

## PENERAPAN TERAPI BERMAIN LEGO DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN ANAK USIA PRASEKOLAH SAAT HOSPITALISASI DI RSUD DR. MOEWARDI

Fajar Nur Halimah<sup>1</sup>, Maryatun<sup>2</sup>, Suciana Ratrinaningsih<sup>3</sup>

<sup>1,2)</sup> Universitas 'Aisyiyah Surakarta, <sup>3)</sup> RSUD Dr. Moewardi, Indonesia  
e-mail: fajar.students@aiska-university.ac.id

### Abstrak

Anak usia prasekolah merupakan anak yang berusia 3 – 6 tahun, memiliki kelemahan imunitas yang rendah dari orang dewasa, sehingga rentan terhadap masalah kesehatan seperti terkena infeksi, jatuh, dan cedera sehingga perlu perawatan dirumah sakit. Anak yang mengalami hospitalisasi akan mengalami perasaan tidak nyaman yaitu berupa kecemasan. Berdasarkan kondisi tersebut perlu penatalaksanaan kecemasan pada anak usia prasekolah yang memperhatikan tumbuh kembangnya yaitu dengan terapi bermain. Terapi bermain lego merupakan permainan edukatif karena berperan dalam kecerdasan, kreatifitas dan motorik halus anak. Mengetahui hasil implementasi efektifitas terapi bermain lego untuk menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Penerapan bersifat deskriptif, desain penelitian studi kasus *Pretest Posttest One Group Design*, sampel 2 responden, instrument penelitian kuesioner *Zung-Selft Rating Anxiety Scale*, penerapan menggunakan terapi bermain lego. Setelah dilakukan terapi bermain lego selama 2 kali dalam 2 hari anak mengalami perubahan tingkat kecemasan An. A dari skor 10 menjadi 1 dan An. R mengalami penurunan dari skor 8 menjadi 1. Terapi bermain lego dapat menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

**Kata Kunci: Terapi Bermain Lego; Hospitalisasi; Kecemasan; Anak**

### Abstract

*Preschool-aged children are children aged 3-6 years old, who have a lower immune system than adults, making them vulnerable to health problems such as infections, falls, and injuries, requiring hospital care. Children who undergo hospitalization will experience discomfort in the form of anxiety. Based on this condition, anxiety management is necessary for preschool-aged children, taking into account their development, through play therapy. Lego play therapy is an educational game that plays a role in a child's intelligence, creativity, and fine motor skills. To determine the results of implementing the effectiveness of lego play therapy in reducing anxiety levels in preschool-aged children during hospitalization at Dr. Moewardi Hospital Surakarta. Descriptive application, case study research design Pretest Posttest One Group Design, sample of 2 respondents, Zung-Selft Rating Anxiety Scale questionnaire research instrument, application using Lego play therapy. After carrying out Lego play therapy 2 times in 2 days The child experienced a change in An. A score anxiety 8 become 1, and and An.F score anxiety 20 become 1. Lego play therapy can reduce the anxiety level of preschool-aged children during hospitalization at RSUD Dr. Moewardi Surakarta.*

**Keyword: Lego Play Therapy; Hospitalization; Anxiety; Children**

### PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah merupakan anak yang berusia antara 3 sampai 6 tahun, pada usia prasekolah anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik yang sangat pesat, sehingga sering disebut Golden age (usia emas) yaitu masa yang sangat berharga dibanding usia-usia berikutnya (Mansur & Andalas, 2020). Anak usia prasekolah memiliki permasalahan kesehatan, yaitu berupa kelemahan imunitas yang rendah dari orang dewasa, sehingga akan menyebabkan anak rentan terhadap suatu permasalahan kesehatan seperti terkena infeksi, jatuh dan cedera sehingga

anak harus menjalani perawatan di rumah sakit. Pada saat menjalani proses perawatan di rumah sakit tentunya akan memberikan pengalaman baik secara fisik maupun psikologis bagi anak. Anak yang mengalami hospitalisasi atau perawatan di rumah sakit akan mengalami berbagai perasaan tidak nyaman salah satunya yaitu kecemasan (Septiana et al., 2023).

Berdasarkan data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF, 2020) menyatakan bahwa dari 3 negara terbesar di dunia jumlah anak usia prasekolah 148.000.000, sebanyak 57.000.000 melakukan perawatan di rumah sakit setiap tahun. 75% proses perawatannya disertai dengan trauma, trauma yang dialami berupa ketakutan maupun kecemasan. Pada tahun 2018 bahwa 3-10 % pasien anak yang dirawat di Amerika Serikat mengalami stress selama hospitalisasi. Sekitar 3-7 % dari usia sekolah yang di rawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa. 5-10 % anak yang di hospitalisasi di Kanada dan Selandia Baru juga mengalami tanda stress selama hospitalisasi (Hendrita & Bayuningsih, 2023).

Berdasarkan Profil Kesehatan Ibu dan Anak tahun 2020 menyatakan bahwa 32 dari 100 anak di Indonesia mengalami keluhan kesehatan dan 1 dari 5 anak usia dini mengalami sakit pada bulan Desember. Anak usia prasekolah memiliki persentase keluhan kesehatan pada tahun 2020 sebanyak 3,94% dan 7,36% melakukan rawat inap (Badan Pusat Statistik, 2022). Prevalensi di Indonesia jumlah anak pra sekolah mencapai 9.603.173 anak. Berdasarkan data survei kesehatan nasional (SUSENAS) pada tahun 2010, menyatakan jumlah anak usia pra sekolah sebesar 72% dari jumlah penduduk Indonesia. Diperkirakan 35 dan 100 anak mengalami hospitalisasi dan 45% diantaranya mengalami kecemasan (Kemenkes, 2019). Tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit di wilayah Jawa Tengah mencapai 5,39% dalam satu tahun terakhir. (Profil kesehatan ibu dan anak 2020). Prevelensi anak yang mengalami kecemasan hospitalisasi di Provinsi Jawa Tengah sebesar 4,1% (Dinkes Prov. Jateng, 2021).

Hospitalisasi merupakan salah satu penyebab dari kecemasan. Pada saat hospitalisasi anak akan mengalami perubahan lingkungan, yang tadinya hanya tinggal di rumah dan hanya bertemu dengan lingkungan sekitar rumah, akan tetapi saat hospitalisasi anak harus tinggal di rumah sakit untuk memperoleh terapi dan perawatan. Hal tersebut menyebabkan anak mengalami kecemasan dengan menunjukkan perasaan takut, mudah marah, tersinggung, tidak dapat beristirahat dan tidak mudah tenang, akibatnya anak menolak bekerja sama dengan perawat saat akan diberikan tindakan pengobatan. Saat bertemu dengan perawat anak sudah menangis terlebih dahulu. Akibat paling parah akan menimbulkan trauma pada anak setelah keluar dari rumah sakit (Sudirman et al., 2023).

Berdasarkan permasalahan kecemasan yang dialami anak pada saat hospitalisasi, perawat perlu memberikan intervensi yang harus memperhatikan kebutuhan anak sesuai dengan tumbuh kembangnya. Untuk itu perlu tindakan yang tepat agar anak menjadi lebih nyaman dan kooperatif dengan tenaga medis sehingga proses perawatan tidak terhambat. Salah satu yang dapat dilakukan oleh perawat yaitu dengan terapi bermain. Terapi bermain dapat membantu anak menguasai kecemasan dan konflik yang dihadapi (Hidayati, et al., 2021).

Terapi bermain pada anak usia prasekolah terdiri dari berbagai macam jenis, salah satunya adalah terapi bermain lego, sebagai salah satu permainan edukatif karena berperan dalam kecerdasan dan motorik halus anak usia prasekolah melalui permainan konstruktif. Lego adalah permainan konstruksi, dengan sistem konstruksinya yang menggunakan balok-balok plastik yang dapat saling bersambung.

Balok-balok ini digunakan untuk membuat berbagai bentuk dan struktur, memberikan kebebasan kreatif untuk membuat model-model yang beragam (Hani et al., 2022). Bermain lego dapat membantu perawat dalam melaksanakan prosedur infus dan pemberian obat, sehingga memberikan kemudahan perawat dalam mendistraksi agar anak kooperatif pada saat pelaksanaan prosedur terapi (Ariani et al., 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Januari 2024 didapatkan data yang diperoleh dari hasil wawancara pada perawat di Bangsal Flamboyan 9 total jumlah pasien yang dirawat pada bulan Januari sebanyak 1.612 pasien anak. Pada hari tersebut total pasien anak sebanyak 52 pasien. Dengan pasien bedah 10 anak, pasien kesehatan anak sebanyak 38 pasien, dan 1 pasien dengan keluahan mata. Anak yang mengalami kecemasan saat hospitalisasi sebanyak 60% dan belum pernah diberikan penerapan terapi bermain lego pada bangsal Flamboyan. Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan dan hasil yang didapatkan maka penulis tertarik untuk melakukan penerapan tindakan keperawatan tentang “Penerapan Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi di RSUD Dr. Moewardi”.

**METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penerapan ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian studi kasus meliputi pengkajian keperawatan, diagnose keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Desain ini digunakan untuk menerapkan tindakan intervensi terapi bermain lego pada anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan saat hospitalisasi dengan memantau pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain lego terhadap kecemasan akibat hospitalisasi. Penerapan ini dilakukan di di bangsal Flamboyan 9 RSUD Dr. Moewardi. Dilaksanakan pada tanggal 14 – 16 Januari 2024. Pada penerapan ini menggunakan 2 responden anak yang mengalami kecemasan setelah diukur menggunakan kuesioner *Zung-Selft Rating Anxiety Scale* (SAS). Kemudian terapi yang diberikan adalah terapi bermain lego yang diberikan pada anak dengan kecemasan hospitalisasi. Dimana terapi tersebut dilakukan 2 kali sehari dalam 2 hari selama 15-20 menit.

**HASIL PENELITIAN**

**Tabel 1 Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi Sebelum Dilakukan Terapi Berman Lego**

Subjek	Sebelum
An. R	Skor 8 (kecemasan sedang)
An. A	Skor 10 (kecemasan berat)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan data sebelum dilakukan penerapan terapi bermain dengan lego didapatkan anak mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Diperoleh hasil An. R mengalami kecemasan sedang, An.A mengalami kecemasan berat.

**Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi Sesudah Dilakukan Terapi Berman Lego**

Subjek	Sesudah
An. R	Skor 3 (kecemasan ringan)
An. A	Skor 3 (kecemasan ringan)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan data sesudah dilakukan penerapan terapi bermain dengan lego didapatkan anak mengalami penurunan kecemasan akibat hospitalisasi. Diperoleh hasil An. R dan An.A mengalami kecemasan ringan.

**Tabel 3 perkembangan tingkat kecemasan pada anak prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami hospitalisasi sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain lego**

Subjek	Sebelum	Sesudah	Skor penurunan
An. R	Skor 8 (kecemasan sedang)	Skor 3 (kecemasan ringan)	6
An. A	Skor 10 (kecemasan berat)	Skor 3 (kecemasan ringan)	7

Berdasarkan tabel 3 hasil penerapan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain lego yang dikur menggunakan *Zung-Selft Rating Anxiety Scale* (SAS) pada tabel diatas menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Penurunan kecemasan pada kedua subjek menjadi kecemasan ringan.

## DISKUSI

### **Tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain lego**

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus pada awal sebelum melaukan intervensi keperawatan pada kedua kasus ditemukan hasil nilai skor kecemasan yang diukur dengan kuesioner *Zung-Selft Rating Anxiety Scale* (ZSAS) pada kedua kasus didapatkan An. R skor kecemasannya 8 dengan interpretasi kecemasan sedang, sedangkan An. A skor kecemasannya 10 dengan interpretasi kecemasan berat. Menurut Azam, (2020). Ada beberapa tanda gejala kecemasan sepertihalnya gelisah, peningkatan ketegangan otot, perilaku mencari perhatian, dan mudah marah. Beberapa penyebab tanda gejala kecemasan tersebut dapat muncul, yaitu mulai dari cemas terhadap petugas kesehatan dan tindakan medis yang dilakukan, cemas yang diakibatkan karena berada pada tempat dan lingkungan yang asing, cemas dapat muncul dikarenakan berpisah dengan teman atau saudara, serta cemas yang diakibatkan oleh penyakit yang diderita. Oleh karena itu, peneliti melakukan terapi bermain lego untuk menurunkan kecemasan pada anak, agar program intervensi bisa berjalan.

### **Tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sesudah diberikan terapi berman lego**

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus setelah dilakukan terapi bermain lego yang dilakukan selama 2 kali dalam 2 hari, kemudian waktu terapi bermain lego 15-20 menit dalam sehari, dengan melalui kegiatan terapi bermain lego pada kedua kasus ditemukan hasil nilai skor kecemasan yang diukur dengan kuesioner *Zung-Selft Rating Anxiety Scale* (ZSAS) pada kedua kasus didapatkan An. R dan An. A nilai skor kecemasannya 3 dengan interpretasi kecemasan ringan. Dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan terapi berman lego anak mengalami penurunan tingkat kecemasan dari yang sebelumnya kecemasan berat dan sedang menjadi ringan. Kecemasan merupakan kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat dilakukan dengan teknik distraksi (Mursid *et al.*, 2022). Salah satu teknik distraksi tersebut adalah dengan terapi bermain. Bermain dapat dilakukan oleh anak sehat maupun sakit walaupun anak dalam keadaan sakit, kebutuhan bermainnya tetap ada. Melalui kegiatan bermain anak dapat mengalihkan rasa sakitnya pada permainan dan

relaksasi melalui kesenangannya dalam bermain (Septiana *et al.*, 2023). Tingkat kooperatif anak sangat berpengaruh terhadap proses perawatan selama dirumah sakit terutama terhadap proses penyembuhan. Perilaku kooperatif anak usia pra sekolah dapat ditingkatkan melalui terapi bermain, pemberian terapi bermain dapat merubah perilaku anak dalam menerima perawatan (Padila *et al.*, 2020).

### **Perkembangan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain lego untuk mengurangi tingkat kecemasan**

Perkembangan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain lego sangat berbeda, perkembangan kecemasan anak sebelum dilakukan terapi bermain lego mereka cenderung takut dan menangis saat didatangi perawat atau dokter. Tingkat kecemasan pada kedua subjek tersebut mengalami penurunan dari yang skor kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain lego yaitu An. A mengalami kecemasan berat dan An. R mengalami kecemasan sedang. Setelah dilakukan terapi bermain tingkat kecemasan kedua anak mengalami penurunan tingkat kecemasan. Diukur menggunakan kuesioner *Zung-Selft Rating Anxiety Scale* (SAS) didapatkan skor kecemasan 3 dengan interpretasi kecemasan ringan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ariani *et al.*, (2022) yang menyatakan terdapat pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah saat hospitalisasi diruang rawat anak RSUD Pambalah Batung Amuntai yakni berupa penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi. Terapi bermain lego membuat anak tertarik untuk memainkannya dan menimbulkan rasa senang, sehingga mendistraksi anak dari rasa nyeri tegang, takut, atau sedih. Selain bermain lego kecemasan pada anak dapat berkurang karena adanya dukungan dari orang tua, teman, aktivitas saat dirumah sakit, dan petugas yang ada dirumah sakit (Arifudin *et al.*, 2021). Hal ini didukung dengan hasil penelitian oleh Mujiyanti *et al.*, (2020) dengan hasil rata-rata tingkat kecemasan sebelum terapi bermain adalah 111.86, nilai minimum 102 dan nilai maksimum adalah 117. Rata-rata tingkat kecemasan setelah terapi bermain adalah 63.50, nilai minimum 61 dan maksimum 67. Ada pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) akibat hospitalisasi.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil observasi terapi bermain lego yang diberikan selama 2 hari dalam sehari dilakukan 2 kali terapi bermain pagi dan sore. Dengan waktu pelaksanaan terapi bermain 15 - 20 menit pada anak usia prasekolah (3 - 6 tahun) yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Kedua kasus tersebut mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diukur dengan kuesioner *Zung-Selft Rating Anxiety Scale* (SAS), didapatkan hasil dari kategori kecemasan berat, dan kecemasan sedang sebelum dilakukan terapi bermain lego menjadi kecemasan ringan setelah dilakukan terapi bermain lego.

### **SARAN**

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai literature salah satu sumber informasi bagi pelaksana penelitian bidang keperawatan dalam mengaplikasikan terapi bermain lego dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pengaruh terapi bermain lego dalam menurunkan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah.



**UCAPAN TERIMA KASIH**

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan sabar sehingga penulisan karya ilmiah akhir ners ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Suciana Ratrinaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing klinik yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan arahan sehingga penulisan karya ilmiah akhir ners ini dapat terselesaikan dengan baik.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ariani, M., Hamidah, S., & Mahmudah, R. (2022). Terapi Bermain Lego dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Rawat Anak RSUD Pambalah Batung Amuntai. *Dinamika Kesehatan : Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 12(2), 515–528. <https://doi.org/10.33859/dksm.v12i2.735>
- Arifudin, O., Setiawati, E., Chasanah, D. N., Jalal, N. M., Ma'arif, M., Suwenti, R., Yenni, Y., Puspitasari, D., Aprina, A., & Rahmawati, H. K. (2021). *Media Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Azam, M. N. (2020). Kecemasan Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Varidika*, 32(1), 37–44.
- Dinkes Prov. Jateng. (2021). Jawa Tengah Tahun 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021*, i–123.
- Hani, U., Haniyah, S., & Cahyaningrum, E. D. (2022). Pengaruh terapi bermain (lego) terhadap tingkat kecemasan anak usia 3-6 tahun selama hospitalisasi diruang Firdaus rsi Banjarnegara. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 4(1), 25–30.
- Hendrita, N., & Bayuningsih, R. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Bermain: Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di Rs Rawalumbu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 6(2), 66–73.
- Kemenkes, R. I. (2019). profil kesehatan Indonesia 2019. In *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Mansur, A. R., & Andalas, U. (2020). Tumbuh kembang anak usia prasekolah. In *Andalas University Pres* (Vol. 1, Issue 1).
- Mujiyanti, S., Ris Rismawati, R., Studi Profesi Ners STIKes Faletahan, P., Raya Cilegon, J. K., Kramatwatu-Serang, P., & Studi Ilmu Keperawatan STIKes Faletahan Jl Raya Cilegon, P. K. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 3(1), 2580–3077.
- Mursid, W., Aryani, A., & Herawati, V. D. (2022). *Pengaruh Elastic Bandage Bermotif Kartun Terhadap Kecemasan Saat Perawatan Luka Post Operasi Fraktur pada Anak pra Sekolah*. Universitas Sahid Surakarta.
- Nur Oktavia Hidayati, Ajeng Andini Sutisnu, & Ikeu Nurhidayah. (2021). 394-Article Text-2066-1-10-20210618. *Efektivitas Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi*, 9(1), 61–67.
- Padila, P., Yanti, L., Pratiwi, B. A., Angraini, W., & Admaja, R. D. (2020). Touch, Talk dan Skill Play terhadap Penurunan Kecemasan Anak Pre-School. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(2), 64–72.
- Septiana, D. Y., Irma, M. S., & Siti, K. (2023). Penerapan Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Rsud Kota Salatiga. *Ilmiah Penelitian*, 1(2), 11–18.
- Statistik, B. P. (2022). *Profil Kesehatan Ibu Dan Anak 2022*.