dari 15 orang anak yang di hospitalisasi didapatkan 7 anak yang cemas saat dihospitalisasi, 3 orang anak menangis ingin pulang, 2 anak menangis harus didampingi ibunya setiap saat, 2 orang anak ketakutan melihat perawat dan dokter.

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan pada anak yang dirawat dirumah sakit karena suatu alasan seperti menjalani perawatan yang berencana maupun yang darurat (Mendri and Sarwo Prayogi 2015). Hospitalisasi juga merupakan kondisi krisis bagi anak, ketika anak mengalami hospitalisasi mereka berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru di rumah sakit. Sehingga kondisi tersebut akan berdampak *stressor*, ketakutan, kecemasan pada anak. Umumnya, reaksi anak usia prasekolah (3-6 tahun) terhadap hospitalisasi adalah rasa cemas.

Kecemasan timbul karena adanya respons terhadap kondisi stress atau konflik (Putri 2016). Kecemasan pada anak-anak yang menjalani proses hospitalisasi disebabkan karena anak tidak merasa nyaman saat

dirawat dirumah sakit. Kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) biasanya dapat terjadi saat anak menerima perawatan, dan anak merasa rumah sakit adalah lingkungan yang asing. Saat proses hospitalisasi, anak harus menerima perawatan yang membuat mereka merasa takut, seperti proses operasi, penyuntikan dan mengkonsumsi obat-obatan secara rutin. Dampak dari kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah yaitu dapat menjadi hambatan proses penyembuhan atau perawatan dirumah sakit (Hockenberry and Wilson 2015).

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk menangani kecemasan, diantaranya terapi farmakologis dan non farmakologis. Untuk terapi non farmakologis meliputi teknik distraksi (peralihan), teknik relaksasi, pemberian pendidikan kesehatan dan dukungan keluarga (Lailani 2018). Salah satu metode yang bisa dilakukan untuk mengurangi kecemasan ketika anak sakit dengan teknik distraksi, teknik ini dapat berupa terapi bermain.

Terapi bermain merupakan terapi yang dapat diberikan kepada anak untuk menghadapi ketakutan, kecemasan, mengenal lingkungan, belajar mengenai perawatan atau prosedur yang ada di rumah sakit (Saputro and Fazrin 2017). Terapi bermain dapat memberikan rasa aman kepada anak, dengan dilakukan kegiatan bermain juga dapat mengalihkan perhatian pada anak. Saat bermain, perhatian pada anak akan teralihkan dari kecemasan yang sedang dirasakannya. Permainan yang cocok untuk anak usia prasekolah (3-6 tahun) adalah *puzzle*.

Bermain *Puzzle* bermanfaat bagi anak usia prasekolah yakni, dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik halus, membantu perkembangan mental dan meningkatkan kreativitas pada anak. Pada tahap usia prasekolah anak senang

bermain dan mencari tau hal yang baru sehingga dengan bermain *puzzle* anak akan fokus untuk menyusun potongan *puzzle*.

Berdasarkan hasil penelitian (Apriany and Maruf 2018), anak terlihat senang dan antusias ketika menyusun potongan *puzzle*. *Puzzle* dipilih sebagai terapi bermain juga dikarenakan bermain *puzzle* tidak memerlukan tenaga yang berlebihan sehingga anak yang dirawat dirumah sakit tidak akan merasa capek (Fitriani, Santi, and Rahmayanti 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 20 Maret 2019 di RSUD Embung Fatimah Batam didapatkan data prevalensi hospitalisasi pada anak tahun 2018, terdapat 774 orang, sedangkan anak usia prasekolah (3-6 tahun) didapatkan 158 orang anak yang dirawat inap. Setelah peneliti melakukan observasi terdapat 5 orang anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang cemas saat di hospitalisasi. 2 orang anak menangis ingin pulang, 2 orang anak ketakutan dan harus didampingi ibunya saat diberi perawatan, 1 orang anak ketakutan saat melihat perawat dan dokter.

Peneliti mendapatkan informasi bahwa di RSUD Embung Fatimah sudah pernah dilakukan terapi bermain untuk pengalihan perhatian pada anak yang dihospitalisasi. Tetapi, terapi bermain ini dilakukan tergantung keadaan pasiennya. Selain terapi bermain untuk menurunkan kecemasan pada anak di RSUD Embung Fatimah biasanya hanya meningkatkan caring perawat terhadap si anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian adalah *Quasy Experiment* dengan rancangan penelitian *Pretest and Posttest design without control*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di

RSUD Embung Fatimah dengan jumlah responden 20 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu seminimal mungkin sesuai dengan kriteria inklusi sampel yaitu anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami kecemasan ringan sampai kecemasan sedang dan anak yang baru hari pertama dirawat. Pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan menggunakan pendekatan *total sampling* dan didapat yaitu 20 responden

Instrumen pada penelitian ini dengan menggunakan lembar observasi *Facial Image Scale* (FIS) dan wawancara. Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah *jigsaw puzzle* dengan jumlah potongan maksimal 10.

Penelitian ini dilakukan di RSUD Embung Fatimah yang dilakukan mulai dari bulan oktober-november 2019, pengambilan data dilakukan terhitung selama 4 minggu 3 hari.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1
Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	%
1.	Umur		
	a. 3 - 4 tahun	14	70
	b. 5 - 6 tahun	6	30
	Total	20	100
2.	Jenis Kelamin	11	55
	a. Laki-laki	9	45
	b. Perempuan	20	100
	Total		

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan hasil penelitian menunjukkan bahwa presentasi umur paling besar adalah umur 3 - 4 tahun yaitu sebanyak 14 orang (70%). Berdasarkan jenis kelamin

dijelaskan bahwa rata-rata semua responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 11 orang (55%).

2. Skala Kecemasan sebelum dilakukan Terapi Bermain *Puzzle*

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Skala Kecemasan Sebelum dilakukannya Terapi Bermain *Puzzle*

Variabel	Skala Kecemasan	n	%
Pretest	Sangat Cemas	0	0
	Cemas Sedang	14	70
	Cemas Ringan	6	30
	Tidak ada cemas	0	0
Total		20	100

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, dapat diketahui sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle*, rata-rata dari anak yang menjalani hospitalisasi yaitu mengalami kecemasan sedang sebanyak 14 orang (70%) dan sebagian mengalami kecemasan ringan sebanyak 6 orang (30%).

3. Skala Kecemasan sesudah dilakukan Terapi Bermain *Puzzle*

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Skala Kecemasan Sesudah dilakukannya Terapi Bermain *Puzzle*

Variabel	Skala Kecemasan	n	%
Posttest	Sangat Cemas	0	0
	Cemas Sedang	0	0
	Cemas Ringan	5	25
	Tidak ada cemas	15	75
Total		20	100

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, dapat diketahui setelah dilakukan terapi bermain *puzzle*, hampir dari semua responden tidak mengalami kecemasan atau sebanyak 15 orang (75%) dan sisanya mengalami cemas ringan sebanyak 5 orang (25%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Nilai Tengah Penurunan Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) Pre dan Post

Variabel	n	Min	Max	Mean	Median	Std. Deviation	P-value
<i>Pre Test</i>	20	3.00	4.00	3.7000	4.0000	0.47016	0.000
<i>Post Test</i>	20	1.00	3.00	1.9000	2.0000	0.78807	

Berdasarkan hasil tabulasi data menunjukkan bahwa nilai median sebelum (*pretest*), didapati nilai median 4.0000 dan setelah diberi terapi bermain *puzzle* (*posttest*), didapati nilai median 2.0000. Hasil analisa lebih lanjut didapat nilai *p-value* $0.000 < 0.05$ yang artinya H_0 ditolak H_a diterima maka dapat disimpulkan ada perbedaan antara terapi bermain *puzzle* dengan tingkat kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun).

PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang membandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi, dan mengetahui adanya penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi bermain *puzzle*.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tabel 4.5 dari 20 responden diketahui nilai tengah penurunan kecemasan sebelum dilakukannya terapi bermain *puzzle* adalah 4.0000 pengaruh sesudah dilakukannya terapi bermain *puzzle* didapatkan nilai 2.0000. Sehingga rata-rata penurunan tingkat kecemasan terhadap pengaruh terapi bermain *puzzle* terdapat penurunan sebesar 2.0000. Dari hasil Uji Bivariat dengan menggunakan *Wilcoxon* didapatkan nilai p -value $0.000 < 0.05$ dengan demikian

H_0 ditolak. Sehingga ada perbedaan yang signifikan hasil nilai tengah penurunan tingkat kecemasan terhadap pengaruh terapi bermain *puzzle* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di RSUD Embung Fatimah Batam Tahun 2018. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terlihat adanya perubahan atau penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di RSUD Embung Fatimah Batam, yaitu diketahui sebanyak 75% (15 orang) menunjukkan tidak ada kecemasan dan 25% (5 orang) menunjukkan kecemasan ringan sesudah dilakukannya terapi bermain *puzzle*. Hal ini membuktikan bahwa terapi bermain *puzzle* dapat membantu menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriany dan Maruf (2018), menyatakan bahwa terapi bermain *puzzle* lebih efektif digunakan sebagai intervensi dalam keperawatan untuk mengurangi kecemasan pada anak. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yulianto *et. al* (2018), menunjukkan bahwa respon anak terhadap kecemasan akibat rawat inap di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Bandar

Lampung mengalami penurunan setelah dilakukan terapi bermain *puzzle*.

Penurunan kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi dapat terjadi karena perhatian anak teralihkan dari rasa sakit atau tidak menyenangkan di rumah sakit dengan dilakukan terapi bermain *puzzle* selama 35 menit pada hari pertama dan hari kedua anak dirawat di rumah sakit. Kegiatan bermain dapat mengalihkan perhatian pada anak. Saat bermain, perhatian pada anak akan teralihkan dari kecemasan atau rasa nyeri yang sedang dirasakannya. Terapi bermain *puzzle* juga merupakan terapi bermain yang diberikan anak untuk mengatasi masalah emosi seperti kecemasan dan juga salah satu upaya yang dapat mengurangi stress, dan trauma terhadap proses hospitalisasi (Saputro and Fazrin 2017).

Penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian dari Fitriani *et. al* (2017) menyatakan bahwa permainan *puzzle* memberikan efek distraksi pada anak sehingga anak lebih fokus kepada permainan *puzzle* daripada kecemasan yang dirasakannya. Penelitian yang dilakukan oleh Kaluas *et. al* (2015) juga membuktikan bahwa terapi bermain *puzzle* memiliki pengaruh yang signifikan untuk menurunkan respon kecemasan pada anak prasekolah selama hospitalisasi. Artinya, terapi bermain *puzzle* mampu mengalihkan perhatian anak dari rasa tidak menyenangkan akibat hospitalisasi.

Dari hasil penelitian dan teori terkait yang telah dipaparkan, maka dapat diketahui bahwa terapi bermain *puzzle* mempunyai pengaruh dalam penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi. Peneliti sendiri mengakui bahwa anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi dengan kecemasan

membutuhkan suatu terapi terutama terapi dengan bentuk distraksi seperti terapi bermain *puzzle*.

Selain terapi bermain *puzzle* banyak faktor pendukung lainnya yang dapat menurunkan kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi, seperti faktor usia dan dukungan dari keluarga. Anak yang berusia hampir memasuki usia sekolah (5 – 6 tahun) rata-rata mereka dapat lebih cepat beradaptasi dengan hal yang baru seperti di rumah sakit. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan coping yang positif pada si anak. Dengan adanya dukungan keluarga, anak tidak akan merasa kesepian saat menjalani perawatan di rumah sakit dan kecemasan pada anak dapat lebih cepat menurun.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan di bab-bab sebelumnya telah dijelaskan dan dapat disimpulkan bahwa pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di RSUD Embung Fatimah Batam, adalah sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan umur, adalah rentang umur 3 - 4 tahun adalah 70% (14 anak).
2. Nilai skala kecemasan bahwa dari 20 responden yang mengalami kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* adalah 70% (14 anak) berada pada skala kecemasan sedang.
3. Nilai skala kecemasan bahwa dari 20 responden yang mengalami kecemasan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* adalah 75% (15 anak) mengalami penurunan yaitu tidak ada kecemasan.

4. Setelah dilakukan penelitian, terdapat perbedaan antara nilai skala kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* dengan nilai skala kecemasan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* (p -value : 0.000).
5. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di RSUD Embung Fatimah Batam Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriany, Dyna and Ahmad Faisal Maruf. 2018. "Perbedaan Efektivitas Terapi Mewarnai Dan Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Anak Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Kota Cimamahi Tahun 2018." 1(1):110-21.
- Fitriani, Winda, Eka Santi, and Devi Rahmayanti. 2017. "Terapi Bermain Puzzle Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Hematologi Onkologi Anak." 5(September):65-74.
- Handayani, Sri. 2018. "Hubungan Peran Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di RS Graha Hermine Kota Batam." STIKES Awal Bros Batam.
- Hockenberry, Marilyn J. and David Wilson. 2015. *Wong's Nursing Care of Infants and Children*. Canada: Elsevier.
- Kaluas, Inggrith, Amatus Yudi. I, and Rina Margaretha. K. 2015. "Perbedaan Terapi Bermain Puzzle Dan Bercerita Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Selama Hospitalisasi Di Ruang Anak RS TK. III. R. W. Mongisi Manado." 3.
- Lailani, Maudi Aulia. 2018. "Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Orang Tua Dalam Menghadapi Hospitalisasi Pada Anak Di RSUP Tanjung Pinang." STIKES Awal Bros Batam.
- Mendri, Ni Ketut and Agus Sarwo Prayogi. 2015. *Asuhan Keperawatan Pada Anak Sakit & Bayi Resiko Tinggi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Putri, Astuti Andi. 2016. *Strategi Budaya Karakter Caring of Nursing*. Bogor: IN MEDIA.
- Saputro, Heri and Intan Fazrin. 2017. *Anak Sakit Wajib Bermain Di Rumah Sakit*. Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).
- Yulianto, Andri, Teguh Pribadi, and Devita Elsanti. 2018. "Reduction of Anxiety in Children Facing Hospitalization by Playing Therapy Origami and Puzzle Ini Lampung-Indonesia." 1(1):29-35.