

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Hospitalisasi merupakan kondisi dimana anak perlu dirawat di rumah sakit, baik karena alasan yang telah direncanakan maupun karena keadaan darurat. Proses ini sering kali mengganggu rutinitas sehari-hari anak dan dapat memengaruhi perkembangan mereka secara optimal. Selama masa perawatan, anak dapat kehilangan interaksi dengan teman sebaya dan keluarga, serta mengalami rasa bosan, ketidaknyamanan, bahkan kecemasan. Anak-anak pada umumnya juga belum sepenuhnya memahami alasan mereka harus dirawat, sehingga berisiko memiliki persepsi yang salah terhadap kondisi yang mereka alami (Aprillia, 2023).

Anak prasekolah yang berusia antara 4 hingga 6 tahun sedang berada pada tahap "*the wonder years*", yaitu masa keemasan perkembangan dimana mereka aktif bereksplorasi dan menunjukkan ketertarikan besar terhadap lingkungan. Menurut Erikson, anak usia ini berada pada tahap perkembangan psikososial inisiatif serta rasa bersalah. Anak mulai mengembangkan rasa percaya diri dan ingin mengontrol lingkungannya melalui bermain dan bertanya. Namun, pengalaman dirawat di rumah sakit yang asing dan penuh batasan dapat menimbulkan stres, kecemasan, dan ketakutan yang menghambat perkembangan emosional dan sosial mereka (Fadlian & Konginan, 2020).

Anak prasekolah berada pada tahap perkembangan yang sangat peka dalam aspek emosional, kognitif, dan sosial. Pada usia ini, mereka belum sepenuhnya mampu mengelola atau menghadapi kecemasan yang muncul, terutama dalam situasi yang penuh tekanan seperti hospitalisasi. Kecemasan yang dialami oleh anak prasekolah, baik selama perawatan maupun setelah pulang dari rumah sakit, dapat memberikan dampak yang signifikan secara psikologis maupun fisik (Kovacs, M., et al., 2021).

Menurut Rasmun, et al. (2020), sekitar 60% anak usia prasekolah mengalami kecemasan sedang hingga berat selama menjalani hospitalisasi, yang umumnya ditandai dengan menangis berlebihan, sulit tidur, menolak makan, dan ketakutan terhadap tenaga medis atau prosedur pengobatan. Selain itu, penelitian oleh Sari & Handayani (2021) menunjukkan bahwa sekitar 35% anak tetap menunjukkan gejala kecemasan bahkan setelah keluar dari rumah sakit (*post-hospitalization anxiety*), seperti mimpi buruk, regresi perilaku (misalnya kembali mengompol), serta ketergantungan berlebihan pada orang tua.

Dampak dari kecemasan yang tidak tertangani pada masa prasekolah dapat mempengaruhi perkembangan emosional jangka panjang, termasuk rendahnya rasa percaya diri, gangguan hubungan sosial, hingga risiko gangguan kecemasan umum saat dewasa (Lee, et al., 2022). Secara fisiologis, kecemasan juga berkontribusi terhadap peningkatan hormon stres seperti kortisol, yang dapat menurunkan sistem imun dan memperlambat proses penyembuhan luka atau penyakit (WHO, 2020).

Penelitian terbaru oleh Yulianti, et al. (2023) menegaskan bahwa semakin lama durasi hospitalisasi, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialami anak, terutama jika tidak dibarengi dengan pendekatan psikososial atau terapi yang sesuai usia. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang terstruktur dan bersifat terapeutik untuk membantu anak mengelola kecemasan secara efektif selama dan setelah masa rawat inap.

Banyak penelitian menunjukkan bahwa anak-anak prasekolah sangat rentan terhadap kecemasan selama menjalani hospitalisasi. Mereka belum mampu secara mandiri mengelola emosi negatif, termasuk rasa takut terhadap prosedur medis, kehilangan kontrol diri, serta ketidakpastian akan kondisi kesehatan mereka. Menurut Hockenberry dan Wilson (2019), anak yang dirawat di rumah sakit memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan, yang berdampak langsung pada sistem imun, proses penyembuhan, dan durasi rawat inap.

Data dari WHO (2020) menunjukkan bahwa sekitar 49% dari anak-anak yang menjalani hospitalisasi mengalami kecemasan, dan sekitar 57 juta anak setiap tahun dirawat di fasilitas kesehatan dengan tingkat kecemasan tinggi. Di Indonesia, hasil SUSENAS 2022 melaporkan bahwa sekitar 30,82% anak prasekolah mengalami kecemasan saat dirawat di rumah sakit. Bahkan prevalensi kecemasan pada anak yang menjalani rawat inap mencapai 75% (Sapardi, 2021). Kecemasan ini dapat menyebabkan anak menjadi rewel, tidak kooperatif, menolak makan, sulit tidur, dan memperlambat proses penyembuhan.

Penelitian Larasaty et al. (2020) di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga menunjukkan bahwa 50% anak prasekolah mengalami kecemasan berat selama dirawat, ditandai dengan perilaku seperti menangis, merengek, dan tidak ingin berpisah dari ibunya. Hasil serupa ditemukan oleh Pamungkas et al. (2023) di RSUD Islam Harapan Tegal, yang menyebutkan 25% anak mengalami kecemasan berat akibat ketakutan terhadap pemberian obat oleh perawat.

Selama hospitalisasi, berbagai reaksi emosional seperti stres, ketakutan saat pemeriksaan medis, hingga rasa sakit akibat tindakan keperawatan sangat umum dialami anak-anak. Burns Nader (dalam Delvecchio et al., 2019) menekankan pentingnya penilaian psikologis terhadap anak selama perawatan, termasuk tingkat stres, kecemasan, kemampuan coping, serta keterampilan bermain, guna memberikan intervensi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak.

Salah satu metode non-farmakologis yang terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi adalah terapi bermain. Melalui aktivitas bermain, anak-anak dapat menyalurkan emosi negatif seperti ketakutan, kecemasan, serta kebingungan terhadap situasi yang mereka alami. Terapi ini juga berfungsi sebagai media distraksi yang dapat mengalihkan perhatian dari prosedur medis yang menegangkan (Israeli et al., 2020). Mengurangi kecemasan pada anak prasekolah, baik sebelum maupun sesudah tindakan medis, merupakan bagian

penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis dan fisik mereka. Anak-anak sering kali mengalami tekanan emosional seperti ketakutan saat diberikan obat oleh perawat, rasa sakit saat dilakukan tindakan medis, serta perasaan tidak aman karena lingkungan rumah sakit yang asing. Dengan keterlibatan dalam terapi bermain, mereka memperoleh saluran aman untuk mengungkapkan perasaan serta memperkuat coping positif terhadap stres rawat inap.

Di rumah sakit modern, terapi bermain telah menjadi bagian integral dari praktik keperawatan pediatrik, khususnya di negara-negara maju yang melibatkan tenaga profesional seperti *Child Life Specialist*. Peran ini berfokus pada penggunaan permainan sebagai sarana edukasi dan distraksi sebelum tindakan medis. Pendekatan tersebut terbukti efektif secara fisiologis, dengan penurunan signifikan pada denyut jantung, tekanan darah, dan ketegangan otot anak sebelum prosedur medis (Ghasemi et al., 2022).

Temuan ini menegaskan bahwa manfaat terapi bermain tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga berdampak nyata terhadap kestabilan fisiologis anak selama perawatan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Putri dan Sari (2022), yang menunjukkan bahwa pemberian terapi bermain pada anak prasekolah sebelum tindakan invasif seperti penyuntikan dapat menurunkan tingkat kecemasan hingga 30% dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi. Intervensi yang dilakukan meliputi permainan peran menggunakan boneka medis, menggambar, dan bermain puzzle, yang terbukti meningkatkan relaksasi serta respons kooperatif anak terhadap prosedur medis.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permainan memiliki peranan yang signifikan dalam mempercepat proses pemulihan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit. Agar manfaat yang diperoleh optimal, pemilihan jenis permainan perlu disesuaikan dengan tahapan tumbuh kembang anak. Menurut Jannah et al. (2023), aktivitas mewarnai dengan menggunakan alat seperti krayon atau pensil warna dapat menurunkan tingkat kecemasan anak sebesar 29%, karena anak dapat

menyalurkan ekspresi diri secara aktif dan kreatif. Selain memberikan rasa puas, mewarnai juga berfungsi sebagai sarana distraksi dari situasi rumah sakit yang cenderung menegangkan. Sementara itu, hasil penelitian dari Lanjekar et al. (2022) menyatakan bahwa bermain origami dapat menurunkan kecemasan hingga 35%. Kegiatan ini mendukung perkembangan sensorik dan motorik, serta meningkatkan daya cipta anak. Namun demikian, terapi origami memiliki keterbatasan, khususnya bagi anak yang kesulitan mengingat atau mengikuti pola-pola lipatan tertentu.

Di samping itu, aktivitas seperti menyusun balok dan menggambar juga terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan anak yang sedang dirawat. Martasih et al. (2023) mencatat bahwa terapi bermain dengan balok menyumbang penurunan kecemasan hingga 33%, terutama ketika anak menghadapi prosedur medis seperti pemberian obat. Permainan ini tidak hanya memperkuat kemampuan kognitif dan kreatif, tetapi juga menjadi sarana bagi anak untuk menyalurkan emosi seperti kecemasan, ketakutan, dan stres. Sementara itu, berdasarkan temuan Nurwulansari et al. (2019), terapi menggambar mampu menurunkan kecemasan sebesar 28%. Aktivitas ini merangsang kreativitas serta menjadi media ekspresi perasaan anak. Meski efektif, menggambar memerlukan durasi waktu yang lebih lama serta bimbingan dalam penggunaan warna, sehingga pendampingan orang dewasa tetap dibutuhkan. Secara keseluruhan, berbagai bentuk terapi bermain tersebut mampu mendukung keseimbangan emosional anak selama proses hospitalisasi, meskipun masing-masing memiliki keterbatasannya sendiri.

Namun, terapi bermain dengan puzzle toys menawarkan kelebihan tersendiri. Puzzle tidak hanya bersifat edukatif, tetapi juga membantu anak mengembangkan keterampilan motorik halus, kognitif, logika, serta problem solving. Dini R. et al. (2020) menyebutkan bahwa bermain puzzle membantu anak mengontrol emosi dan mengurangi stres selama rawat inap. Puzzle juga dapat dilakukan secara individual maupun berkelompok, sehingga dapat meningkatkan interaksi sosial anak.

Penelitian Fitriani et al. menunjukkan bahwa terapi bermain menggunakan puzzle efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah usia 4–6 tahun yang menjalani kemoterapi. Dari hasil penelitian tersebut, sebagian besar anak yang mengikuti terapi ini—sebanyak 10 dari 12 anak—mengalami penurunan kecemasan yang cukup signifikan. Anak-anak yang mendapatkan terapi menunjukkan perilaku yang lebih tenang, kooperatif, serta mampu beradaptasi lebih baik selama menjalani prosedur medis. Aktivitas bermain puzzle memberikan efek distraksi dan relaksasi, membantu anak mengalihkan perhatian dari rasa takut dan ketegangan yang mereka alami selama perawatan. Melalui proses menyusun potongan-potongan gambar, anak tidak hanya terlibat secara kognitif dan motorik, tetapi juga memperoleh pengalaman emosional yang positif, sehingga kecemasan mereka berkurang secara nyata. (Fitriana et.al , 2021)

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 18 Desember 2024 di Ruang Rawat Inap RSUD BREBES terhadap 8 responden menunjukkan bahwa anak-anak yang menjalani rawat inap di ruang anak belum pernah mendapatkan terapi bermain seperti puzzle toys. Penanganan kecemasan selama ini hanya dilakukan melalui pendekatan konvensional, seperti menenangkan anak dengan gendongan atau bantuan orang tua, tanpa pendekatan terapeutik yang lebih sistematis. Padahal, perawat sebagai tenaga kesehatan profesional diharapkan mampu memberikan asuhan keperawatan secara holistik, termasuk intervensi non-farmakologis seperti terapi bermain.

Oleh karena itu, dengan mempertimbangkan latar belakang serta hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti merasa tertarik untuk menyelidiki masih ada anak usia prasekolah yang mengalami peningkatan kecemasan selama perawatan di rumah sakit atau hospitalisasi dan terapi bermain puzzle disana belum pernah dilakukan oleh karena itu dapat di rumuskan permasalahan pokok penelitian ini yaitu apakah ada Pengaruh terapi bermain puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan pada anak-anak usia prasekolah yang dilakukan di Ruangan Rawat Inap RSUD Brebes?.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Terapi Menggunakan Puzzle Toys dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi tingkat kecemasan Pada Anak Usia prasekolah sebelum menerima terapi bermain menggunakan puzzle di ruang Rawat Inap RSUD Brebes.

1.2.2.2 Mengidentifikasi tingkat kecemasan Pada Anak Usia prasekolah setelah menjalani terapi bermain dengan permainan puzzle di ruang Rawat Inap RSUD Brebes.

1.2.2.3 Mengidentifikasi Pengaruh terapi bermain dengan puzzle terhadap tingkat kecemasan pada anak Prasekolah di ruang Rawat Inap RSUD Brebes.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan aplikatif yang berharga untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak prasekolah di Ruangan Rawat Inap.

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman bagi orang tua dan tenaga kesehatan dalam upaya menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah di ruang Rawat Inap.

1.3.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai Pengaruh terapi menggunakan puzzle toys dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah di ruang Rawat Inap.