

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Lingkungan rumah sakit dapat menjadi salah satu pemicu kecemasan pada anak, baik melalui aspek sosial seperti interaksi dengan sesama pasien anak maupun melalui sikap dan perilaku tenaga kesehatan. Selain itu, faktor fisik seperti desain bangunan, suasana ruang rawat, peralatan medis, aroma khas rumah sakit, serta kehadiran petugas juga turut berkontribusi dalam meningkatkan kecemasan anak (Pawiliyah & Marlenis, 2019). Prevalensi anak yang menjalani hospitalisasi menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 menunjukkan bahwa 45% adalah anak usia prasekolah, pada tahun 2018, di Amerika Serikat, sekitar 3% hingga 10% anak yang dirawat mengalami stres dan kecemasan selama proses perawatan. Sementara itu, di Jerman, tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak usia *toddler* berkisar 3%–7%, dan pada anak usia prasekolah mencapai 5%–10%. Di Kanada dan Selandia Baru, kondisi serupa juga ditemukan, di mana anak-anak menunjukkan gejala stres selama menjalani perawatan (Sari et al., 2024). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), persentase anak yang mengalami kecemasan saat dirawat di rumah sakit di Indonesia pada tahun 2019 adalah 3,49%, yang meningkat menjadi 3,84% pada tahun 2020 dan 3,94% pada tahun 2021. Data dari dinas kesehatan di provinsi Jawa Tengah memperkirakan sekitar 2000 anak yang menjalani perawatan di rumah sakit mengalami kecemasan pada tahun 2020, di mana 1500 di antaranya adalah anak usia prasekolah. Kecemasan umumnya terjadi pada anak-anak yang sedang dirawat inap di rumah sakit (Dinkes, 2020).

Anak prasekolah merupakan anak-anak yang berada pada rentang usia 3 sampai 6 tahun, yang memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih lemah dibandingkan dengan orang dewasa, sehingga mereka lebih mudah terpapar infeksi. Selain itu, anak usia prasekolah cenderung lebih rentan mengalami jatuh dan cedera, yang dapat menyebabkan mereka harus menjalani perawatan di rumah sakit

(Purnamasari et al., 2025). Kondisi sakit merupakan hal yang biasa dialami oleh semua orang, khususnya pada anak-anak, karena sistem kekebalan tubuh mereka belum sepenuhnya berkembang. Anak-anak sering mengalami berbagai masalah kesehatan seperti demam, diare, demam berdarah, gangguan pernapasan, serta kelainan bawaan sejak lahir. Ketika anak mengalami sakit, mereka sering kali memerlukan perawatan yang mengharuskan mereka mendapatkan perawatan di rumah sakit (Hartati & Wahyuni, 2023).

Anak-anak yang dirawat di rumah sakit umumnya menjalani berbagai prosedur invasif, seperti pemberian suntikan, pemasangan infus, operasi, pengobatan, pengambilan atau pengujian sampel darah, serta intervensi keperawatan lainnya. Tindakan pemberian injeksi dapat menjadi sumber stresor bagi anak karena dapat menimbulkan rasa trauma yang dirasakan dan rasa cemas pada anak (Oktiawati et al., 2020). Anak-anak yang menjalani perawatan setelah diberikan tindakan injeksi sering kali menghadapi berbagai masalah seperti nyeri pada area suntikan, trauma akan rasa sakit yang dihadapi, penolakan terhadap perawatan selanjutnya yang dapat menimbulkan rasa cemas dalam diri mereka. Kecemasan ini dapat mendorong anak untuk menggunakan mekanisme koping, baik yang positif maupun negatif, dalam menghadapi perasaan tersebut. Hal ini dapat memengaruhi perkembangan mereka, seperti membuat anak menjadi lebih mudah marah ketika menghadapi situasi yang menimbulkan ketakutan atau kecemasan (Fitri et al., 2023).

Salah satu faktor yang mempengaruhi perawatan saat dilakukan injeksi yaitu kecemasan pada anak-anak usia prasekolah, di mana tindakan injeksi diambil untuk mengukur kecemasan pada saat itu. Tindakan injeksi ditakuti oleh anak-anak karena mereka mengalami trauma akibat proses pemberian obat yang berulang kali melalui selang infus, yang menyebabkan rasa sakit dan bengkak pada area tangan yang diinfus, sehingga dapat menghambat proses penyembuhan mereka (Yenny et al., 2021). Setiap makhluk hidup merasakan kecemasan sebagai respons individu terhadap situasi yang tidak menyenangkan.

Anak-anak usia prasekolah sering mengalami cemas atau kegelisahan karena mereka dengan keadaan terpaksa harus berpisah dari lingkungan yang mereka anggap sebagai tempat yang aman, penuh kenyamanan, penuh rasa kasih sayang, dan bahkan menyenangkan, contohnya seperti rumah, tempat bermain, dan teman-teman mereka (Vanesa Titiaji et al., 2024). Kecemasan dan ketakutan merupakan hal yang wajar, tetapi jika kecemasan semakin intens dan lebih sering muncul dalam berbagai situasi, maka hal ini perlu mendapatkan perhatian (Teguh et al., n.d. 2021).

Dampak kecemasan yang tidak ditangani dengan cepat dapat menghambat proses penyembuhan dan berpotensi menyebabkan trauma setelah anak menyelesaikan perawatan di rumah sakit. Selain itu, jika kecemasan menghalangi proses pengobatan, anak mungkin menolak perawatan yang diberikan, yang dapat mempengaruhi lama hari perawatan, memperburuk kondisi kesehatan anak, dan berisiko menyebabkan komplikasi (Aryani & Zaly, 2021). Cara untuk mengurangi kecemasan yaitu dengan cara melakukan pendekatan pada anak, menguasai teknik komunikasi terapeutik, teknik distraksi dan teknik relaksasi pada anak, serta membantu anak beradaptasi dengan lingkungan di sekitarnya agar anak merasa aman dan nyaman selama proses tindakan salah satunya dengan cara melakukan terapi bermain (Dewi & Sari, 2019).

Terapi bermain merupakan suatu pendekatan non farmakologis yang diberikan kepada anak-anak selama menjalani hospitalisasi dan saat dilakukan injeksi tujuannya untuk membantu anak selama proses pengobatan dan perawatan, serta membantu dalam proses penyembuhan. Bermain dapat membantu anak dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar dan halus, mengurangi stres dan ketegangan, serta membantu mereka menghadapi situasi atau lingkungan yang menakutkan. Selain itu, bermain juga dapat meningkatkan bakat dan minat anak (Nuliana, 2022). Bermain merupakan aktivitas penting bagi anak usia prasekolah, dan terapi bermain menyusun balok adalah salah satu contohnya.

Terapi bermain menyusun balok dapat membantu anak menjadi lebih kreatif dan lebih mampu berpikir logis, serta memperkenalkan warna dan bentuk kepada mereka (Martiasih et al., 2024).

Bermain sangat penting bagi anak-anak karena dapat membuat mereka merasa senang dan melupakan lingkungan di sekitarnya, sehingga anak lebih fokus pada permainan yang sedang mereka lakukan (Estiani et al., 2024). Bermain dapat digunakan sebagai salah satu metode terapi atau pengobatan bagi anak-anak yang mengalami kecemasan saat dilakukan injeksi. Ketika bermain, anak cenderung menunjukkan sikap yang lebih bebas, merasa nyaman, dan jauh sedikit lebih merasa tenang karena mereka dapat melepaskan ketegangan dan stres yang mereka rasakan. Terapi bermain dapat diterapkan pada anak-anak, baik yang sehat maupun yang sakit, karena dapat membantu mengurangi tekanan yang membuat anak merasa tidak nyaman dan bosan (Munir, 2023).

Terdapat berbagai jenis permainan yang dapat diberikan kepada anak, antara lain mewarnai gambar, melipat origami, menyusun *puzzle*, bermain dengan *clay*, ular tangga, bermain pasir ajaib, dan menyusun balok (Righo & Priyono, 2021). Kelemahan dari permainan mewarnai gambar adalah bahwa aktivitas ini mengandalkan tangan kanan yang lebih dominan, sehingga anak yang harus banyak bergerak dengan tangan akan terhambat, terutama jika mereka terpasang infus di tangan. Sementara itu, kelemahan dari melipat origami adalah bahwa kegiatan ini memerlukan kesabaran dan waktu yang cukup lama untuk diselesaikan. Dalam permainan *puzzle*, anak perlu menggunakan kedua tangan, yang bisa menyulitkan saat harus melakukan injeksi. Kelemahan permainan *clay* adalah bahwa tidak semua anak dapat berpartisipasi, terutama mereka yang memiliki gangguan motorik atau alergi terhadap bahan *clay*. Selain itu, permainan ular tangga kurang efektif untuk anak yang sangat cemas atau takut, karena mereka tidak dapat berkonsentrasi pada permainan. Terakhir, bermain pasir ajaib dapat menyebabkan area bermain menjadi kotor dan berpotensi menimbulkan alergi terhadap bahan tersebut. Oleh karena itu, kelemahan-

kelemahan tersebut kurang efektif untuk menurunkan kecemasan anak (Rohmah, 2018). Permainan balok memiliki kelebihan dalam meningkatkan keterampilan motorik anak yang kurang, mendorong mereka untuk mencoba hal-hal baru, serta membantu mengasah kemampuan problem-solving, yang dapat membuat anak-anak merasa lebih percaya terhadap dirinya saat menghadapi tantangan, dengan demikian permainan balok dapat menutupi kelemahan yang mungkin ada pada jenis permainan lainnya (Mujiyanti & Ris Rismawati, 2019).

Permainan menyusun balok bagi anak usia prasekolah memiliki berbagai manfaat untuk perkembangan fisik dan motorik. Aktivitas ini dapat melatih keterampilan motorik, meningkatkan kemampuan kognitif, serta merangsang kreativitas anak dalam menciptakan sesuatu. Selain itu, permainan ini juga membantu meningkatkan koordinasi antara tangan dan mata, serta mengasah kemampuan anak dalam mengontrol gerakan tangan dan jari melalui interaksi antara sentuhan dan penglihatan (Triana Agustin et al., 2023). Terapi bermain dengan menyusun balok terbukti efektif untuk anak-anak prasekolah yang sedang dirawat di rumah sakit. Dengan melalui terapi ini, anak dapat mengutarakan berbagai isi dalam pikirannya dan mengungkapkan berbagai macam perasaan, seperti kecemasan, ketegangan, ketakutan, kesedihan, serta rasa sakit. Selain itu, aktivitas ini juga dapat membantu mengalihkan perhatian anak dari hal-hal yang membuat mereka merasa takut dan sakit (Christiana & Safitri, 2021).

Hasil penelitian Martiasih., dkk (2024) mengungkapkan bahwa pemberian terapi bermain menyusun balok berpengaruh terhadap tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah yang dirawat di ruang Galilea 3 RS Bethesda Yogyakarta. Dalam studi tersebut, kecemasan hospitalisasi didefinisikan sebagai reaksi emosional negatif yang timbul sebagai respons terhadap pengalaman dirawat di rumah sakit. Reaksi ini dipicu oleh berbagai stresor, seperti perpisahan dari orang tua, hilangnya kendali diri, rasa takut terhadap tindakan medis, serta adaptasi terhadap lingkungan rumah sakit yang terasa asing bagi anak. Sebelum

terapi bermain dilakukan, terdapat 22 responden (73,33%) yang mengalami kecemasan berat dan 8 responden (26,67%) mengalami kecemasan sedang. Setelah terapi bermain, 17 responden (56,67%) tidak mengalami kecemasan, sementara 13 responden (43,33%) mengalami kecemasan ringan. Bermain dengan menyusun balok dapat menjadi cara yang efektif untuk mengekspresikan berbagai emosi seperti kecemasan, ketegangan, ketakutan, dan kesedihan. Kegiatan ini juga dapat membantu anak-anak prasekolah yang menjalani perawatan di rumah sakit mengurangi tingkat kecemasan mereka, sehingga mendukung proses penyembuhan mereka.

Penelitian oleh Sapardi & Rifka (2021) di RSUD Dr. Rasisdin Padang menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi berupa terapi bermain puzzle, tingkat kecemasan pada anak-anak masih mencapai 42,6%. Hal ini membuktikan bahwa terapi bermain puzzle belum sepenuhnya efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan anak. Puzzle merupakan jenis permainan yang menuntut konsentrasi dan ketelitian tinggi dalam menyusun potongan gambar menjadi satu kesatuan utuh. Aktivitas ini, meskipun bersifat edukatif, cenderung kurang memberikan efek relaksasi bagi anak. Akibatnya, anak-anak mungkin merasa terbebani, kurang rileks, bahkan mengalami kebosanan selama proses terapi berlangsung. Temuan ini menjadi pertimbangan penting dalam memilih metode terapi bermain yang lebih tepat untuk membantu mengurangi kecemasan pada anak, terutama anak-anak prasekolah yang menerima perawatan medis di rumah sakit.

Penelitian yang serupa yang dilakukan oleh Hani., dkk (2021) di Ruang Firdaus RSI Banjarnegara dan melibatkan bermain Lego sebagai terapi. Hasil menunjukkan bahwasannya sebagian besar para responden mengalami kecemasan sedang sebelum dilakukan terapi, yaitu 25 responden (65,8%), dan kecemasan ringan setelah terapi yaitu 36 responden (94,7%). Bermain dengan Lego dianggap sebagai terapi yang efektif untuk mengurangi kecemasan, terutama pada anak usia prasekolah. Aktivitas ini juga dapat meningkatkan daya

ingat, emosi, dan perasaan, serta membantu perawat dalam melaksanakan perawatan mereka.

Perubahan tingkat kecemasan pada anak selama perawatan atau pengobatan setelah diberikan terapi bermain mungkin dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk peran perawat, kebijakan instansi, dukungan dari keluarga, serta jenis permainan yang sesuai dengan hoby atau kesukaan anak. Oleh karena itu sebelum melaksanakan terapi bermain, penting untuk mempertimbangkan siapa yang akan melaksanakan terapi tersebut, dukungan dari keluarga dan instansi, kondisi anak saat bermain, serta jenis permainan mana yang paling menyenangkan dan menarik pada anak (Nuliana, 2022). Oleh sebab itu, terapi bermain yang diberikan pada pasien anak selama rawat inap saat dilakukan injeksi di rumah sakit dapat membantu anak melihat rasa sakitnya dengan cara yang lebih positif, membuatnya lebih ceria, senang dan bahagia (Nurwulansari et al., 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal, melalui observasi ditemukan sebanyak lima orang tua yang memiliki anak usia prasekolah (3–6 tahun). Dari jumlah tersebut, 3 anak mengalami kecemasan berat, yang ditunjukkan dengan rasa takut saat menerima injeksi dan ketakutan terhadap perawat serta dokter saat mereka datang untuk pemeriksaan. Sementara itu, 2 anak lainnya mengalami kecemasan sedang dengan gejala yang berbeda, yaitu merasa takut saat dilakukan injeksi, tetapi tidak merasa takut terhadap perawat dan dokter saat pemeriksaan. Cara penanganan perawat dalam menghadapi anak yang mengalami kecemasan pada saat dilakukan injeksi yaitu dengan melakukan teknik distraksi dan terapi bermain dengan cara menggambar di kertas untuk mengurangi kecemasan, tetapi hasilnya anak tetap mengalami kecemasan. Dengan demikian bahwa terapi yang digunakan oleh perawat Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal belum cukup efektif, Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena yang ditemukan di lapangan, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul

“Pengaruh Terapi Bermain Menyusun Balok terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah saat Dilakukan Injeksi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal.”

1.2. Tujuan Penelitian

1.2.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Bermain Menyusun Balok Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Dilakukan Injeksi Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal.

1.2.2. Tujuan Khusus

1.2.2.1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum melakukan terapi bermain menyusun balok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol saat dilakukan injeksi di ruang rawat inap Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal.

1.2.2.2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan anak usia prasekolah sesudah melakukan terapi bermain menyusun balok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol saat dilakukan injeksi di ruang rawat inap Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal.

1.2.2.3. Menganalisis Pengaruh Terapi Bermain Menyusun Balok Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Dilakukan Injeksi Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Islam PKU Muhammadiyah Tegal.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan dalam pelayanan kesehatan, khususnya di ruang rawat inap anak, sebagai salah satu metode untuk mengurangi kecemasan pada anak usia prasekolah melalui terapi bermain menyusun balok saat tindakan injeksi.

1.3.2. Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam memperluas pengetahuan dan mendukung perkembangan ilmu Keperawatan Anak, khususnya dalam upaya mengatasi kecemasan pada anak usia prasekolah melalui terapi bermain menyusun balok saat menerima injeksi.

1.3.3. Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji lebih lanjut penanganan kecemasan pada anak usia prasekolah melalui terapi bermain saat menjalani prosedur injeksi di ruang rawat inap anak.