

**PENGARUH TERAPI BERMAIN ORIGAMI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN ANAK SELAMA RAWAT INAP DI RUANG SAKURA RS INDRIATI SOLO BARU: A CASE STUDY**

**Ahmad Fathoni<sup>1</sup>, Irdawati<sup>2</sup>, Yayuk Dwi Oktiva<sup>3</sup>.**

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

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

---

**ABSTRAK**

**Kata Kunci:**

Terapi bermain,  
kecemasan,  
hospitalisasi

*Latar Belakang: Rawat inapi adalah situasi krisis yang dihadapi anak ketika anak dirawat di rumah sakit untuk menyembuhkan Kesehatan pada anak dengan menjalani bermacam jenis tindakan perawatan seperti pemeriksa kesehatan, pemasangan infus dan pemberian obat, dimana kondisi tersebut membuat anak mengalami stress. Anak rentan mengalami kegelisahan dan kecemasan jika berpisah dengan orang tua dan anak merasa cemas akan setiap tindakan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terhadap dirinya. Perlakuan yang bisa dilakukan, salah satunya dengan terapi bermain. Dalam kondisi sakit atau anak dirawat di rumah sakit, aktivitas bermain ini tetap dilaksanakan namun harus sesuai dengan kondisi anak. Dengan permainan anaka akan terlepas dari ketegangan dan stres yang dialaminya, karena dengan melakukan permainan anak akan dapat mengalihkan rasa sakitnya pada permainan (distraksi) dan relaksasi melalui hobi mereka melakukan permainan. Tujuan dari pada penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bermain origami dengan penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah saat dirawat di ruang anak Rs Indriati Solo Baru. Terdapat beberapa kasus anak yang menjalani hospitalisasi di bangsal Sakura RS Indriati Solo Baru. Sebagian besar anak yang dirawat mengalami kecemasan tingkat sedang dan berat. Dalam kasus ini terdapat 5 pasien anak yang mendapatkan intervensi terapi bermain origami untuk menurunkan kecemasan. Terapi bermain dilakukan kepada masing-masing anak selama kurang lebih 10-15 menit. Pemberian terapi bermain origami pada anak usia pra sekolah efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan selama proses hospitalisasi*

---

**1. PENDAHULUAN**

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis yang dihadapi oleh anak ketika anak dirawat dirumah sakit. Kejadian ini terjadi karenai anak yang

harus beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit yang merupakan lingkungan yang baru baginya. Jika anaki tidakidapatberadaptasii dengan baik maka hal tersebut dapat

menimbulkan ketakutan dan rasa cemas bagi anak dan dapat mempengaruhi perubahan psikologis pada anak (Saputro 2017). Berdasarkan data World Health Organization bahwa 3-10% anak dirawat di Amerika Serikat Baik anak usia toddler, prasekolah ataupun anak usia sekolah, sedangkan di Jerman sekitar 3-7% dari anak toddler dan 5-10% anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi (WHO 2012). Di Indonesia sendiri jumlah anak yang dirawat mencapai 15,86 %. Angka kesakitan anak dipertanian lebih tinggi 16,66 % dibandingkan dengan di pedesaan sebesar 15,01 % (SUSENAS 2015). Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Nasional (Susenas) tahun 2014 jumlah anak usia prasekolah di Indonesia sebesar 20,72% dari jumlah total penduduk Indonesia dan 45% diantaranya mengalami kecemasan (SUSENAS 2015).

Respon utama yang paling umum terjadi pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi adalah kecemasan yang akhirnya akan menimbulkan suatu perilaku maladaptif. Hal tersebut dikarenakan anak merasa takut kalau bagian tubuhnya akan cedera atau berubah

akibat tindakan yang dilakukan kepada anak tersebut. Pada masa prasekolah perilaku maladaptif yang timbul pada anak yang menjalani hospitalisasi adalah menolak makan dan minum, sulit tidur, menangis terus menerus, tidak kooperatif terhadap petugas Kesehatan (Teixeira-Lemos 2011).

Hal tersebut mengakibatkan kondisi anak akan semakin buruk dan proses penyembuhan anak akan semakin lama. Peran tenaga kesehatan dalam meminimalkan kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi sangat diperlukan agar anak dapat berperilaku kooperatif dan mudah beradaptasi dalam masa pemulihan anak.

Intervensi yang dapat diberikan untuk mengurangi atau menghilangkan masalah kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi berupa terapi bermain. Dalam kondisi sakit atau anak dirawat di rumah sakit, aktivitas bermain ini tetap dilaksanakan namun harus sesuai dengan kondisi anak.

Dengan permainan anak akan terlepas dari ketegangan dan stres yang dialaminya, karena dengan melakukan permainan anak akan dapat mengalihkan rasa sakitnya pada permainannya (distraksi) dan

relaksasi melalui kesenangannya melakukan permainan.

Alasan dipilih permainan terapi bermain origami karena dinilai lebih efektif dalam mengurangi kecemasan dan sesuai dengan usia 3 – 6 tahun. Selain itu, bermain melipat kertas dapat meningkatkan daya ingat, perasaan, emosi serta dapat membantu perawat dalam melaksanakan perawatan (H. 2013).

## 2. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *case study* dengan

An. L berusia 4 tahun 4 bulan. Pasien dirawat pada tanggal 18 Oktober 2022 dibangsal Sakura dengan keluhan demam batuk dan pilek. Ibu pasien mengatakan demam naik turun dan pasien rewel dan menangis ingin pulang karena takut disuntik dan merasa bosan berada di rumah sakit. Sebelum dilakukan tindakan skala kecemasan pasien adalah 6, kemudian setelah dilakukan tindakan terapi bermain origami skala kecemasan pasien menjadi 2. Kecemasan berkurang setelah terapi. Pada saat dilakukan terapi anak sangat antusias dan kooperatif sehingga terapi dapat diterima dengan baik.

pre and post interventi. Sampel dalam *case study* ini ada 5 pasien anak usia 3-6 tahun yang dirawat dirumah sakit dengan kecemasan. Instrumen yang digunakan yaitu kertas origami dan *Anxiety faces scale* untuk mengetahui perubahan tingkat kecemasan pasien. Pasien akan diberikan terapi bermain origami selama 10-15 menit dan dilakukan pengukuran kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

An. S Berusia 5 tahun pasien dirawat pada tanggal 23 Oktober di bangsal Sakura Dengan keluhan Diare, bronkopneumonia. Keluarga pasien mengatakan diare sebanyak 5 kali sejak sehari terakhir. Pasien menolak saat diberikan obat oral dan injeksi dikarenakan trauma pada saat dipasang infus set. Sebelum dilakukan tindakan skala kecemasan pasien adalah 7, kemudian setelah dilakukan tindakan terapi bermain origami skala kecemasan pasien menjadi 2. Pada saat terapi pasien sedikit malu dan akhirnya bisa menerima perawat sebagai teman bermain origami sehingga terapi bermain yang diberikan bisa efektif.

An. F berusia 5 tahun 2 bulan dirawat pada tanggal 20 Oktober 2022 di bangsal sakura dengan keluhan demam sejak 2 hari yang lalu disertai dengan batuk dan pilek. Pasien didiagnosis bronkitis oleh dokter. Ibu pasien mengatakan pasien menolak dirawat oleh perawat karena takut. Selama dirawat di rumah sakit pasien selalu ingin didampingi ibunya. Sebelum dilakukan tindakan skala kecemasan pasien adalah 6, kemudian setelah dilakukan tindakan skala kecemasan pasien menjadi 3. Pada saat terapi dilakukan pasien sedikit takut saat didekati perawat dan meminta ibu untuk menemani bermain tetapi setelah diberikan mainan origami pasien sudah tenang.

An. A berusia 6 tahun dirawat pada tanggal 24 Oktober 2022 di bangsal Sakura dengan keluhan demam dan diare sejak 2 hari yang lalu. Pasien didiagnosis bronkopneumonia oleh dokter. Pada saat dilakukan pengkajian pasien menolak diajak komunikasi oleh perawat dan ingin cepat pulang. Setelah dilakukan pendekatan komunikasi dan terapi bermain pasien mulai mau berkomunikasi dan aktif di ruangan. Sebelum dilakukan tindakan skala kecemasan pasien adalah 5,

kemudian setelah dilakukan tindakan skala kecemasan pasien menjadi 3.

An. N berusia 4 tahun 9 bulan dirawat pada tanggal 26 Oktober 2022 di bangsal sakura dengan keluhan demam yang naik turun dan batuk pilek, pasien didiagnosis bronkitis. Keluarga pasien mengatakan pasien menangis terus menerus sejak dibawa di rumah sakit. Pada saat dilakukan terapi bermain pasien menangis dan rewel, tetapi setelah diberi mainan origami pasien mulai tenang tetapi masih ingin ditemani ibunya. Skala kecemasan sebelum dilakukan tindakan adalah 7, kemudian setelah diberikan tindakan menjadi 5. Terapi yang diberikan tidak berjalan lancar karena pasien yang menolak diajak bermain dan pasien merupakan anak yang penakut sehingga sulit untuk diajak komunikasi.

#### **4. PEMBAHASAN**

Perawatan anak di rumah sakit merupakan krisis utama yang tampak pada anak, karena anak yang dirawat di rumah sakit mengalami perubahan status kesehatan dan juga lingkungannya seperti ruangan perawatan yang asing, petugas kesehatan yang memakai seragam

putih, dan alat-alat Kesehatan (Nursalam 2005). Reaksi anak usia sekolah ketika mengalami perawatan di rumah sakit adalah dengan menunjukkan reaksi perilaku seperti protes, putus asa, dan regresi. Hospitalisasi pada anak adalah suatu pengalaman yang dapat menimbulkan reaksi tertentu yang berdampak pada kerjasama anak dalam perawatan anak selama di Rumah Sakit. Reaksi tersebut dalam bentuk kecemasan dari fase ringan sampai berat yang tentunya akan mempengaruhi proses penyembuhan anak selama di Rumah Sakit. Kecemasan anak akibat perawatan di Rumah Sakit dapat mengganggu proses penyembuhan, hal ini dikarenakan anak merasa tertekan dan menolak setiap tindakan yang akan diberikan serta takut terhadap perubahan yang dialaminya. Terapi bermain menggambar dapat menjadi alternatif dalam menurunkan kecemasan yang dirasakan pada anak (Supartini 2014).

Terapi bermain origami yang diberikan pada anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit akan memberikan perasaan senang dan nyaman (Purwandari H 2009). Anak yang merasa nyaman saat menjalani rawat inap akan membuat anak dapat

beradaptasi terhadap stressor kecemasan selama hospitalisasi seperti perpisahan dengan lingkungan rumah, permainan dan teman sepermainan (Adriana 2017).

Jika stressor kecemasan berupa perpisahan dapat diatasi maka tingkat kecemasan pada anak dapat menurun. Perasaan nyaman juga akan merangsang tubuh untuk mengeluarkan hormon endorphin. Peningkatan Endorphin dapat mempengaruhi suasana hati dan dapat menurunkan kecemasan pasien. Hormon endorphin merupakan hormon yang diproduksi oleh bagian hipotalamus di otak.

Hormon ini menyebabkan otot menjadi rileks, sistem imun meningkat dan kadar oksigen dalam darah naik sehingga dapat membuat pasien cenderung mengantuk dan dapat beristirahat dengan tenang. Hormon Ini juga memperkuat sistem kekebalan tubuh untuk melawan infeksi dan dikenali sebagai morfin tubuh yang menimbulkan efek sensasi yang sehat dan nyaman.

Selain mengeluarkan hormon endorphin tubuh juga mengeluarkan GABA dan Enkephalin. Zat-zat ini dapat menimbulkan efek analgesia

sehingga nyeri pada anak prasekolah yang sakit dapat dikurangi atau dihilangkan. Jika stressor kecemasan yang dialami anak prasekolah dapat diatasi maka kecemasan yang dialami anak dapat menurun (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak 2022).

Hasil menunjukkan bahwa kecemasan anak usia 3-6 tahun selama hospitalisasi di ruang Sakura RS Indriati Solo Baru sebelum diberikan terapi bermain origami sebagian besar mengalami cemas berat 5 responden dan yang mengalami cemas sedang 1 responden, disimpulkan bahwa mayoritas anak yang dirawat di ruang Sakura RS Indriati Solo Baru mengalami kecemasan. Hasil penelitian ini sejalan dengan Laswi yang mengemukakan tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi bermain selama hospitalisasi sebagian besar mengalami cemas sedang 11 responden (57,9%) (Harutama 2011).

Tingkat kecemasan dikategori sedang menunjukkan bahwa anak memusatkan perhatian pada hal yang lebih penting dan mengesampingkan hal lain sehingga anak mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu secara terarah

(Laswi Ri 2018). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian dengan judul terapi bermain Clay terhadap kecemasan pada anak menyatakan bahwa sebagian besar anak takut apabila berpisah dengan orang tuanya, dan takut bertemu dan berbicara dengan orang asing termasuk dengan perawat dan dokter selam dirawat di rumah sakit (Dayani n.d.).

Setelah diberikan intervensi pemberian terapi bermain origami selama hospitalisasi di ruang Sakura RS Indriati Solo Baru, Sebagian besar mengalami cemas ringan sebanyak 5 pasien dan cemas sedang 1 pasien. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada pasien dengan cemas berat bahkan panik setelah dilakukan pemberian terapi bermain. Hal ini sejalan dengan Laswi Ri yaitu setelah dilakukan terapi bermain lego sebagian besar anak prasekolah dalam kategori cemas ringan sejumlah 16 anak (84,2 %) (Laser 2018). Tingkat kecemasan anak usia 3 – 6 tahun mengalami cemas ringan karena telah dilakukan intervensi berupa bermain origami. Melipat kertas agar dapat membuat bentuk hewan, akan memberikan proses pembelajaran dan menurunkan

kecemasan pada anak usia prasekolah (Saputro 2017).

Hasil tersebut juga didukung oleh teori Adriana, yang mengatakan fungsi bermain di rumah sakit antara lain memfasilitasi anak untuk beradaptasi dengan lingkungan yang asing, membantu mengurangi stress akibat perpisahan, memberi peralihan(distraksi) dan relaksasi, membantu anak untuk merasa lebih aman dan nyaman dalam lingkungan yang asing (Adriana 2017). Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena adanya suatu komunikasi yang baik dan juga interaksi bermain yang dilakukan antara pasien, orang tua dan anak yang dapat mengalihkan suasana hati anak dan juga memenuhi kebutuhan bermain anak serta memberi informasi kepada anak tentang peran petugas kesehatan dan manfaat dari tindakan yang dilakukan oleh petugas kesehatan tersebut.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan adanya perubahan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi. Pada kelima pasien yang diberikan terapi bermain origami terbukti dapat menurunkan tingkat

kecemasan yang dialami selama hospitalisasi.

## REFERENSSI

- Adriana, D. 2017. "Tumbuh Kembang Dan Terapi Bermain Pada Anak." *Salemba Medika*.
- Dayani, N. E. *Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak*. ed. 3(2).
- H., P. 2013. *Pengaruh Terapi Seni Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Dan RSUD Banyumas*.
- Harutama, S. 2011. "The Miracle of Endorphin." *Qanita*.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan dan Perlindungan Anak. 2022. *Profil Anak Indonesia*. Jakarta.
- Laswiri, E. 2018. "Pengaruh Bermain Teraupetik: Lego Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Di DIY." *Skripsi red*.
- Nursalam. 2005. *Manajemen Keperawatan: Penerapan Dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika.

- Purwandari H. 2009. “Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun).” *Ui*.
- Saputro, H. & F. I. 2017. “Anak Sakit Wajib Bermain Di Rumah Sakit.” *Forum Ilmiah Kesehatan (Forikes)*.
- Supartini. 2014. *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta: EGC.
- SUSENAS, B. P. S. 2015. “Konsumsi PerKpita Dalam Rumah Tangga Setahun Menurut Hasil Susenas.” *Kementrian Pertanian*.
- Teixeira-Lemos, N. S. T. F. R. F. 2011. “Regular Physical Exercise Training Assists in Preventing Type 2 Diabetes Development: Focus on Its Antioxidant and Anti-Inflammatory Properties.” *Cardiovasc diabetol*. 10.1: 1–15.
- WHO. 2012. *World Health Statistic*. Amerika.