



PENGURANGAN KECEMASAN ANAK YANG MENJALANI INHALASI DENGAN PERMAINAN BONEKA KARAKTER

I Wayan Romantika^{a*}, Muh. Jasmin^b, Hasrima^c, Cholic Harun Rosjidi^d, Amzal Mortin Andas^e

^{a-d}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan, Indonesia

^eSekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bani Saleh, Indonesia

*Corresponding author: iwayanromantika@gmail.com

Abstract

Background :Anxiety is one of the first impacts of a child's hospitalization. This becomes very important to deal with when children cannot overcome their anxiety in a timely manner, they tend to resist treatment, and care, are afraid, embarrassed, and lose independence. Therefore, appropriate treatment is needed to reduce the anxiety response. There are many ways to reduce anxiety in children, one of which is play therapy. **Objective** :This study aims to determine the effect of stuffed toy therapy on anxiety in hospitalized children. **Method** :The design of this study was pre-experimental with a one-group pretest-posttest approach. The research sample was obtained by applying the Simple Random Sampling method and 17 respondents were selected. **Results** :The Spearman Rank test results obtained a p-value of 0.001. **Conclusion** :character play doll therapy significantly reduces anxiety in inpatient children aged 3-5 years.

Keywords: anxiety; character dolls; play therapy

Abstrak

Latar belakang :Cemas menjadi salah satu dampak pertama yang timbul ketika anak dirawat inap. Hal ini menjadi sangat penting untuk ditangani ketika anak tidak dapat mengatasi kecemasannya pada waktu yang tepat, mereka cenderung menolak pengobatan, perawatan, takut, malu, dan kehilangan kemandirian. Oleh karena itu diperlukan penanganan yang tepat untuk mengurangi respon kecemasan tersebut. Terdapat banyak cara untuk mengurangi kecemasan pada anak, salah satunya dengan terapi bermain. **Tujuan** :Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi boneka mainan terhadap kecemasan pada anak yang di rawat inap. **Metode** :Rancangan penelitian ini adalah pre-experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel penelitian ini diperoleh dengan menerapkan metode Simple Random Sampling dan terpilih 17 responden. **Hasil** :Hasil uji Spearman Rank diperoleh p-value sebesar 0,001. **Kesimpulan** :Terapi boneka bermain karakter secara signifikan menurunkan kecemasan pada anak rawat inap usia 3-5 tahun

Kata kunci: cemas; boneka karakter; terapi bermain

PENDAHULUAN

Cemas menjadi salah satu dampak pertama yang timbul ketika anak di rawat inap. Data World Health Organization (WHO) tahun 2018 menunjukkan di Amerika Serikat terdapat 3%-10% pasien anak yang menjalani rawat inap mengalami stres. Sekitar 3%-7% dari anak usia sekolah yang dirawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa. Sementara itu menurut UNICEF tahun 2021 menyebutkan bahwa anak usia pra sekolah di 3 negara dari 57 juta anak setiap tahunnya yang dirawat inap Terdapat 75% mengalami trauma berupa ketakutan dan kecemasan (UNICEF et al., 2021). Sementara itu di Indosensia juga menunjukkan angka rawat inap anak yang cukup tinggi. Presentase anak yang di rawat inap pada tahun 2017-2018 sebesar 3,21%. Angka ini tersebar sebesar 3,80% di daerah perkotaan dan pedesaan sebesar 2,59% (Risikesdas, 2018).

Kecemasan ini diperantarai berbagai faktor diantaranya lingkungan rumah sakit yang tidak familiar bagi anak dan penampilan petugas (Endang & Liswaryana, 2018). Tidak hanya itu rasa nyeri juga dapat meningkatkan kecemasan. Anak yang mengalami nyeri menjadi mencemaskan berbagai hal yang berkaitan dengan tindakan yang akan dilakukan. Apabila anak terlambat dalam penanganan kecemasan berdampak pada penolakan pengobatan, perawatan, merasa takut menderita luka, ketidaknyamanan, malu, kehilangan kemandirian dan otoritas (Farida, 2018).

Mengingat dampak yang ditimbulkan ketika anak mengalami cemas maka perlu penanganan secara cepat dan efektif dalam menurunkan kecemasannya. Terapi bermain menjadi salah satu intervensi yang dapat digunakan. Peneliti sebelumnya menyebutkan dengan terapi bermain di rumah sakit dapat menurunkan tingkat emosional dan kecemasan anak (Li et al., 2016). Peneliti lain dalam case study juga menyebutkan hal serupa yaitu dengan terapi bermain boneka tangan dapat menurunkan kecemasan pada anak (Pujiati et al., 2021). Meski demikian belum terdapat penelitian yang memberikan terapi bermain boneka karakter pada anak yang akan menjalani terapi inhalasi. Dengan terapi ini anak diharapkan dapat melatih keterampilan, mengomunikasikan pikiran, berkreasi, bersiap untuk bermain peran selama terapi bermain. Bermain melayani berbagai tujuan di rumah sakit, seperti memperkenalkan anak-anak pada situasi dan tempat baru, membatasi kemampuan pengambilan keputusan mereka, mengurangi stres dan kecemasan, mengurangi rasa sakit, dan menjelaskan penggunaan dan tujuan peralatan medis (Pujiati et al., 2021).

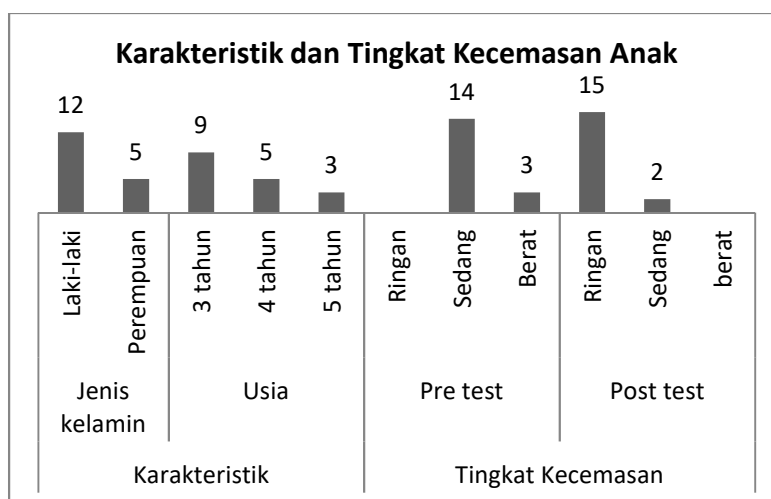
Berdasarkan survey awal di Rumah Sakit Umum Daerah Kendari tepatnya di Ruang Mawar, pada tahun 2019 sebanyak 689 orang, tahun 2020 sebanyak 97 orang, tahun 2021 sebanyak 468 orang dan jumlah anak dalam empat bulan terakhir di tahun 2022 yaitu sebanyak 205 orang. Jadi total anak yang mendapatkan perawatan dari tahun 2019-2022 sebanyak 1.459 orang anak yang di rawat di ruang bangsal tersebut dengan berbagai keluhan penyakit yang di rasakan. Berdasarkan hasil wawancara pada petugas kesehatan, tingkat kecemasan anak yang di rawat di ruang perawatan tersebut berbeda-beda tergantung pada penyakit yang di alaminya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain boneka karakter pada kecemasan anak yang akan menjalani terapi inhalasi.

METODE

Desain penelitian ini adalah praeksperimen dengan pendekatan *One Group Pre Test-Post Test*. *Pre test* dilakukan setelah anak mendapat informasi akan diberikan terapi. Selanjutnya Intervensi diberikan selama 20 menit sebelum menjalani terapi inhalasi. Intervensi terapi bermain dilakukan dengan bercerita tentang karakter boneka yang dimainkan. Anak dapat memilih karakter boneka yang disukai dan peneliti bercerita tentang boneka karakter tersebut. *Post Test* dilakukan setelah intervensi terapi bermain selama 20 menit anak (Li et al., 2016). Penilaian kecemasan menggunakan lembar observasi kecemasan yang dikembangkan dan dengan nilai validitas $r = 0,533 \geq r \text{ tabel} = 0,482$ dan reabilitas $r = 0,95$. oleh (Pratiwi, 2012). Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Perawatan Anak RSUD Kota Kendari pada tanggal 04 Juli sampai dengan 04 Agustus 2022. Responden penelitian ini adalah anak yang dirawat di ruang Anak RSUD Kota kendari dengan kriteria inklusi menerima terapi inhalasi, berusia 3-5 tahun. Penarikan sampel menggunakan metode random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 17 orang. Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan etik penelitian yang ditetapkan oleh kementerian kesehatan RI (KEPPKN, 2021). Data hasil penelitian ini dianalisis menggunakan *software* statistik dengan uji *Spearman Rank*.

HASIL

Hasil peneliti memperoleh data sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki dan lebih dari setengah responden berusia 3 tahun. Ketika pengukuran *pre-test* sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang dan sebagian besar mengalami perubahan kecemasan ke cemas ringan ketika *post test*, lihat Diagram 1. Selain itu hasil analisis menunjukkan secara statistik ada pengaruh terapi bermain pada kecemasan anak yang akan menjalani terapi inhalasi, lihat Tabel 1.



Gambar 1. Diagram Karakteristik dan Tingkat Kecemasan Anak

Tabel 1. Pengaruh Terapi Bermain Boneka pada Kecemasan Anak

		<i>Pre test</i>	<i>Post Test</i>
<i>Spearman's Rho</i>	<i>Pre test</i>	<i>Correlation coefficient</i>	1.000
		N	17
	<i>Post Test</i>	<i>Correlation coefficient</i>	.789
		<i>Sig.(2-tailed)</i>	.000*
	N	17	

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan sebelum diberikan intervensi sebagian besar tingkat kecemasan anak pada tingkat sedang dan sebagian kecil pada tingkat cemas berat. Setelah diberikan intervensi tingkat kecemasan anak mengalami perubahan menjadi sebagian besar pada tingkat cemas ringan dan dan sebagian kecil pada tingkat cemas sedang. Terapi bermain boneka yang diterapkan pada anak yang dirawat inap di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Kota Kendari menunjukkan hasil yang signifikan terhadap perubahan tingkat kecemasan anak.

Anak yang diberikan terapi inhalasi sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang. Hal ini menjadi bukti bahwa perawatan dan rawat inap sangat menegangkan bagi mereka dan dapat berdampak buruk pada kesehatan dan proses keperawatan (Francischinelli et al., 2012).

Anak yang berada pada rentang usia 3-5 tahun yang menjalani perawatan sangat memerlukan terapi bermain. Karena pada usia ini, anak-anak mulai menilai diri mereka sendiri, menjadi sadar akan keinginan mereka sendiri, dan mempertimbangkan lingkungan sepenuhnya. Anak-anak yang mengalami gangguan kecemasan selama di rumah sakit menghadapi ini berbagai efek samping dari rawat inap. Bermain membantu anak merasa lebih nyaman, mengurangi ketidaknyamanan, dan dapat beradaptasi dengan lingkungan rumah yang sakit. Ini juga membantu anak-anak merasa tidak terlalu takut dengan petugas kesehatan saat ini.

Terapi bermain mempengaruhi domain kognitif, afektif dan interpersonal anak. Domain kognitif mengacu pada kesadaran dan ide yang dapat diubah melalui proses seperti pengembangan keterampilan, dan pertukaran simbolik. Domain afektif, terkait dengan emosi. Domain interpersonal, terkait dengan hubungan dan dukungan, dapat mencakup proses seperti dukungan dan validasi serta hubungan korektif dengan tenaga kesehatan (Kool & Lawver, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain menyebutkan bahwa dengan terapi permainan boneka tangan antara kelompok kontrol dan perlakuan terhadap penurunan kecemasan anak hospitalisasi menunjukkan nilai $p=0,000 (<0,05)$ artinya terapi bermain boneka tangan efektif menurunkan kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi (Putri et al., 2016). Dengan terapi bermain anak merasa perawatan jadi menyenangkan dan menarik bagi anak. Dengan kondisi ini dapat menurunkan tingkat emosional anak selama menjalani perawatan (Li et al., 2016). Saat anak bermain baik dalam bentuk permainan terapeutik, atau dalam bentuk terapi bermain telah terbukti memberikan nilai terapeutik yang tinggi untuk anak yang sedang menjalani perawatan, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan fisik dan emosional serta meningkatkan derajat kesehatan anak (Koukourikos et al., 2015). Tidak hanya

dengan permainan terstruktur yang dapat menurunkan tingkat kecemasan namun juga permainan yang tidak terstruktur. Hal ini menunjukkan tindakan bermain menjadikan anak merasa nyaman dengan lingkungan dan menjadi lebih siap dalam menjalani tindakan perawatan (Al-Yateem & Rossiter, 2017).

Peneliti lain juga menyebutkan sebelum dan sesudah terapi bermain anak menunjukkan tanda kecemasan yang berbeda. Sebelum terapi bermain, anak tampak tidak tertarik, takut, dan menangis. Namun, setelah terapi bermain, anak-anak mudah diajak bermain, mengekspresikan emosinya melalui permainan, dan rasa takut berkurang selama di rumah sakit. Menurut (Supartini, 2014), bermain permainan anak-anak akan membantu anak untuk menghilangkan stres dan ketegangan karena memungkinkan pemain untuk "mentransfer kesedihan mereka ke dalam permainan". Oleh karena itu, diperlukan peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan salah satunya terapi bermain boneka untuk meningkatkan kesejahteraan dan kenyamanan anak. Terapi bermain dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk pengungkapan konflik diri yang dilakukan oleh anak ketika bermain secara tidak sadar sehingga anak dapat mengekspresikan segala emosinya (Montolalu, 2014).

Meski demikian penelitian ini hanya mengukur satu kelompok intervensi tanpa kelompok pembandingan. Untuk itu peneliliti selanjutnya dapat melakukan penelitian serupa dengan pembandingan (kasus kontrol).

SIMPULAN

Terapi bermain boneka efektif dalam menurunkan kecemasan pada anak yang menjalani terapi inhalasi. Dengan bermain boneka karakter anak merasa nyaman dan menyenangkan sehingga menurunkan tingkat kecemasan mereka sebelum diterapi. Penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih spesifik permainan yang dapat digunakan sebagai terapi bermain pada anak dengan diagnosis penyakit yang berbeda-beda.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Yateem, N., & Rossiter, R. C. (2017). Unstructured play for anxiety in pediatric inpatient care. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 22(1), 1–7. <https://doi.org/10.1111/jspn.12166>
- Endang, & Liswaryana. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi. *Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 65–70. <https://doi.org/10.29313/ga.v2i1.3859>
- Francischinelli, A. G. ., Almeida, F. A. &, & Fernandes, M. S. . (2012). Routine use of therapeutic play in the care of hospitalized children: nurses' perceptions. *Acta Paul Enferm*, 25(1), 18–23. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=rzh&AN=2011624406&site=ehost-live>
- KEPPKN. (2021). *Pedoman Dan Standar Etik Penelitian Dan Pengembangan Standar Kesehatan Nasional*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kool, R., & Lawver, T. (2010). Play therapy: Considerations and applications for the practitioner. *Psychiatry (Edgemont)*, 7(10), 19–24.
- Koukourikos, K., Tzeha, L., Pantelidou, P., & Tsaloglidou, A. (2015). The Importance of Play During Hospitalization of Children. *Materia Socio Medica*, 27(6), 438. <https://doi.org/10.5455/msm.2015.27.438-441>

- 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>
- Montolalu. (2014). *Bermain dan Permainan Anak*. Universitas Terbuka.
- Pratiwi, Y. S. (2012). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Rawat Inap dengan Permainan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, 5(22).
- Pujiati, W., Saribu, H. J. D., Rahman, Z., & Khariroh, S. (2021). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Melalui Terapi Bermain di RumKital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(6), 371–376. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.73>
- Putri, B. H. D., Kapti, R. E., & Handayani, T. (2016). Efektifitas Permainan Boneka Tangan Terhadap Penurunan Ketakutan Anak Hospitalisasi pada Usia Prasekolah (3-6 Tahun) di RSUD Dr. R. Koesma Kabupaten Tuban Bernandha Hargi Dwitantya Putri*, Rinik Eko Kapti* □, Tina Handayani* ABSTRAK. 3(September), 128–136.
- Rahayu, F. S. (2018). Penerapan Terapi Bermain Puzzle terhadap Tingkat Kecemasan pada Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah di Bangsal Dahlia RSUD Wonosari [Pliteknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta]. In *Karya Tulis Ilmiah Penerapan*. <http://poltekkesjogja.ac.id>
- Riskesdas 2018. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–100. <https://doi.org/10.24127/1.Desember.2013>
- Supartini. (2014). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak* (5th ed.). EGC.
- UNICEF, WHO, & NATION, W. B. G. U. (2021). *Levels & Trends in Child Mortality*. <file:///C:/Users/User/Downloads/UNICEF-IGME-2021-Child-Mortality-Report.pdf>