

## TERAPI BERMAIN *PUZZLE* DALAM MENURUNKAN KECEMASAN ANAK AKIBAT HOSPITALISASI

**Noor Rahma Safira<sup>1</sup>, Irdawati<sup>2</sup>, Siska Purnamadewi<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah  
Surakarta

<sup>3</sup> Rumah Sakit Universitas Sebelas Maret Sukoharjo Surakarta

\*correspondence: [ird223@ums.ac.id](mailto:ird223@ums.ac.id).

### ABSTRAK

**Kata Kunci:**

Terapi bermain;  
puzzle;  
kecemasan anak;  
hospitalisasi

*Hospitalisasi adalah suatu keadaan tertentu yang mengharuskan anak untuk dilakukan rawat inap di rumah sakit untuk menjalani perawatan hingga anak dilakukan pemulangan kembali ke rumah. Hospitalisasi pada anak sangatlah mengganggu dan dapat menimbulkan kecemasan, ketakutan serta rasa sakit. Untuk mengatasi dampak hospitalisasi pada anak perlu diberikan intervensi salah satunya adalah dengan bermain. Bermain merupakan salah satu aktivitas anak-anak yang dapat mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan dengan kegiatan yang disukai. Tujuan : mengetahui pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat kecemasan pada anak akibat hospitalisasi. Metode : metode yang digunakan yaitu penerapan evidence based nursing dengan fokus studi tingkat kecemasan. Sebanyak 5 subjek yang memenuhi kriteria inklusi diberikan intervensi terapi bermain puzzle selama ±20 menit dan dilakukan pretest dan posttest menggunakan Children Fear Scale. Studi kasus dilakukan di ruang Kreativa RS UNS Sukoharjo pada bulan Januari 2023. Hasil : hasil skor menunjukkan bahwa intensitas tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi bermain puzzle pada kategori cemas ekstrim (80%). Setelah dilakukan intervensi menjadi sedikit cemas (40%), cemas sedang (20%), normal (20%).*

### 1. PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan masuknya individu ke rumah sakit untuk mendapatkan pemeriksaan diagnostic, perawatan medis, pemberian obat, menstabilkan serta memantau kondisi dan prosedur pembedahan (Saputro & Fazrin, 2017). Pada anak hospitalisasi merupakan keadaan krisis hal tersebut

terjadi karena anak berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang asing dan baru yaitu rumah sakit. Saat menjalani perawatan di rumah sakit memaksa anak untuk berpisah dengan lingkungannya yang aman, menyenangkan dan penuh kasih sayang yaitu lingkungan rumah, permainan dan teman seumurnya (A.

Pulungan et al., 2017). Selain kondisi yang memaksa anak untuk berpisah dengan lingkungannya, hospitalisasi menimbulkan persepsi anak tentang adanya pengabaian, hukuman, takut katastrofik dan takut akan kematian (Fadlian & Konginan, 2015). Kondisi hospitalisasi menjadi stressor fisiologis maupun psikologis baik pada anak maupun orangtua serta keluarga. Hospitalisasi jika tidak teratasi akan menghasilkan dua respon yaitu fisiologis serta perubahan perilaku. Respon fisiologis yang dapat muncul antara lain palpitasi, peningkatan denyut jantung, pola nafas meningkat, nafsu makan menurun, gugup, pusing, tremor, susah tidur baik saat siang maupun malam hari, keringat dingin dan kemerahan pada wajah. Sedangkan perubahan perilaku akibat hospitalisasi antara lain gelisah, anak menjadi rewel, mudah terkejut, berontak, mudah menangis, tidak sabar, tegang, bbesikap waspada terhadap lingkungan hingga menyebabkan anak menghindar maupun menarik diri. Anak yang mengalami perawatan di rumah sakit akan mengalami kecemasan dan juga ketakutan (Saputro & Fazrin, 2017).

Kecemasan dan ketakutan akibat hospitalisasi pada anak jika tidak segera ditangani akan membuat anak

menjadi menolak setiap akan diberikan asuhan keperawatan maupun tindakan pengobatan. Sehingga dalam jangka pendek akan mempengaruhi keberhasilan pengobatan, lamanya rawat, kondisi kesehatan yang berat bahkan juga kematian. Kecemasan adalah reaksi akibat situasi baru yang berbeda terhadap suatu ketidak pastina dan ketidakberdayaan, takut dan cemas merupakan hal yang wajar dan normal. Namun apabila terjadi terus-menerus serta dengan konteks yang berbeda maka perlu perhatian khusus (Saputro & Fazrin, 2017). Hospitalisasi pada anak merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan dan traumatis. Pengalaman yang kurang menyenangkan yang dialami saat masa anak-anak akan memudahkan timbulnya gangguan dalam penyesuaian diri. Untuk mencegah terjadinya dampak hospitalisasi pada anak maka perlu diberikan penanganan dampak hospitalisasi, salah satu caranya adalah dengan kegiatan terapi bermain. Bermain adalah aktifitas untuk masa kanak-kanak yang dapat mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan dengan kegiatan yang disukai (Kusumaningtyas, 2020). Bermain memiliki fungsi penting untuk pertumbuhan serta

perkembangan pada anak, antara lain adalah perkembangan sensorimotor, perkembangan intelektual, kreatifitas, kesadaran diri, perkembangan sosial dan moral serta memiliki nilai terapeutik. Ketika anak mengalami hospitalisasi maka bermain memiliki fungsi tambahan yaitu sebagai penyedia hiburan, anak merasa lebih aman terhadap lingkungan asing (rumah sakit), mengurangi stress akibat perpisahan, mendorong anak untuk berinteraksi serta mengembangkan sikap positif pada orang lain, pengalaman terhadap ide yang kreatif, mencapai tujuan terapeutik dan memposisikan anak untuk berperan aktif (Amalia et al., 2018). Dengan dilakukannya terapi bermain dapat membantu anak menghadapi situasi yang tidak diketahui, mengungkapkan emosi serta kekhawatiran, anak menjadi lebih aman nyaman serta akrab dengan tenaga kesehatan sehingga akan memudahkan dalam pemberian asuhan keperawatan, meningkatkan imunitas serta mempermudah dalam proses penyembuhan penyakit (Godino-Iáñez et al., 2020).

Salah satu terapi bermain yang dapat dilakukan pada anak-anak adalah bermain puzzle. Puzzle merupakan

sarana bermain pada anak yang dapat meningkatkan daya pikir serta konsentrasi pada anak. Dengan adanya puzzle anak menjadi mempelajari sesuatu yang rumit serta berpikir bagaimana puzzle dapat tersusun dengan benar dan rapi. Selain itu *puzzle* dapat melatih ketangkasan jari, mengkoordinasikan mata dan tangan, mengasah otak, mencocokkan bentuk, mengenal konsep kognitif serta melatih kesabaran dalam menyusun serta menghubungkan antar bagian puzzle sehingga puzzle dapat menjadi satu kesatuan yang utuh (Aprina et al., 2019). Puzzle merupakan salah satu permainan yang memungkinkan anak untuk bebas mengasah kemampuan motoric yang dimiliki. Puzzle dapat digunakan sebagai permainan penyembuh pada anak, karena dengan bermain puzzle kecemasan yang dirasakan oleh anak terdistraksi dengan kesenangan untuk menyusun puzzle (Israeli et al., 2020).

## 2. METODE

Intervensi yang dilakukan merupakan intervensi dari *Evidence Based Nursing* berupa terapi bermain menyusun puzzle untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak akibat hospitalisasi. Penelitian dilakukan di

Ruang Kreativa Rumah Sakit Universitas Sebelas Maret, Sukoharjo. Populasi dari penelitian ini adalah pasien anak berusia 1-6 tahun yang di rawat di ruang kreatifa. Penelitian ini melibatkan 5 responden, sebelum dilakukan intervensi orang tua diberikan penjelasan serta persetujuan untuk dilakukan terapi bermain *puzzle*. Alat pengumpulan data dilakukan dengan lembar *Children Fear Scale*. Subjek yang dipilih dalam penelitian ini dipilih sesuai dengan kriteria inklusi yaitu anak usia 1-6 tahun yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi, pasien yang dirawat >24 jam, pasien anak yang rewel selama hospitalisasi, bersedia dilakukan terapi bermain *puzzle*

### 3. HASIL

#### Studi Kasus

An. A pasien dirawat sejak 8 Januari 2023 dengan diagnose post eksisi pada bibir bagian atas. Keluhan utama pasien adalah nyeri post operasi. Pada saat pengkajian ibu pasien mengatakan pasien sering menangis dan ketakutan saat perawat memasuki kamar pasien, saat peawat memasuki kamar pasien pasien tampak tegang, menangis dan memalingkan muka dari perawat. Setelah dikaji nilai *Children*

*Fear Scale* pasien adalah 4. Pasien dilakukan komunikasi terapeutik dan membina hubungan saling percaya untuk diberikan intervensi. Kemudian pasien diberikan intervensi bermain puzzle menggunakan 6 keping puzzle. Pasien diberikan kesempatan untuk memilih 3 puzzle dalam bentuk yang berbeda, pasien memilih puzzle berbentuk strawberry. Sebelum puzzle di bongkar pasien digali pengetahuan terkait dengan bentuk puzzle, warna yang ada dalam puzzle. Pasien menunjukkan respon yang kooperatif dan dapat menyebutkan dengan benar. Setelah digali pengetahuan terkait dengan puzzle pasien diminta untuk mengingat-ingat bentuk puzzle kemudian puzzle di bongkar dan di susun kembali oleh pasien. Pasien dapat Menyusun puzzle dengan baik sehingga membentuk strawbeery seperti sebelum di bongkar. Setelah dilakukan intervensi pasien tampak senang, kecemasan berkurang, CFS menjadi 1.

An. A dirawat sejak 5 Januari 2023 dengan diagnose medis kejang demam dan dengue fever. Keluhan utama pasien adalah demam naik turun. Pada saat pengkajian ibu pasien mengatakan jika anaknya masih rewel, nafsu makan berkurang, sering menangis saat

melihat perawat akan melakukan tindakan. Saat dikaji CFS menunjukkan skor 4, kemudian pasien diberikan intervensi terapi bermain berupa Menyusun puzzle. Pasien diberi kesempatan untuk memilih puzzle sesuai dengan keinginan pasien. Sebelum puzzle di bongkar pasien digali pengetahuan terkait dengan bentuk puzzle, warna yang ada dalam puzzle. Pasien menunjukkan respon yang sesuai dan dapat menyebutkan warna serta gambar puzzle dengan benar. Setelah digali pengetahuan terkait dengan puzzle pasien diminta untuk mengingat-ingat bentuk puzzle kemudian puzzle di bongkar dan di susun kembali oleh pasien. Pasien dapat Menyusun puzzle dengan baik sehingga membentuk sapi seperti sebelum di bongkar. Setelah dilakukan intervensi pasien tampak senang, pasien kooperatif dan tidak rewel kecemasan berkurang dibuktikan dengan nilai CFS menjadi 1.

An. A dirawat sejak 6 Januari 2023 dengan diagnose rubella. Keluhan utama pasien adalah demam naik turun. Pada saat pengkajian ibu pasien mengatakan jika anaknya rewel, mudah menangis dan ketakutan saat melihat perawat. Hasil pengkajian CFS didapati tingkat kecemasan pasien

adalah 4 kemudian pasien diberikan intervensi terapi bermain Menyusun puzzle. Sebelum puzzle di bongkar pasien dikaji pengetahuan terkait bentuk dan warna yang ada pada puzzle. Pasien dapat menyebutkan warna puzzle namun tidak dapat menyebutkan bentuk yang ada dalam puzzle. Saat diberikan kesempatan untuk Menyusun puzzle pasien tampak antusias dan Menyusun puzzle. Selama kegiatan berlangsung pasien didampingi oleh ibu dan menolak saat akan dibantu oleh perawat. Setelah puzzle dapat tersusun dengan benar pasien tampak senang, rewel berkurang. Kemudian pasien dikaji tingkat kecemasannya menggunakan CFS dan didapati hasil 2.

An. M dirawat sejak 6 Januari 2023 dengan diagnose bronkopneumonia. Keluhan utama pasien adalah batuk ngrok-ngrok. Pada saat pengkajian ibu pasien mengatakan jika pasien menolak saat dilakukan tindakan keperawatan, ketakutan saat melihat perawat dan menangis sering menangis dari hasil pengkajian nilai CFS pasien adalah 4. Pasien dilakukan pendekatan dan komunikasi terapeutik namun pasien tetap menolak untuk dilakukan tindakan bermain puzzle dengan perawat. Perawat memberikan

instruksi kepada ibu pasien untuk dilakukan terapi bermain Menyusun puzzle dengan didampingi oleh ibu. Pasien tidak dapat menyelesaikan puzzle, pasien tetap rewel dan nilai CFS tidak mengalami penurunan.

An. F dirawat sejak 9 Januari 2023 dengan diagnose bronkopneumonia. Keluhan utama pasien adalah batuk grok-grok. Pada saat pengkajian ibu pasien mengatakan jika pasien masih sering rewel, pasien dapat kooperatif dengan perawat saat diberikan tindakan, ibu pasien mengatakan jika pasien masih ketakutan saat awal melihat perawat memasuki kamar pasien. Saat dilakukan pengkajian tingkat kecemasan pasien tampak cemas dengan nilai CFS 3. Pasien dilakukan intervensi bermain puzzle, sebelum dilakukan intervensi pasien diberikan kesempatan untuk mengingat-ingat bentuk puzzle kemudian pasien digali pengetahuan terkait bentuk dan warna puzzle. Pasien dapat menyebutkan dengan benar dan pasien tampak antusias selama kegiatan berlangsung. Setelah pasien dapat menyebutkan dengan benar puzzle di bongkar dan diacak. Pasien dapat memasang puzzle dengan benar dan meminta untuk memainkan puzzle sekali lagi. Selama

intervensi berlangsung pasien hanya didampingi oleh perawat, pasien tampak kooperatif, pasien senang dilakukan intervensi dan pasien kecemasan menurun. Hasil pengkajian menggunakan CFS menunjukkan skor 0.

### **Deskripsi Frekuensi Intensitas tingkat Kecemasan**

Table. 2. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Terapi Bermain *Puzzle*

<b>Intensitas Kecemasan</b>	<b>Pre Test</b>		<b>Post Test</b>	
	<b>F</b>	<b>Present</b>	<b>F</b>	<b>Present</b>
Tidak Cemas	0	0%	1	20%
Sedikit Cemas	0	0%	2	40%
Cemas Sedang	1	20%	1	20%
Cemas Ekstrem	4	80%	1	20%

## **4. PEMBAHASAN**

Hasil intervensi menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan pada responden sebelum diberikan Intervensi dan sesudah diberikan Intervensi terapi bermain puzzle, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat efektivitas terapi bermain puzzle terhadap penurunan tingkat kecemasan

pada pasien anak yang mengalami hospitalisasi.

Hasil penelitian dan konsep menyatakan pelaksanaan terapi bermain *puzzle* pada pasien  $\pm$  20 menit dilakukan saat sebelum asuhan keperawatan efektif menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi. Pemberian intervensi terapi bermain mengalihkan perhatian anak dan menghibur sehingga anak akan terbawa oleh ilusi dunia permainan serta membuat anak menjadi lupa dimanakah anak tersebut berada (Godino-Iáñez et al., 2020). Dengan dilakukannya terapi bermain *puzzle* anak terdistraksi sehingga anak akan focus ke permainan *puzzle* daripada kecemasan yang dirasakan (Pribadi et al., 2019). Anak yang awalnya cemas, rewel serta menolak untuk dilakukan tindakan keperawatan lambat laun menjadi tenang dan lebih kooperatif setelah dilakukan Intervensi terapi bermain *puzzle*. Pemberian terapi bermain membuat anak menjadi lebih nyaman dan rileks selama hospitalisasi (Fitriani et al., 2017). Ketika tingkat kecemasan pada anak menurun maka anak menjadi kooperatif dalam tindakan asuhan keperawatan sehingga anak mendapatkan terapi sesuai dengan

program dan anak lebih cepat sembuh dan tercapai kesehatan yang optimal. Anak yang mengalami hospitalisasi ketika diberikan terapi bermain secara terus menerus akan membantu anak untuk beradaptasi dengan lingkungan asing yang menurutnya berbahaya serta akan menurunkan rasa takut dan akan timbul rasa senang akibat dari bermain yang dilakukan (Handajani & Yunita, 2019). Sehingga perlu adanya kolaborasi antara perawat dan keluarga untuk melakukan terapi bermain sebagai salah satu tindakan keperawatan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak selama di rumah sakit.

Dari hasil Intervensi yang dilakukan, terapi bermain *puzzle* efektif menurunkan tingkat kecemasan pada anak. Intervensi tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Israeli, 2020), menunjukkan bahwa pemberian terapi bermain *puzzle* menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan pada anak yang mengalami hospitalisasi. Penelitian yang dilakukan oleh (Aprina, 2019), menyebutkan jika skor kecemasan rata-rata anak yang dilakukan terapi bermain *puzzle* adalah 64,30 dan skor kecemasan rata-rata menjadi 48,60 setelah dilakukan Intervensi terapi

bermain *puzzle*. Perbedaan skor yang signifikan antara sebelum Intervensi bermain *puzzle* dengan sesudah dilakukan Intervensi bermain *puzzle* menunjukkan jika adanya pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan pada anak yang akan dilakukan tindakan.

Terapi bermain *puzzle* dapat digunakan sebagai pilihan dalam menurunkan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi. Permainan *puzzle* selain dapat menurunkan tingkat kecemasan juga dapat membantu dalam meningkatkan perkembangan psikososial, mental serta kreativitas. Selain itu bermain *puzzle* tidak membutuhkan tenaga berlebih sehingga tidak membuat anak kelelahan saat bermain (Fitriani et al., 2017).

## 5. KESIMPULAN

Hasil intervensi terapi bermain Menyusun *puzzle* yang dilakukan pada 5 anak di Ruang Kreativa RS UNS, Sukoharjo menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada anak yang dalam proses perawatan/hospitalisasi. Dari 5 intervensi terapi bermain yang sudah dilakukan 4 anak mengalami penurunan tingkat kecemasan.

## REFERENSI

- A. Pulungan, Z. S., Purnomo, E., & Purwanti A., A. (2017). Hospitalisasi Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Anak Toddler. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 3(2), 58. <https://doi.org/10.33490/jkm.v3i2.37>
- Amalia, A., Oktaria, & Ktavani, D. (2018). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah selama Masa Hospitalisasi. *Majority*, 7(2), 219–225.
- Aprina, A., Ardiyansa, N., & Sunarsih, S. (2019). Terapi Bermain *Puzzle* pada Anak Usia 3-6 tahun terhadap Kecemasan Pra Operasi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 291. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1561>
- Fadlian, & Konginan, A. (2015). Hospitalisasi pada Anak. *Child Hospitalization*, 2–3.
- Fitriani, W., Santi, E., & Rahmayanti, D. (2017). Terapi Bermain *Puzzle* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Hematologi Onkologi Anak. *Dunia Keperawatan*, 5(2), 65. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i2.4107>
- Godino-Iáñez, M. J., Martos-Cabrera, M.

- B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., Vargas-Román, K., Membrive-Jiménez, M. J., & Albendín-García, L. (2020). Play therapy as an intervention in hospitalized children: A systematic review. *Healthcare (Switzerland)*, 8(3), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030239>
- Handajani, D. O., & Yunita, N. (2019). 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), 198–204. <https://doi.org/10.14710/jmki.7.3.2019.198-204>
- Islaeli, I., Yati, M., Islamiyah, & Fadmi, F. R. (2020). The effect of play puzzle therapy on anxiety of children on preschooler in Kota Kendari hospital. *Enfermeria Clinica*, 30, 103–105. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.11.032>
- Kusumaningtyas. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Tebak Gambar Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Anak Usia Toddler Akibat Hospitalisasi Di Rumah Sakit the Effect of Image Playing Therapy To Reduce Hospitalization Anxiety in Toddler Age Patients At Hospital. *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 15(2), 2654–3427. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i1.564>
- Pribadi, T., Elsanti, D., & Yulianto, A. (2019). Reduction of Anxiety in Children Facing Hospitalization By Play Therapy: Origami and Puzzle in Lampung-Indonesia. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 1(1), 29–35. <https://doi.org/10.33024/minh.v1i1.850>
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). AnakSakit Wajib Bermain di Rumah Sakit. *Foum Ilmiah Kesehatan(FORIKES)*.