

TERAPI DISTRAKSI BERMAIN *PUZZLE* UNTUK MENURUNKAN ANSIETAS PADA ANAK USIA 3-6 TAHUN YANG MENGALAMI HOSPITALISASI

Puzzle Playing Distraction Therapy To Reduce Anxiety In Children Aged 3-6 Years Who Experience hospitality

Bella Dinita Rusmandani¹⁾, Tiara Fatma P,S²⁾, Erna Ts.Fitriyah³⁾

^{1, 2, 3)}STIKES Bahrul Ulum Jombang

¹⁾e-mail: belladinita93@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Hospitalisasi merupakan proses yang diharuskan seorang anak untuk menginap di klinik medis untuk perawatan dan pengobatan sampai dia sembuh sehingga mengakibatkan anak menjadi ketakutan, gelisah dan cemas. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui terapi distraksi bermain *puzzle* untuk menurunkan ansietas pada anak usia 3-6 tahun yang mengalami Hospitalisasi di Ruang Srikandi RSUD Jombang. **Metode:** Jenis penelitian karya ilmiah ini adalah pendekatan deskriptif dengan pendekatan studi kasus. subjek yang digunakan 2 klien dengan masalah keperawatan *Ansietas*. Penelitian ini dilakukan di Ruang Srikandi RSUD Jombang dengan memberikan intervensi terapi distraksi bermain *puzzle* selama 3 hari, menggunakan pengumpulan data yang meliputi pengkajian menentukan diagnosa, membuat intervensi, melakukan implementasi, dan melakukan evaluasi. **Hasil:** Terapi distraksi bermain *puzzle* dapat menurunkan ansietas pada anak yang mengalami hospitalisasi dengan tingkatan ansietas dari skor 3 yang menggambarkan adanya kecemasan menjadi skor 0 yang menggambarkan tidak ada ansietas sama sekali. **Kesimpulan:** dari penelitian ini adalah terapi distraksi bermain *puzzle* dapat dijadikan terapi pada anak yang mengalami hospitalisasi dengan masalah keperawatan ansietas sehingga anak terhindar dari ketakutan

Kata kunci : Terapi Distraksi, *Puzzle*, Ansietas, Hospitalisasi.

ABSTRACT

Introduction: Hospitalization is the process by which a child is required to stay overnight in a medical clinic for care and treatment until he recovers, resulting in the child becoming fearful, restless and anxious. **The** aim of this research is to determine the distraction therapy of playing puzzles to reduce anxiety in children aged 3-6 years who are undergoing hospitalization in the Srikandi Room at Jombang Regional Hospital. **Method:** This type of scientific work research is a descriptive approach with a case study approach, the subjects used are 2 clients with nursing problems anxiety. The location was carried out in the Srikandi Room at Jombang District Hospital by providing distraction therapy intervention by playing puzzles for 3 days, using data collection which included an assessment to determine a diagnosis, making an intervention, implementing it, and conducting an evaluation. **Results:** Distraction therapy playing puzzles can reduce anxiety in children who experience hospitalization with an anxiety level from a score of 3 which describes the

Corresponding author.

belladinita97@gmail.com

Accepted: 18 September 2023

Publish by ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang, Indonesia

presence of anxiety to a score of 0 which describes no anxiety at all. Conclusion: from this research is that distraction therapy playing puzzles can be used as therapy for children who are hospitalized with anxiety nursing problems so that the child avoids fear.

Keywords: Distraction Therapy, Puzzle, Anxiety, Hospitalization

PENDAHULUAN

Penyebab anak dirawat di rumah sakit cenderung tidak bisa melanjutkan aktivitas normal sehari-hari (Nelson & Elfira, 2021). Lingkungan asing, serta berbagai perlakuan dan prosedur pada anak merupakan penyebab utama ansietas, terutama bagi anak yang baru pertama masuk rumah sakit (Mila, 2021). Penelitian ini untuk mengetahui terapi distraksi untuk menurunkan ansietas pada anak usia 3-5 tahun yang mengalami hospitalisasi. Adapun reaksi anak yang mengalami hospitalisasi yaitu sering menangis karena di tinggal orang tua, sulit tidur, menolak untuk makan, tidak kooperatif pada petugas kesehatan saat hendak melakukan tindakan perawatan sering bertanya terkait dirinya (Puspita, 2022).

World Health Organization (WHO) tahun 2018, pasien anak yang mengalami ansietas selama dirawat di RS Amerika Serikat sebesar 3% hingga 10%, anak usia sekolah di Jerman sekitar 3% hingga 7%, dan 5% hingga 10% di RS Kanada serta Selandia baru. 20,72% dari jumlah total penduduk Indonesia, diperkirakan 35 per 100 anak menjalani hospitalisasi dan 45% di antaranya mengalami kecemasan (Ade, 2022). Menurut Dinkes Jawa Timur angka kejadian anak sakit sebesar 31,5% pada tahun 2019, di prevalensi kecemasan anak pada saat hospitalisasi mencapai 75%. Data dari hasil studi pendahuluan padabulan Januari 2023 di Srikandi RSUD Jombang didapatkan, dari 10 anak yang dirawat di Srikandi usia 3-6 tahun, 5 orang menunjukkan reaksi Kecemasan berat, 3 orang menunjukkan kecemasan sedang dan 2 orang lagi menunjukkan kecemasan ringan.

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk mengatasi anak yang mengalami kecemasan selama masa perawatan di rumah sakit dapat dengan mengadakan terapi bermain (Handayani dan Puspitasari, 2020). Terapi bermain sendiri merupakan suatu kegiatan bermain yang menjadi sarana untuk melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Adapun tujuan bermain bagi anak yaitu untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit yang dirasakan dengan cara mengalihkan perhatian sang anak pada sebuah permainan sehingga anak lupa pada perasaan cemas serta takut yang dirasakan selama menjalani perawatan di rumah sakit.

METODE PENELITIAN

Alat dan Bahan

Metode penelitian karya ilmiah ini adalah pendekatan deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subjek yang digunakan 2 klien dengan masalah keperawatan *Ansietas*. Lokasi dilakukan di

Corresponding author.

belladinita97@gmail.com

Accepted: 18 September 2023

Publish by ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang, Indonesia

Ruang Srikandi RSUD Jombang dengan memberikan intervensi terapi distraksi bermain *puzzle* selama 3 hari, menggunakan pengumpulan data yang meliputi pengkajian menentukan diagnosa, membuat intervensi, melakukan implementasi, dan melakukan evaluasi.

Prosedur Penelitian

1. Proses pengumpulan data dimulai dengan mengajukan surat permohonan ijin meminta data awal penelitian dari institusi STIKES Bahrul 'Ulum Tambak Beras Jombang.
2. Setelah mendapatkan surat ijin data awal dari pihak kampus, kemudian peneliti meminta data awal ke RSUD Jombang.
3. Setelah mendapatkan data awal dari RSUD Jombang, peneliti meminta surat ijin uji etik di institusi STIKES Bahrul 'Ulum Tambak Beras Jombang untuk diserahkan kepada RSUD Jombang, karena peneliti melakukan uji etik di RSUD Jombang.
4. Surat etik keluar dan lolos, kemudian peneliti meminta surat ijin penelitian dari institusi STIKES Bahrul 'Ulum Tambak Beras Jombang.
5. Peneliti menjelaskan kepada Kepala ruangan Srikandi RSUD Jombang mengenai penelitian yang akan dilakukan.
6. Peneliti menentukan responden yang akan dilakukan terapi distraksi bermain *puzzle* dengan jumlah responden 2 orang.
7. Peneliti melakukan penelitian di ruang Srikandi RSUD Jombang dengan menjelaskan responden tentang terapi distraksi bermain *puzzle*, dan manfaatnya.
8. Peneliti menjelaskan kepada calon responden tentang penelitian dan mau mentaati peraturan yang diberikan oleh peneliti, apabila bersedia menjadi responden maka responden dipersilahkan untuk menandatangani *informed consent*.
9. Setelah itu responden dianjurkan mengisi lembar data responden.
10. Peneliti perlu melakukan pendampingan terhadap responden.
11. Sesudah mengisi lembar data responden, Peneliti melakukan tahap perkenalan sebelum melakukan terapi distraksi bermain *puzzle*.
12. Melakukan tindakan dengan mengajarkan 2 responden untuk bermain *puzzle* menurunkan ansietas.
14. Peneliti menyusun analisa hasil penelitian.
15. Didapatkan dari hasil penelitian adanya perubahan hari pertama hingga hari ke tiga masalah sudah teratasi karena ansietas kliens sebelumnya dari skor 3 yang digambarkan adanya kecemasan setelah diberikan terapi distraksi bermain *puzzle* menurun menjadi skor 0 yang digambarkan tidak ada kecemasan sama sekali

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian identitas didapatkan jenis kelamin kedua klien adalah perempuan dan laki-laki. Kedua klien berusia 3-6 tahun, klien 1 berusia 4 tahun dan klien 2 berusia 3 tahun. Hasil

Corresponding author.

belladinita97@gmail.com

Accepted: 18 September 2023

Publish by ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang, Indonesia

pengkajian pekerjaan orang tua kedua klien adalah wiraswasta. Hasil penelitian dari kedua responden didapatkan bahwa klien mengalami ansietas pada saat dirawat di Rumah Sakit. Hasil pemeriksaan fisik untuk kedua klien mengalami ansietas selama di rawat di Rumah Sakit. Teori menjelaskan bahwa Kecemasan terbesar pada anak usia prasekolah usia 3 -6 tahun selama menjalani hospitalisasi adalah kecemasan terjadinya perlukaan pada bagian tubuhnya. Semua prosedur atau tindakan keperawatan baik yang menimbulkan nyeri maupun tidak dapat menyebabkan kecemasan anak prasekolah (Yulianto, 2021). Hal ini disebabkan karena keterbatasan pemahaman anak mengenai tubuh. Kecemasan seperti anak menangis diam-diam karena kepergian orang tua mereka, menolak makan, mengalami sulit tidur, tidak kooperatif terhadap petugas kesehatan saat dilakukan tindakan keperawatan dan sering bertanya tentang keadaan dirinya merupakan reaksi anak usia pra sekolah (Rahmayanti,2020).

Diagnosa utama keperawatan yang didapatkan oleh peneliti adalah ansietas. Hasil pengkajian klien mengalami ansietas pada saat dirawat di Rumah Sakit, klien sering mengajak pulang dan sering menangis. Menurut teori Kusmia, dkk (2019) bahwa diagnosa utama keperawatan pada anak akibat hospitalisasi adalah ansietas. Kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya cedera tubuh, nyeri, hilang kendali, serta anak mengalami perpisahan dengan lingkungan tempat tinggal dan teman bermain. Menurut Sukadana, dkk (2020) Anak yang mengalami cemas, secara otomatis tubuh akan mengeluarkan hormon kortisol sehingga mengakibatkan depresi atau menekan sistem imunologi, dan memperlambat proses penyembuhan. Menurut (Sutejo 2017) Cemas adalah kecenderungan kecemasan yang tidak jelas karena kegelisahan atau ketakutan yang disertai dengan reaksi alasannya tidak diketahui atau tidak jelas bagi individu.

Menurut penelitian bahwa Implementasi keperawatan yang diberikan sama dengan SDKI, SLKI, SIKI yaitu terapi bermain *puzzle* dapat mengurangi rasa kecemasan anak akibat hospitalisasi. Terapi bermain *puzzle*, selain itu terapi bermain *puzzle* dapat menggantikan rutinitas bermainnya saat di rumah, sehingga anak usia 3-6 merasa tenang. Pada saat tenaga kesehatan mengajak anak untuk bermain *puzzle*, kehadiran orang tua juga sangat di perlukan agar anak tetap merasa aman dan nyaman. Intervensi asuhan keperawatan pada klien 1 dan 2 yang mengalami akibat hospitalisasi dengan diagnosa keperawatan ansietas maka peneliti melakukan perencanaan dengan tujuan, kriteria hasil, dan intervensi pada diagnosa tersebut.

Setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x24 jam didapatkan tingkat ansietas menurun dengan Kriteria hasil (1) verbalisasi kebingungan menurun (2) Verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi menurun (3) Perilaku gelisah menurun (4) Perilaku tegang menurun (5) Pola tidur membaik. Intervensi yang dilakukan : *Observasi* (1) Monitor frekuensi dan kekuatan nadi (2) Monitor frekuensi nafas (3) Monitor tekanan darah *Terapeutik* (1) Atur interval waktu pemantauan sesuai dengan kondisi pasien *Edukasi* (1) Jelaskan tujuan dan prosedur pemantauan *Kolaborasi* (1) Kolaborasi dengan tim medis. Implementasi yang dilakukan penelitian selama 3 hari pada anak

Corresponding author.

belladinita97@gmail.com

Accepted: 18 September 2023

Publish by ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang, Indonesia

ansietas yang mengalami akibat hospitalisasi adalah (1) Mengidentifikasi pilihan teknik distraksi yang diinginkan (2) Menggunakan teknik distraksi (bermain puzzle)(3) Menjelaskan manfaat dan jenis distraksi bagi panca indera (bermain puzzle)(4) Mengajukan menggunakan teknik sesuai dengan tingkat energi, kemampuan, usia, tingkat perkembangan.

Berdasarkan teori Kristiana (2018) bermain merupakan cara ilmiah bagi seorang anak untuk mengungkapkan konflik yang ada dalam dirinya yang pada awalnya anak belum sadar bahwa dirinya sedang mengalami konflik, sehingga anak dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, fantasi serta daya kreasi dengan tetap mengembangkan kreatifitasnya dan beradaptasi lebih efektif terhadap berbagai sumber stress. Evaluasi dalam penelitian ini dilakukan 3 hari disetiap klien. Hasil evaluasi hari pertama hingga hari ke tiga masalah sudah teratasi klien menangis dan gelisah berkurang setelah bermain *puzzle*. Temuan peneliti ini sesuai dengan peneliti Kusmia, (2019) dengan terapi bermain *puzzle* anak juga akan memperoleh kegembiraan dan kesenangan sehingga membuat anak lebih kooperatif terhadap tindakan keperawatan yang akan diberikan selama anak menjalani hospitalisasi. Peneliti kemudian menyimpulkan bahwa dengan terapi distraksi bermain *puzzle* dapat menurunkan ansietas pada anak yang mengalami akibat hospitalisasi di Ruang Srikandi RSUD Jombang. Evaluasi setelah terapi distraksi bermain *puzzle* untuk mengetahui ansietas meningkat atau menurun.

Menurut peneliti bahwa pemberian terapi distraksi bermain *puzzle* pada anak yang mengalami ansietas akibat hospitalisasi di ruang Srikandi RSUD Jombang mengalami penurunan. Berdasarkan hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan peneliti pada klien 1 dan 2 bahwa ansietas teratasi dengan menunjukkan perubahan pada ansietas klien. Hasil evaluasi hari pertama hingga hari ke tiga masalah sudah teratasi karena ansietas klien sebelumnya dari skor 3 yang digambarkan adanya kecemasan setelah diberikan terapi distraksi bermain *puzzle* menurun menjadi skor 0 yang digambarkan tidak ada kecemasan sama sekali.

KESIMPULAN

Hasil pengkajian pasien mengalami ansietas dengan skor 3 yang di rumuskan diagnosis menurut SDKI yang akan direncanakan tindakan sesuai SLKI dan SIKI kemudian dilakukan tindakan keperawatan dengan terapi bermain *puzzle* selama 3 hari berturut-turut yang akan di evaluasi sehingga terdapat penurunan tingkat ansietas pada klien. Terapi distraksi bermain *puzzle* dapat dijadikan terapi pada anak yang mengalami hospitalisasi dengan masalah keperawatan ansietas sehingga anak terhindar dari ketakutan.

SARAN

Hasil dari studi kasus ini dapat menjadikan sumber informasi dalam tindakan keperawatan yang tepat untuk menurunkan ansietas pada anak prasekolah yang mengalami ansietas.

Corresponding author.

belladinita97@gmail.com

Accepted: 18 September 2023

Publish by ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang, Indonesia

DAFTAR PUSTAKA

- Ahwaliana, 2022 "Pengaruh Storytelling Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi Di Ruang Perawatan Anak RSUD DR Wahidin Sudirohusodo Makasar. <https://doi.org/10.57084/jikpi.v3i2.1095>
- Alimul, Aziz, 2019. Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisis Data. Jakarta: Salemba Mesika.
- Alimul, Aziz.2021. Pengantar ilmu keperawatan anak. Jakarta: Salemba Medika.
- Arikunto, Suhartini. 2020. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Edisi VI, Jakarta, PT. RinekaCipta.
- Astarini, K. (2017). Hospitalisasi dan Terapi Bermain Anak. Nganjuk: Adjie Media Nusantara. Alpers A., 2006. Buku Ajar Pediatri Rudolph. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC Burnsader, S., CCLS., & Hernan dezreif, M. (2014). Facilitating play for hospitalized children through child life services. department of human.
- Aziz, Alimul H. 2019. Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Departemen Kesehatan RI. (2019). Pedoman Pelaksanaan Program Rumah Sakit. Sayang Ibu dan Bayi (RSSIB). Jakarta: Depkes RI.
- Dharma, K. (2020). Metodologi Penelitian Keperawatan. Jakarta timur: CV. Trans Info Media.
- Erfandi.2019. Bermain Bagi Pasien Anak di Rumah Sakit. <http://forbtterhealth.wordpress.com> di unduh tanggal 15 April 2016.
- Hamalik, Oemar, 2020, Proses Belajar Mengajar. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hawari, Dadang. (2021). Manajemen Stress, Cemas dan Depresi. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hale. (2020). Pengaruh terapi bermain terhadap kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi di Ruang Mirah Delima Rumah Sakit William Booth Surabaya.
- Hurlock, Elizabet.2019. Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT Raja Grafindo. Persada.
- Hidayat, Aziz Alimul. 2020. Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat (2017). Siapa Bilang Anak Sehat Pasti Cerdas. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Hockenberry & Wilson, 2022. Wong's esensial pediatric nursing. St, Louis: Mosby Elsevier.
- Lilis & Wahyuni. (2020). Hubungan frekuensi hospitalisasi anak dengan kemampuan perkembangan motorik kasar pada anak usia sekolah penderita leukemia di RSUD Dr. Moewardi. Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia. Volume 6 Nomor 3. <https://doi.org/10.32584/jika.v3i1.485>
- Muttaqin, A & Sari, K, 2019, Asuhan Keperawatan Perioperatif: Konsep, Proses, Aplikasi, Jakarta: Salemba Medika.
- Madyastuti Rahayuningrum Lina dan Sipora Kusuma Dewi pesty. (2018). Visual support menurunkan kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi pada pemberian injeksi.

Corresponding author.

belladinita97@gmail.com

Accepted: 18 September 2023

Publish by ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang, Indonesia

- Mia audina, franly onibala, ferdinan wowiling. (2022). Hubungan Dampak Hospitalisasi Anak Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua Di Irina E Atas RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou manado.
- Nelson, W.A. (2020). Ilmu kesehatan anak. Jakarta : EGC.
- Nursalam. (2015). Metodologi ilmu keperawatan, edisi 4, Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam, dkk. 2017. Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. 2018. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Pott & Modleco, 2021. Pediatric nursing: caring for children & their families. Canada: Thomson, Delmar Learning.
- Pramono, T. S. (2019). Permainan Asyik Bikin Anak Pintar. Yogyakarta: IN AzNa Books.
- Putra, H.S.D. (2021). Keperawatan Anak & Tumbuh Kembang. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Ratih, N.K., 2022. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Terhadap Koping Siswa Smun 16 Dalam Menghadapi Ujian Nasional. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Depok: Universitas Indonesia.
- Stubbe, 2018. A focus on reducing anxiety in children hospitalized for cancer and diverse pediatric medical diseases through a self-engaging art therapy. Dissertation. The Faculty of the School of Professional Psychology. Chestnut Hill College.
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Bandung: Alfabeta.
- Soetjningsih. (2020). Tumbuh Kembang Anak dan Permasalahannya. Sagung Seto: Jakarta.
- Supartini. 2022. Buku Ajar Konsep dan Dasar Keperawatan Anak. Jakarta: EGC.
- Soetjningsih. (2020). Tumbuh Kembang Anak dan Permasalahannya. Sagung Seto: Jakarta.
- Tsai, 2017. The effect of animal assisted therapy on children's stress during hospitalization. Doctoral Dissertation of philosophy. University of Marylin. School of nursing.
- Wong, 2018. Buku Ajar Keperawatan Pediatrik. Vol.2. Jakarta: EGC.