

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 2774-4582
TRILOGI, 4(3), Sept-Des 2023 (231-236)
©2023 Lembaga Penerbitan, Penelitian,
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo
DOI : [10.33650/trilogi.v4i3.6832](https://doi.org/10.33650/trilogi.v4i3.6832)

JURNAL **TRILOGI**
Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

Efektivitas Terapi Bermain Puzzle dan Lego terhadap Penurunan Ansietas pada Anak Prasekolah yang Menjalani Hospitalisasi di Rsud dr Abdoer Rahem Situbondo

Zainal Munir

Universitas Nurul Jadid
zainalmunirnj@gmail.com

Fina Zaiana Putri

Universitas Nurul Jadid
finazaiana08@gmail.com

Baitus Sholehah

Universitas Nurul Jadid
gwenenzi@gmail.com

Abstract

Puzzles and legos are a type of game that is classified as the same according to their classification based on social characters, namely parallel play. One of the therapies used to lower anxiety in children during hospitalization is to do puzzle and lego play therapy. The anxiety of a preschooler can be caused due to separation, loss of control, and the presence of Federer in the body or pain. This study aims to determine the effectiveness of puzzle and lego play therapy on the level of anxiety of preschoolers (3-6 years) who are undergoing hospitalization. Research method: The method used is Quasi-Experimental with a type of two-group pre-post test design. The sampling technique used is purposive sampling. Data analysis in this study using the Mann-Whitney Test showed that the p-value was 0.990 ($p > 0.05$). The results showed that there was no difference between the effectiveness of puzzle play therapy and lego play therapy on the level of anxiety of a child undergoing hospitalization. The researcher's advice that can be given to nurses is that nurses pay more attention to children's play needs when they are sick and can make play therapy one of the important interventions that should not be ignored in the provision of nursing care.

Keywords: Preschoolers; Anxiety; hospitalization; puzzle play therapy; lego play therapy

Abstrak

Puzzle dan lego merupakan suatu jenis permainan yang tergolong sama menurut klasifikasinya berdasarkan karakter sosial yaitu parallel play . Salah satu terapi yang digunakan untuk menurunkan kecemasan pada anak selama hospitalisasi adalah dengan

melakukan terapi bermain puzzle dan lego. Ansietas anak prasekolah dapat disebabkan karena perpisahan, kehilangan kontrol dan adanya cederera pada tubuh atau nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi bermain puzzle dan lego terhadap tingkat ansietas anak prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi. Metode penelitian Metode yang digunakan adalah Quasi Eksperimental dengan jenis two group pra-post test design. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Analisa data pada penelitian ini menggunakan Uji Mann-Whitney menunjukkan bahwa p-value 0.990 ($p > 0.05$). Hasil menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara efektivitas terapi bermain puzzle dan terapi bermain lego terhadap tingkat ansietas anak yang menjalani hospitalisasi. Saran peneliti yang dapat diberikan pada perawat yaitu perawat lebih memperhatikan kebutuhan bermain anak saat sakit dan dapat menjadikan terapi bermain sebagai salah satu intervensi penting yang tidak boleh diabaikan dalam pemberian asuhan keperawatan.

Katakunci: Prasekolah; Ansietas; Hospitalisasi; Permainan *Puzzle*; Permainan Lego

1 Pendahuluan

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang karena suatu alasan yang berencana dan darurat, mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali kerumah (Supartini, 2004). Saat anak dirawat dirumah sakit, anak harus beradaptasi dengan kondisi sulit, seperti lingkungan rumah sakit yang tidak familiar, wajah-wajah pemberian asuhan yang asing, baik itu medis maupun keperawatan, dan pemisahan dari keluarga mereka terutama orang tua. Sering sekali mereka harus mengalami prosedur yang mengalami nyeri, kehilangan kemandirian dan berbagai hal yang mereka tidak ketahui (Wahyuni et al., 2013). Hospitalisasi juga menjadi penyebab kecemasan pada anak yang menjalani perawatan dirumah sakit, banyaknya stressor yang dialami anak ketika menjalani hospitalisasi menimbulkan dampak negatif yang nantinya akan mengganggu perkembangan anak (Rafidaini Sazarni R, Neni Triana, 2020).

World Health Organization (WHO) 2018 memaparkan bahwa 3% - 10% pasien anak yang dirawat diamerika serikat mengalami kecemasan selama hospitalisasi. Sekitar 3%-7% dari anak usia sekolah yang dirawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa, 5%-10% anak yang di hospitalisasi di Kanada dan Selandia Baru juga mengalami tanda kecemasan selama menjalani hospitalisasi (Purwaningsih, 2021).

Berdasarkan data dari kementerian pemberdayaan Perempuan dan

Perlindungan Anak (Kemen PPPA) RI dalam Profil Anak Indonesia (2020) diperoleh data sebanyak 31,6% total penduduk Indonesia adalah penduduk anak (usia 0-17 tahun) atau sebanyak 84,4 juta jiwa, dan sebanyak 3,62% (3,05 juta jiwa) anak mengalami hospitalisasi dan mengalami kecemasan. Sedangkan provinsi Jawa Timur total keseluruhan penduduknya adalah sebanyak 39,74 juta jiwa dan sebanyak 26,8% atau sekitar 10,65 juta jiwa penduduknya adalah anak usia 0-17 tahun dan 4,76% atau sekitar 57 juta jiwa anak mengalami hospitalisasi dan mengalami kecemasan (Kemen PPPA RI, 2020)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Biling RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo pada tanggal 1 Desember 2021 diperoleh data perdesember sebanyak 1.438 anak mengalami hospitalisasi dan mengalami kecemasan saat menjalani perawatan akibat sakitnya. Data perdesember untuk anak prsekolah (3-6 tahun) di peroleh sebanyak 36% atau sekitar 517 anak (Biling RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo, 2021)

Bermain *puzzle* dapat menjadi terapi bermain bagi anak prasekolah yang sedang menjalani hospitalisasi, *puzzle* juga merupakan sebuah permainan yang menarik dan dapat menarik perhatian anak, melalui *puzzle* anak akan belajar sesuatu yang rumit serta bagaimana *puzzle* ini akan tersusun dengan benar. *Puzzle* juga meningkatkan daya pikir anak dan konsentrasi anak. (Diani, Nourma, 2019). Bermain lego dapat menjadi terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan anak hospitalisasi, bermain lego juga dapat memacu kreativitas anak, karena anak akan

menggunakan imajinasi dengan membentuk apa yang mereka inginkan. (Sholihat, dkk, 2020)

Berdasarkan hasil penelitian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektivitas terapi bermain puzzle dan lego terhadap penurunan ansietas pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi, dalam hal ini untuk mengetahui pengaruh dan keefektivannya antara terapi bermain puzzle dan lego.

2 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, dimana menggunakan desain *Quasi Eksperiment* (eksperimen semu), dengan desain penelitian *pra-post test design* adalah *two group*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak prasekolah (3-6 tahun) yang dirawat inap di ruang kerinci RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo dari bulan Februari sampai April 2022 sebanyak 70 anak prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi. Dalam penelitian ini sampling yang digunakan adalah dengan total sampling, yang di bagi menjadi 2 kelompok intervensi yaitu 35 responden untuk terapi bermain puzzle dan 35 responden untuk terapi bermain lego. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu Responden anak usia prasekolah (3-6 tahun), Responden dan orang tua dapat diajak berkomunikasi secara verbal, Responden anak prasekolah yang diijinkan orang tuanya dan bersedia menjadi responden, Responden anak usia prasekolah yang mampu atau bersedia berperan serta dalam terapi bermain puzzle dan lego yang di rawat inap. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu Anak yang tidak bersedia menjadi responden, Responden anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang tidak mampu atau tidak dapat mengikuti (kontra indikasi) kegiatan terapi bermain puzzle dan lego.

Pengambilan data pada penelitian ini diberikan permainan *puzzle* pada 35 anak pertama yang sesuai dengan inklusi data, dan 35 anak sisanya diberi terapi bermain lego. Instrumen dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner tingkat kecemasan DASS (depression anxiety stress scale), instrumen yang akan digunakan untuk mengukur kecemasan anak. Analisa

bivariat dalam penelitian ini menggunakan Uji *Friedman* dan Uji *Mann-whitney*.

3 Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	Puzzle		Lego	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin				
Laki-laki	15	42,9%	18	51,4%
Perempuan	20	57,1%	17	48,6%
Usia				
3 tahun	15	42,9%	8	22,9%
4 tahun	9	25,7%	11	31,4%
5 tahun	5	14,3%	7	20%
6 tahun	6	17,1%	9	25,7%

Hasil penelitian tabel 1 merupakan gambaran karakteristik responden menurut kelompok jenis kelamin dan usia. Gambaran jenis kelamin terbanyak pada kelompok puzzle (57,1%) adalah perempuan, dan kelompok lego (51,4%) adalah laki-laki, sedangkan menurut usia terbanyak pada kelompok puzzle (42,9%) adalah usia 3 tahun dan pada kelompok lego (31,4%) adalah usia 4 tahun

Tabel 2. Merupakan gambaran penurunan tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain puzzle

Waktu perlakuan	Ranks	Asymp. Sig
Sebelum	2.99	
Sesudah hari ke-1	1.94	.000
Sesudah hari ke-2	1.07	

Hasil penelitian tabel 2 merupakan hasil penurunan tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain puzzle. Dari hasil uji Friedman didapatkan nilai Asymp. Sig sebesar 0.000 dan nilai signifikan sebesar 0.05. hasil ini didapatkan nilai Asymp. Sig 0.00 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan ansietas sebelum dan sesudah di berikan terapi bermain puzzle pada anak usia prasekolah, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi bermain puzzle dapat menurunkan tingkat ansietas anak hospitalisasi.

Tabel 3. Merupakan gambaran penurunan tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain lego

Waktu perlakuan	Ranks	Asymp. Sig
Sebelum	2.99	
Sesudah hari ke-1	1.90	.000

Sesudah hari ke-2 1.19

Hasil penelitian tabel 3 merupakan hasil penurunan tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain lego. Dari hasil uji Friedman didapatkan nilai Asymp. Sig sebesar 0.000 dan nilai signifikan sebesar 0.05. Hasil ini didapatkan nilai Asymp. Sig 0.00 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan ansietas sebelum dan sesudah di berikan terapi bermain lego pada anak usia prasekolah, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi bermain lego dapat menurunkan tingkat ansietas anak hospitalisasi

Tabel 4 Merupakan gambaran perbedaan tingkat penurunan ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain

Variabel Independen	Mean Ranks	Asymp. Sig	N
Puzzle	35.53	0.990	70
Lego	35.47		

Hasil penelitian tabel 4 merupakan perbandingan nilai perbedaan tingkat penurunan ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain. Dari hasil uji man-whitney diketahui bahwa skor rata-rata pada kelompok bermain puzzle yaitu 35.53 atau skala peringkat lebih tinggi dari pada skala peringkat lego yaitu 35,47 akan tetapi didapatkan hasil Asymp.Sig 0.990 sehingga dapat disimpulkan P-Value > 0.05 yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan tingkat keefektivan terapi bermain puzzle dan lego terhadap tingkat Ansietas anak yang mengalami hospitalisasi.

4 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di bulan Februari sampai bulan April 2022 di RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo didapatkan hasil bahwa usia responden pada kelompok puzzle mayoritas berusia 3 tahun yaitu sebanyak 15 anak dengan presentase 42,9% sedangkan minoritas anak pada kelompok ini yaitu pada usia 5 tahun yaitu sebanyak 5 anak dengan presentase 14,3%. Sedangkan untuk kelompok lego di dapatkan hasil mayoritas berusia 4 tahun yaitu sebanyak 11 anak dengan presentase 31,4% dan minoritas pada anak usia 3 dan tahun yaitu sebanyak 8 orang dengan presentase 22,9%.

Usia 3 tahun adalah umur yang cukup muda untuk anak mengerti dan mengendalikan emosi yang ada di dalam dirinya. Perkembangan emosional anak pada usia ini sudah semakin terlihat baik dan kemampuannyapun ikut bertambah. Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan, mayoritas anak hospitalisasi usia 3 tahun maka dapat disimpulkan bahwa semakin muda usia anak lebih mudah juga anak mengalami kecemasan. Anak usia 3 tahun walaupun cenderung berfokus pada dirinya sendiri atau egosentrik, namun paling mampu menangkap respon dari lingkungan atau respon dari cemas ibunya, karena anak usia 3 tahun mengalami peningkatan rentang perhatian tinggi dibandingkan dengan usia 4,5 dan 6 tahun.

Penerapan terapi bermain puzzle sangat efektif diberikan kepada anak prasekolah untuk menurunkan ansietas anak yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit, selain itu terapi bermain juga dapat mempercepat proses penyembuhan anak, karena dengan bermain anak akan merasa lebih senang dan tidak ada perasaan cemas. Manfaat terapi bermain puzzle ini yaitu dapat menurunkan tingkat ansietas anak, selain itu bermain puzzle juga dapat membantu perkembangan psikososial dan kreaetivitas anak.

Hasil penelitian ini diperkuat oleh (Kaluas et al., 2015). Hasil penelitian ini menunjukkan ada penurunan respon kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Kecemasan terbesar anak usia prasekolah adalah kecemasan akan kerusakan tubuh. Semua prosedur atau tindakan keperawatan baik yang menimbulkan nyeri atau tidak, keduanya akan menyebabkan kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Fungsi dari terapi bermain yaitu memfasilitasi anak untuk beradaptasi dengan lingkungan asing, membantu mengurangi stress terhadap perpisahan, memperbaiki konsep-konsep yang salah tentang penggunaan dan tujuan peralatan serta prosedur medis, memberi peralihan (distraksi) dan relaksasi, dan membantu anak untuk merasa aman dalam lingkungan yang asing. Tujuan dari terapi bermain yaitu untuk meminimalisir tindakan perawatan yang traumatis, mengurangi kecemasan,

membantu mempercepat proses penyembuhan, dan sarana untuk mengekspresikan perasaan

Permainan lego merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada anak yang sedang dalam masa sakit atau perawatan di rumah sakit, karena permainan lego dapat memberikan manfaat untuk menurunkan ansietas anak hospitalisasi, dengan bermain lego konsentrasi anak dialihkan yang semulanya hanya terfokus pada rasa takut dan sakitnya akibat perawatan dengan bermain lego konsentrasi anak akan terfokus untuk melakukan dan menyelesaikan permainan tersebut

Hal ini diperkuat oleh penelitian (Umu Hani, Siti Haniyah, 2021). Hasil penelitian ini memaparkan adanya pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan pada anak usia 3-6 tahun selama hospitalisasi. Respon akan mengalami penurunan seiring terjadinya kecemasan pada anak. Kecemasan akan berpengaruh pada hipotalamus dan hipofisis sehingga akan menstimulasi Adrenal Cortico Tropic Hormon (ACTH) dengan menghasilkan kortisol akibat pengaruh kelenjar adrenal dan mengakibatkan penekanan sistem imun. Adanya penekanan sistem imun akan mengakibatkan proses penyembuhan menjadi lebih lama dan membutuhkan biaya perawatan yang lebih besar. Orang tua dituntut agar lebih memberikan perhatian kepada anaknya khususnya anak usia prasekolah (3-6 tahun),

Intervensi terapi bermain yang diberikan peneliti merupakan salah satu cara mengatasi kecemasan yang dialami anak akibat hospitalisasi, selain untuk mengatasi kecemasan akibat hospitalisasi, intervensi ini juga dapat menjalin hubungan yang baik antara petugas kesehatan dan anak. Anak yang dirawat tersebut semula berada pada focus keadaan sakitnya dan lingkungan yang asing, namun setelah dilakukan intervensi bermain anak mulai terbiasa dengan lingkungannya dan mau untuk bermain. Pemahaman terhadap keadaan dirinya saat ini menjadi lebih mudah dikuasai

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Mujiyanti et al., 2019) bahwa penerapan terapi bermain dapat berpengaruh terhadap kecemasan anak saat perawatan di

rumah sakit, hal ini dapat terlihat dari perbedaan sebelum dilakukan terapi bermain dan setelah dilakukan terapi bermain. Diperoleh hasil yang signifikan dalam penurunan kecemasan anak saat dalam perawatan dengan cara bermain.

5 Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Setelah dilakukan intervensi terapi bermain *puzzle* sebanyak 2 kali, anak mengalami penurunan kecemasan yaitu terbukti dengan jarang munculnya tanda dan gejala kecemasan. Setelah dilakukan intervensi terapi bermain lego sebanyak 2 kali kecemasan anak menurun yaitu terbukti dengan jarang munculnya tanda dan gejala kecemasan.

Tidak ada perbedaan yang signifikan antara terapi bermain *puzzle* dan terapi bermain lego terhadap tingkat ansietas anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi di RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo (Asymp.Sig = 0,990).

2. Saran

a. Bagi RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo

- 1) Memberi ruang dan fasilitas untuk bermain pada pasien anak yang sedang dalam masa perawatan di rumah sakit.
- 2) Memberikan program pelatihan atau seminar tentang terapi bermain sehingga perawat dapat lebih meningkatkan kemampuan mengenai terapi bermain, sehingga fasilitas ruang bermain yang akan disediakan nantinya dapat digunakan dengan secara optimal.

b. Bagi Perawat Rumah Sakit/ tenaga kesehatan.

- 1) Perawat lebih banyak memperhatikan pelaksanaan terapi bermain sebagai salah satu intervensi penting yang tidak boleh diabaikan dalam pemberian asuhan keperawatan.
- 2) Terapi bermain harus dilakukan secara berkesinambungan

sebagai bagian dari pengobatan dan perawatan sehingga efektif dalam membantu menurunkan ansietas anak dan meminimalkan efek hospitalisasi.

- 3) Perawat juga bisa melibatkan keluarga atau orang tua anak dalam memberikan terapi bermain di ruang perawatan.
- c. Bagi orang tua dan keluarga pasien
 - 1) Agar selalu mempertahankan kebutuhan bermain bagi anak dengan selalu mengajak anak untuk bermain meskipun anak sedang sakit, sehingga dampak hospitalisasi dapat menurun dan anak tidak akan merasa bosan ketika menjalani perawatan di rumah sakit maupun saat di rumah.

6 Referensi

- Biling RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo. (2021).
- Diani Octaviyanti Handajani and Nourma Yunita, 'Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rs Bhakti Rahayu Surabaya', *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 7.3 (2019), 198–204 /10.14710/
- Kaluas, I., Ismanto, A., & Kundre, R. (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. Mongisidi Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 111559.
- Kemen PPPA RI. (2020). Profil Anak Indoneia 2020. In *Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA)*.
- Mujiyanti, S., Rismawati, R., & Ris, F. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 3(1), 2580–3077.
<http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index57>
- Purwaningsih, N. K. (2021). Pengaruh Biblioterapi terhadap Penurunan Kecemasan Anak yang Menjalani Hospitalisasi di RS Bhayangkara Denpasar. 2(2), 59–64.
- Rafidaini Sazarni R, Neni Triana, W. K. S. (2020). Pengaruh Teknik Komunikasi Menggunakan Boneka Tangan Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah Di Ruang Edelweis RSUD M.Yunus Bengkulu. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 4(2), 1–5.
- Solihat, Lulu Lutfiyani, Ria Setia Sari, and Febi Ratna Sari, 'Literature Review : Terapi Bermain Lego Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi', *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 13.2 (2020), 122–25
- Supartini, Y. (2004). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak* (M. Ester (Ed.); 1st ed.). EGC.
- Umu Hani , Siti Haniyah, E. D. C. (2021). Pengaruh terapi bermain (lego) terhadap tingkat kecemasan anak usia 3-6 tahun selama hospitalisasi diruang Firdaus rsi Banjarnegara. 4(1), 25–30.
- Wahyuni, Suwani, A., & Martuti, L. (2013). Hubungan Frekuensi Hospitalisasi Anak dengan Kemampuan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Pre School Penderita Leukemia Di RSUD Dr. Moewardi. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 1, 12–26.