

PENGARUH TERAPI *TOUCH AND TALK* TERHADAP KECEMASAN ANAK DI RUANG FLAMBOYANT RSUD KOTA TANJUNGPINANG

Komala Sari^{1*}, Wasis Pujiati², Tri Arianingsih³, Astrid Julantika⁴

Stikes Hang Tuah Tanjungpinang^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : astridtika.1699@gmail.com

ABSTRAK

Anak di Indonesia yang akan menjadi sasaran dalam program pembangunan kesehatan berjumlah 9.259.388 anak dengan masing-masing laki –laki dan perempuan berjumlah 4.767.072 anak dan 4.492.316 anak. Jumlah tersebut merupakan jumlah yang tidak sedikit untuk mengupayakan anak-anak tersebut menjadi anak-anak yang memiliki kualitas baik. Untuk mendapatkan kualitas yang baik dalam membina anak-anak ini perlu dukungan dari berbagai pihak, mulai dari keluarga, masyarakat, termasuk tenaga kesehatan yang menangani masalah kesehatan pada anak. Banyak anak menolak diajak ke rumah sakit, apalagi menjalani rawat inap dalam jangka waktu yang lama. Peralatan medis yang terlihat bersih dirasakan cukup menyheramkan bagi anak-anak. Dampak tersebut dapat terjadi kecemasan pada anak. Kecemasan (*Anxietas*) dapat diartikan sebagai suatu respon perasaan yang tidak berdaya dan tidak terkendali. Salah satu untuk menurunkan kecemasan pada anak adalah dengan terapi *touch and talk*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *touch and talk* terhadap kecemasan anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungpinang. Metode Penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian ini penelitian *eksprimental* Jumlah sampel 23 responden dengan teknik *accidental sampling*. Alat pengumpulan data ialah lembar SOP dan Lembar kuesioner. Analisa data menggunakan uji *paired t test* dengan signitifikan $\leq 0,05$. Hasil Penelitian uji *paired t test* nilai p value 0,000 ($\leq 0,05$), bahwa ada pengaruh terapi *touch and talk* terhadap kecemasan anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungpinang Kesimpulan penelitian ini adalah terapi *touch and talk* berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi.

Kata kunci : anak, kecemasan, terapi *talk and touch*

ABSTRACT

Children in Indonesia who will be targeted in the health development program are 9,259,388 children with 4,767,072 boys and 4,492,316 girls respectively. This number is not a small number to try to make these children become children who have good quality. To get good quality in fostering these children, support is needed from various parties, starting from family, society, including health workers who handle health problems in children. Many children refuse to be taken to the hospital, let alone undergo long-term hospitalization. Medical equipment that looks clean is quite scary for children. The impact can cause anxiety in children. Anxiety can be interpreted as a response to feelings of helplessness and uncontrollability. One way to reduce anxiety in children is with touch and talk therapy. The purpose of this study was to determine the effect of touch and talk therapy on children's anxiety in the Flamboyant Room of Tanjungpinang City Hospital. This research method is quantitative with the design of this research is experimental research. The number of samples is 23 respondents with accidental sampling technique. Data collection tools are SOP sheets and questionnaire sheets. Data analysis using paired t-test with significance ≤ 0.05 . The results of the paired t-test p-value 0.000 (≤ 0.05), that there is an effect of touch and talk therapy on children's anxiety in the Flamboyant Room of Tanjungpinang City Hospital. The conclusion of this study is that touch and talk therapy has an effect on reducing the level of anxiety in children undergoing hospitalization.

Keyword : anxiety, children, touch and talk therapy

PENDAHULUAN

Anak merupakan aset bangsa yang sangat penting untuk masa depan kehidupan kita semua. Nilai yang diberikan pada mereka tercermin dalam kesejahteraan yang mereka terima.

Anak dapat gagal memenuhi harapan setiap orang tua apabila anak mengalami suatu gangguan dimasa kanak-kanak seperti trauma di rumah sakit, sekolah, maupun di rumah (Purwandari, 2019).

Anak di Indonesia yang menjadi sasaran dalam program pembangunan kesehatan berjumlah 9.259.388 anak dengan masing-masing laki-laki dan perempuan berjumlah 4.767.072 anak dan 4.492.316 anak. Jumlah tersebut merupakan jumlah yang tidak sedikit untuk mengupayakan anak-anak tersebut menjadi anak-anak yang memiliki kualitas baik. Untuk mendapatkan kualitas yang baik dalam membina anak-anak ini perlu dukungan dari berbagai pihak, mulai dari keluarga, masyarakat, termasuk tenaga kesehatan yang menangani masalah kesehatan pada anak (Amallia & Oktaria, 2019)

Menurut Yale *School of Medicine* di Amerika Serikat, tahun 2022, lebih dari 4.500 anak dirawat di rumah sakit akibat penyakit yang dialaminya, dan 300 di antara mereka meninggal akibat penyakitnya, sedangkan di China, Beijing mengatakan hampir 10.700 bayi dan anak-anak dirawat di rumah sakit dalam satu tahun terakhir. Di Indonesia, populasi anak-anak mencapai kurang lebih 40% dari jumlah penduduk keseluruhan dan selalu meningkat dari tahun ke tahun dan 25% diantaranya pernah mengalami hospitalisasi (Gede Putra, 2022). Banyak anak menolak diajak ke rumah sakit, apalagi menjalani rawat inap dalam jangka waktu yang lama. Peralatan medis yang terlihat bersih dirasakan cukup menyeramkan bagi anak-anak. Begitu juga dengan bau obat yang menyengat dan penampilan para staf rumah sakit dengan baju putihnya yang terkesan angker. Untuk mengurangi ketakutan anak yang harus mengalami rawat inap di rumah sakit dapat dilakukan beberapa cara salah satunya adalah melakukan permainan dokterdokteran dengan membiarkan anak bereksplorasi dengan alat-alat kedokteran, seperti jarum suntik dan stetoskop. Anak berperan menjadi dokter, sementara anak lain atau orang tua menjadi pasiennya (Liswaryana, 2020).

Hospitalisasi adalah suatu proses yang menyebabkan seorang anak harus dirawat di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai akhirnya sembuh dari sakitnya dan pulang kembali ke rumah. Respon utama yang paling umum terjadi pada anak yang menjalani hospitalisasi adalah kecemasan yang akhirnya akan menimbulkan suatu perilaku maladaptif. Hal tersebut dikarenakan anak merasa takut kalau bagian tubuhnya akan cidera atau berubah akibat tindakan yang dilakukan kepada anak tersebut (Supartini, 2020). Pada umumnya reaksi anak terhadap sakit adalah kecemasan karena perpisahan, kehilangan, perlakuan tubuh dan rasa nyeri. Reaksi anak terhadap hospitalisasi adalah mengalami konflik psikologi, bereaksi terhadap perpisahan dan menolak untuk bekerja sama, merasa kehilangan kendali, takut terhadap nyeri dan cedera tubuh, serta menginterpretasikan perpisahan orang tua sebagai kehilangan kasih sayang. Mereka akan menunjukkan sikap marah dan menolak makan, menangis, berteriak-teriak, bahkan berontak ketika perawat dan dokter menghampiri (Adriana, 2019)

Kecemasan (*Anxietas*) dapat diartikan sebagai suatu respon perasaan yang tidak berdaya dan tidak terkendali. Kecemasan adalah respon terhadap ancaman yang sumbernya tidak diketahui. Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan ini tidak memiliki objek yang spesifik, kondisi dialami secara subjektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal (Gede Putra, 2022) Kondisi cemas yang terjadi pada anak yang menjalani hospitalisasi dan mendapatkan tindakan invasif harus mendapat perhatian khusus dan segera diatasi. Bagi anak yang menjalani hospitalisasi dan mengalami tindakan invasif merupakan suatu keadaan krisis disebabkan karena adanya perubahan status kesehatan, lingkungan, faktor keluarga, kebiasaan atau prosedur yang dapat menimbulkan nyeri dan kehilangan kemandirian pada anak. Kondisi cemas yang terjadi pada anak akan menghambat dan menyulitkan proses pengobatan yang berdampak terhadap penyembuhan pada anak sehingga memperpanjang masa rawatan dan dapat beresiko terkena komplikasi dari infeksi nosokomial dan menimbulkan trauma paska hospitalisasi (Riyan,

2020) Dampak jangka pendek dapat membuat anak menolak proses perawatan dan pengobatan yang di berikan sehingga berpengaruh terhadap lamanya hari rawat, kondisi yang memburuk, dan bahkan menyebabkan kematian pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan penurunan kemampuan kognitif, intelektual, sosial serta fungsi imun. Untuk itu, perlu tindakan yang cepat untuk mengatasi hal tersebut agar anak menjadi lebih nyaman dan kooperatif dengan tenaga medis sehingga proses perawatan tidak terhambat. Dan terapi bermain menjadi salah satu intervensi yang dapat dilakukan (Handayani et al., 2023). (Pratiwi & Irdawati, 2019)

Terapi bermain merupakan sebuah terapi non farmakologis atau disebut juga dengan terapi tanpa menggunakan obat seperti yang dikatakan oleh Santrock dalam Fadlillah (2019), bermain memungkinkan anak melepaskan energi fisik yang berlebihan dan membebaskan perasaan yang terpendam, tujuannya agar anak menjadi senang dan menghibur sehingga anak akan merasa nyaman dalam menjalani proses pembelajaran atau proses pengobatan selama dirawat di rumah sakit. Ada beberapa terapi bermain yang pernah dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada anak yang menjalani proses hospitalisasi yang pernah diteliti sebelumnya seperti terapi bermain dengan mewarnai gambar, menyusun *puzzle*, bermain *clay*, namun kecemasan pada anak dapat diturunkan dengan bermain pasif yaitu permainan yang dilakukan tanpa mengeluarkan energi dan tidak perlu melakukan aktivitas sepertimemberikan support dan sentuhan pada anak (*touch and talk*) (Hale, 2020)

Terapi *touch and talk* ini dilakukan dengan memberikan sentuhan serta motivasi terhadap anak. dimana anak merasa lebih nyaman saat adanya sentuhan. Dalam pemberian terapi *touch and talk* memberikan respon berupa sentuhan dan motivasi dimana sentuhan motivasi itu direspon oleh indra pendengaran dan peraba dikirim melalui sistem saraf tepi yaitu sistem saraf sensori lalu dikirim ke otak dan sum-sum tulang belakang melalui sistem saraf motorik. Dalam otak yang berperan dalam merespon impuls kepercayaan diri adalah sirotonin. kemudian akan dikirim kembali kesistem saraf tepi yaitu berupa respon kepercayaan diri (Althona, 2019). Kecemasan pada anak akan membuat proses penyembuhan anak menjadi terganggu, anak kesulitan untuk kooperatif dengan segala tindakan yang dilakukan selama perawatan di ruang rawat. Wong (2019) mengungkapkan ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada anak ketika menjalani hospitalisasi, salah satunya adalah dengan bahasa (bercerita).

Melalui terapi bercerita diharapkan anak mampu tertawa dan bersosialisasi pada lingkungan barunya. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kundre (2019) dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak dengan terapi bercerita, didapatkan hasil sebelum intervensi rata-rata skor kecemasan 37,71 dan setelah intervensi rata-rata skor kecemasan 31,12, ada penurunan skor kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukannya terapi bercerita. (Kunderi, 2019) Selain dengan *social effective play* dengan teknik *stories* (bercerita) menurut Oktiawati (2018) kecemasan pada anak dapat diturunkan dengan bermain pasif yaitu permainan yang dilakukan tanpa mengeluarkan energi dan tidak perlu melakukan aktivitas sepertimemberikan support dan sentuhan pada anak (*touch and talk*).

Hasil penelitian Althona (2019), menyatakan terapi *touch and talk* lebih efektif digunakan untuk menurunkan kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi. Anak cenderung memberi respon yang lebih baik ketika diberikan terapi *touch and talk* seperti tersenyum dan tertawa. Terapi *touch and talk* memberikan kenyamanan pada anak untuk berkomunikasi dan anak sangat senang jika kita mampu mendengarkan ceritanya. memberi contoh teladan dan membuat anak berimajinasi menjadi pemberani serta percaya diri (Althona, 2019) Berdasarkan data dari rekam medik RSUD Kota Tanjungpinang didapatkan jumlah anak yang dirawat pada tahun 2022 sebanyak 876 anak. Dari data diruang rawat inap Flamboyant didapatkan bulan Januari s.d Agustus sebanyak 317 anak. Pada saat observasi dan wawancara terhadap orang tua anak di RSUD Kota Tanjungpinang peneliti menemukan

banyak anak yang menangis, susah untuk diberi makan, tidak kooperatif saat pemberian obat dan sulit untuk tidur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *touch and talk* terhadap kecemasan anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungpinang.

METODE

Desain penelitian ini adalah quasy experiment design (eksperimen semu) menggunakan rancangan *pre-test and post-test group without control*. Sampel dalam penelitian ini adalah anak 23 responden. Lokasi penelitian di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungpinang. Uji yang digunakan Wilcoxon.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pendidikan Ibu

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia		
	3-5 tahun	15	65,2
	6-8 tahun	8	34,8
2	Jenis kelamin		
	Perempuan	12	52,2
	Laki-laki	11	47,8
3	Pendidikan ibu		
	SD	2	8,7
	SMP	4	17,4
	SMA	13	56,5
	S1/DIII	4	17,4
	Total	23	100

Berdasarkan tabel 1, diperoleh hasil analisis bahwa sebagian besar usia anak 6-8 tahun masing-masing 15 respon (34,8%), jenis kelamin Perempuan sebanyak 12 responden (52,2% dan pendidikan ibu SMA 13 responden (56,5%).

Distribusi Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan *Touch and Talk*

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan *Touch and Talk*

Tingkat kecemasan	f	%
Ringan	4	17,4
Sedang	17	73,9
Berat	2	8,7
Total	23	100

Berdasarkan tabel 2, diperoleh hasil analisis bahwa sebelum diberikan *touch and talk* dengan Tingkat kecemasan sedang 17 responden (73,9%), kecemasan ringan 4 (17,4%) dan kecemasan berat 2 responden (8,7%).

Distribusi Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan *Touch and Talk*

Tabel 3. Distribusi Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan *Touch and Talk*

Tingkat kecemasan	f	%
Ringan	20	87

Sedang	3	13
Total	23	100

Berdasarkan tabel 3, diperoleh hasil analisis bahwa sesudah diberikan *touch and talk* dengan tingkat kecemasan ringan 20 respon (87%) dan Tingkat kecemasan 3 (13%).

Tabel 4. Pengaruh Terapi *Touch and Talk* terhadap Kecemasan Anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungsipinang

	Mean	Selisih	IK95%	P value
Pretest	45	0,045	13,739-5,913	0,000
Posttest	35,17			

Berdasarkan tabel 4, diperoleh hasil analisis data statistik menggunakan uji *paired t test* antara *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *touch and talk* terhadap kecemasan anak dengan nilai $p=0,000$. Dapat disimpulkan adanya pengaruh terapi *touch and talk* terhadap kecemasan anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungsipinang

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1, diperoleh hasil analisis bahwa sebagian besar usia anak 3-5 tahun masing-masing 15 respon (34,8%). Anak sekolah secara aspek social sudah mulai mengenal lingkungan, teman, dan orang-orang terdekatnya. Dalam situasi normal, anak cenderung mampu beradaptasi pada lingkungan dan teman baru yang sesuai dengan usia tumbuh kembangnya. Pada saat anak sakit dan harus dirawat, maka diperlukan pendekatan, perhatian dan penjelasan kepada anak secara khusus. Menurut peneliti, anak usia sekolah membutuhkan lingkungan yang menyenangkan untuk proses tumbuh kembang, apabila dalam kondisi sakit memerlukan komunikasi dan perhatian khusus untuk pendekatan dalam asuhan. Penelitian (Kurniasih, 2019) menyebutkan anak yang dirawat mudah mengalami hospitalisasi. Anak usia ini belum mampu beradaptasi secara baik pada lingkungan yang kurang nyaman. Pengalaman terkait hospitalisasi memberikan pengalaman tersendiri pada anak meskipun secara normal anak usia anakdapat mudah beradaptasi dan berhubungan dengan orang yang tidak dikenal dengan mudah.

Berdasarkan tabel 1, diperoleh hasil analisis bahwa sebagian jenis kelamin perempuan sebanyak 12 responden (52,2%). Data ini menunjukkan bahwa jenis anak laki-laki lebih rentan terhadap penurunan sistem imun yang disebabkan anak lebih aktif dalam bermain. Anak laki-laki lebih memilih permainan dengan ciri yang membutuhkan energi yang lebih tinggi seperti berlari-lari, naik tangga serta mainan yang kotor seperti mainan lumpur, tanah dan air. Keaktifan dalam permainan ini sering menyebabkan anak mengalami penurunan imun dan beresiko mengalami kesakitan. Menurut peneliti jenis kelamin laki-laki pada tahap anak usia anak identik dengan bermain menjadi faktor resiko terhadap kesakitan. Hal ini disebabkan anak laki-laki terlalu aktif untuk bermain dengan jenis permainan yang melelahkan dan tempat yang kotor sehingga resiko tertular infeksi (Yolanda, 2019). Anak laki-laki usia anak dalam merespon hospitalisasi lebih rendah dari pada anak perempuan. Anak laki-laki mempunyai tingkat perkembangan lebih cepat dibandingkan dengan perempuan. Anak perempuan lebih sensitif dalam merespon masalah emosional, sedangkan pada anak laki-laki lebih bersifat eksploratif sehingga menstimulasi dan berusaha mengembangkan pemikiran yang operasional, mencari validasi dan bertanya.

Karakteristik repsonden pendidikan SMA ibu 13 responden (56,5%). Hasil penelitian ini sesuai dengan konsep yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan individu berpengaruh terhadap kemampuan berfikir. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka individu semakin

mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru, sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula pengetahuan seseorang. Berdasarkan penelitian Darmawan (2020), yang menyatakan adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan terdiri dari faktor internal yang terdiri dari pendidikan, pekerjaan dan umur. Selanjutnya faktor yang kedua adalah faktor eksternal yang terdiri dari lingkungan dan social budaya. Pengetahuan baik yang diperoleh secara internal maupun eksternal akan menambah pengetahuan ibu tentang.

Distribusi Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan *Touch and Talk*

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil analisis bahwa sebelum diberikan *touch and talk* dengan tingkat kecemasan sedang 17 respon (73,9%). Kecemasan adalah sebagai respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian ini didukung oleh Hale, (2020) yang menyatakan terapi aktivitas merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain anak-anak akan berkata-kata (berkomunikasi), belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, melakukan apa yang dapat dilakukannya, dan mengenal waktu, jarak serta suara. Respon psikologi kecemasan diantaranya adalah gelisah, gugup, tegang, khawatir, waspada, merasa bersalah atau malu.

Pada saat penelitian ditemukan banyak anak yang dirawat mengalami kecemasan seperti yang ada dilembar pernyataan anak tidak mau berbicara dengan perawat. Karena anak takut terhadap pendekatan perawat. Sesuai menurut penelitian Subardiah, (2020) yang menyatakan pada anak yang menjalani hospitalisasi, seringkali kebutuhan untuk mengekspresikan sikap permusuhan, marah atau perasaan negatif lainnya muncul dengan cara lain seperti irritabilitas dan agresi terhadap orang tua, menarik diri dari petugas kesehatan, tidak mampu berhubungan dengan teman sebaya, menolak sibling atau masalah perilaku sekolah. Kecemasan yang terjadi pada anak saat menjalani hospitalisasi dapat memperlambat proses penyembuhan, menurunkan semangat untuk sembuh dan tidak kooperatif terhadap tindakan yang diberikan oleh petugas kesehatan sehingga akan mempercepat terjadinya komplikasi selama perawatan.

Pada saat penelitian sebelum diberikan *touch and talk*, rata-rata anak yang dirawat takut untuk didekati, rewel ketika perawat melewati ruangnya, kurang berinteraksi sesama kawannya yang dirawat di ruang yang sama. Hal ini dikarenakan kecemasan anak selama perawatan rumah sakit. Penelitian lain oleh Harrel (2019) memperkuat bahwa tindakan-tindakan keperawatan medis yang dilakukan akan lebih mudah diterima jika dilakukan secara terapeutik dan anak telah melalui adaptasi dengan lingkungannya. Permainan yang terapeutik akan dapat meningkatkan kemampuan anak untuk mempunyai tingkah laku yang positif. Selain itu permainan terapeutik sesuai perkembangan anak dapat memperbaiki gangguan emosional dan mengatasi kondisi fisik anak. Ketakutan anak terhadap perlakuan muncul karena anak menganggap tindakan dan prosedurnya mengancam integritas tubuhnya.

Hal ini menimbulkan reaksi agresif dengan marah, berontak, ekspresi verbal dengan mengucapkan kata-kata marah, tidak mau bekerja sama dengan perawat dan ketergantungan pada orang tua. Hal ini juga didukung oleh penelitian Padila et al., (2020) yang menyatakan kecemasan pada anak usia ini tidak dapat dianggap hal yang sepele dan terus dibiarkan, karena pada hal ini akan menyebabkan berdampak buruk pada pemulihan anak yang sedang menjalani perawatan. Salah satu cara untuk menangani kecemasan dapat dilakukan dengan memberikan terapi berupa aktivitas. Terapi aktivitas merupakan terapi yang cukup efektif menekan angka kecemasan pada pasien yang menjalani hospitalisasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Lesmani (2019), yang menyatakan tindakan-tindakan keperawatan medis yang dilakukan akan lebih mudah diterima jika dilakukan secara terapeutik dan anak telah melalui adaptasi dengan lingkungannya. Permainan yang terapeutik akan dapat meningkatkan kemampuan anak untuk mempunyai tingkah laku yang positif.

Selain itu permainan terapeutik sesuai perkembangan anak dapat memperbaiki gangguan emosional dan mengatasi kondisi fisik anak. Ketakutan anak terhadap perlukaan muncul karena anak menganggap tindakan dan prosedurnya mengancam integritas tubuhnya. Hal ini menimbulkan reaksi agresif dengan marah, berontak, ekspresi verbal dengan mengucapkan kata-kata marah, tidak mau bekerja sama dengan perawat dan ketergantungan pada orang tua

Distribusi Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan *Touch and Talk*

Berdasarkan tabel 3, diperoleh hasil analisis bahwa sesudah diberikan *touch and talk* dengan Tingkat kecemasan ringan 20 respon (87%). Bahwa terapi dapat menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi. Hospitalisasi pada anak merupakan suatu proses perawatan anak di rumah sakit dengan alasan yang berencana ataupun darurat untuk menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya. Hospitalisasi sering menimbulkan kecemasan bagi anak-anak. Perawat dapat mengurangi kecemasan anak-anak tersebut dengan terapi salah satunya adalah *touch and talk*.

Menurut peneliti penerapan terapi *touch and talk* menjadi alternative bagi rumah sakit untuk dilakukan, sebab untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak, dan juga dapat mengurangi kecemasan yang ditandai dengan menangis, minta ingin segera pulang. selain itu dengan adanya dilakukan penerapan terapi *touch and talk* ini dapat dilihat anak bisa mengekspresikan wajah yang senang dan juga membantu anak mengekspresikan perasaan perasaan dan pikiran cemas, takut, sedih, tegang, sakit yang akan membuat anak lebih kooperatif terhadap tindakan keperawatan diberikan, maka anak menjadi lebih nyaman sehingga dapat mengurangi lama tinggal di rumah sakit dan dapat mempercepat proses penyembuhan. Hasil ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa penerapan terapi *touch and talk* dapat memberikan kesempatan pada anak usia prasekolah untuk bebas mengekspresikan keinginan dan emosinya, meningkatkan kreativitas, mengembangkan kreasi, untuk meminimalkan dan mengatasi kecemasan pada anak.

Anak yang dirawat di rumah sakit mengalami kecemasan, tetapi setelah diberikan terapi bermain respon kecemasan tersebut menurun dari cemas berat ke cemas sedang dan ringan. Keadaan ini menunjukan bahwa ada pengaruh penurunan kecemasan pada anak setelah diberikan terapi *touch and talk*. Hal ini diperkuat oleh pendapat Kusmana (2020) bahwa terapi dapat mengurangi dampak hospitalisasi pada anak, permainan yang terapeutik didasari oleh pandangan bahwa dengan bercerita dan menyentuh sangat, diperlukan untuk kelangsungan tumbuh kembang anak dan memungkinkan untuk dapat menggali, mengekspresikan perasaan atau pikiran anak, mengalihkan perasaan nyeri, dan relaksasi.

Pengaruh *Touch and Talk* terhadap Kecemasan Anak

Berdasarkan tabel 4, diperoleh hasil analisis data statistik menggunakan uji *paired t test* antara *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *touch and talk* terhadap kecemasan anak dengan nilai $p=0,000$. Dapat disimpulkan adanya pengaruh terapi *touch and talk* terhadap kecemasan anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungpinang. Hasil penelitian ini sejalan oleh Legi et al (2019), yang menyebutkan bahwa terapi bercerita efektif terhadap penurunan kecemasan anak usia yang dilakukan tindakan invasif pemasangan infus. Adanya penurunan tingkat kecemasan pada anak karena ada media sebagai pengalihan perhatian anak ketika akan dilakukan pemasangan infus. Hal tersebut terjadi karena kecemasan yang terjadi disebabkan karena otak menstimulasi saraf otonom sehingga terjadi pelepasan epinefrin oleh kelenjar adrenal akibat adanya stimulus yang menyenangkan maka endorfin akan dilepaskan sehingga dapat menghambat stimulus cemas.

Penelitian Pratiwi dan Deswita (2019) mengatakan bahwa timbulnya kecemasan pada anak selama perawatan di rumah sakit diakibatkan pengalaman yang penuh stress, baik bagi anak maupun orang tua. Lingkungan rumah sakit itu sendiri merupakan penyebab stress dan

kecemasan pada anak. Pada saat anak dirawat di rumah sakit akan muncul tantangan-tantangan yang harus dihadapinya seperti, mengatasi suatu perpisahan dan penyesuaian dengan lingkungan yang asing baginya. Penyesuaian dengan banyak orang yang mengurusinya, dan kerap kali berhubungan dan bergaul dengan anak-anak yang sakit serta pengalaman mengikuti terapi yang menyakitkan

Sejalan dengan penelitian Diana (2019) yang menyebutkan teknik terapi touch and talk merupakan suatu bentuk yang dilakukan untuk mengalihkan perasaan kecemasan menjadi rasa percaya diri pada anak agar cepat kembali beraktivitas seperti biasanya, yang dalam hal ini perawat memberikan sentuhan dan motivasi kepada anak. Terapi ini dilakukan dengan memberikan sentuhan serta motivasi terhadap anak, dimana anak merasa lebih nyaman saat adanya sentuhan. Dalam pemberian terapi touch and talk peneliti memberikan respon berupa sentuhan dan motivasi dimana sentuhan motivasi itu direspon oleh indra pendengaran dan peraba dikirim melalui sistem saraf tepi yaitu sistem saraf sensoris lalu dikirim ke otak dan sum-sum tulang belakang melalui sistem saraf motorik. Dalam otak yang berperan dalam merespon impuls kepercayaan diri adalah serotonin. Kemudian akan dikirim kembali ke sistem saraf tepi yaitu berupa respon kepercayaan diri

Terapi touch and talk dapat dilakukan oleh orang terdekat anak, baik orang tua maupun keluarga lainnya sehingga dapat membuat kegelisahan anak meredam dan memiliki dampak positif pada anak yang mempunyai gangguan perilaku. Hal tersebut didukung oleh penelitian Imam (2019) yang menyatakan perasaan nyaman akibat sentuhan juga akan merangsang tubuh untuk mengeluarkan hormon endorfin. Peningkatan endorfin dapat mempengaruhi suasana hati dan dapat menurunkan kecemasan pasien, hormon ini menyebabkan otot menjadi rileks, dan tenang. Jika stressor kecemasan yang dialami anak prasekolah dapat diatasi maka kecemasan yang dialami anak dapat menurun. Menurut peneliti jika anak lebih nyaman dan merasa aman ketika diberikan sentuhan dengan syarat harus meminta izin terlebih dahulu pada anak itu sendiri. Terapi touch and talk memberikan kenyamanan pada anak untuk berkomunikasi dan anak pada usia ini sangat senang jika kita mampu mendengarkan ceritanya. memberi contoh teladan dan membuat anak berimajinasi menjadi pemberani serta percaya diri

KESIMPULAN

Karakteristik diperoleh hasil analisis bahwa sebagian besar usia anak 3-5 tahun masing-masing 15 respon (34,8%), jenis kelamin perempuan sebanyak 12 responden (52,2%) dan pendidikan SMA ibu 13 responden (56,5%). Distribusi sebelum diberikan *touch and talk* frekuensi tingkat kecemasan sedang 17 responden (73,9%), kecemasan ringan 4 (17,4%) dan kecemasan berat 2 responden (8,7%). Distribusi sesudah diberikan *touch and talk* frekuensi tingkat kecemasan ringan 20 respon (87%) dan Tingkat kecemasan 3 (13%). Dari hasil pemberian intervensi kepada responden sebanyak 23 responden didapatkan hasil rata-rata pre-test dan post-test dengan P value $0.000 < 0.005$ sehingga H_a diterima dan H_o ditolak maka dapat diartikan ada pengaruh terapi *touch and talk* terhadap kecemasan anak di Ruang Flamboyant RSUD Kota Tanjungpinang

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada RSUD Kota Tanjungpinang serta perawat Ruang Flamboyant yang ada dilokasi penelitian. Dengan adanya bantuan dari semua pihak, penelitian ini dapat berlangsung dengan baik semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk anak yang sedang dirawat

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana. (2019). *Tumbuh Kembang Dan Terapi Bermain Pada Anak*. Salemba Medika.
- Althona. (2019). Pengaruh Terapi Bermain dengan Tehnik Bercerita terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah di Bangsal Menur RSUP Dr. Soeradji Titonegoro Klaten
- Agung Priyanto. (2019). *Tumbuh kembang dan terapi bermain pada anak*. Kedua. Editor: E. Raptika. Jakarta
- Amalia. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Cara Pencegahan Ispa Dengan Penyakit Ispa Pada Anak Pra Sekolah Di Wilayah Kerja Puskesmas Beruntung Raya. *Jurnal Kepetawatan*.
- Amallia, A., & Oktaria, D. (2019). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah selama Masa Hospitalisasi The Effect of Therapeutic Play toward Preschool Anxiety During Hospitalization. *Majority*, 7(18), 219–225.
- Asmadi.(2020). *Tumbuh Kembang Dan Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika
- Cahyaningsih, 2019. Perkembangan Motorik Kasar dan Perkembangan Motorik Halus.
- Deswita. (2019). Hubungan Kecemasan Ibu Dengan Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi Anak. *Jurnal Nursing Studies Vol. 1 Nomor. 1 : 51-59*
- Diana. (2019). Hubungan Kecemasan Ibu Dengan Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi Anak. *Jurnal Nursing Studies Vol. 1 Nomor. 1 : 51-59*
- Darmawan (2020). Gambaran Ketakutan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. Artikel Penelitian. *JKA*, 7, 13–17.
- Fadilillah.(2019). *Managemen Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Fazrin. (2017). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Gede Putra. (2022). *Terapi bercerita berpengaruh terhadap kecemasan akibat hospitalisasi pada anak pra sekolah*. 1–8.
- Greenstein, B., & Diana, F. W. (2019). Ed2. *Sistem Endokrin*. Jakarta: Airlangga
- Handayani, S. U., Mahmud, R., Aslindah, A., Hasanuddin, F., & Makassar, U. M. (2023). *Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Pasien Anak dengan Gangguan Kecemasan Pendahuluan*.
- Hermawan. (2019). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Yang Berobat Di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(2), 67–78.
- Harrel. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal Bimtas*, 2.
- Harsismanto J, H. J., Yanti, L., & Alfathona, I. (2019). Efektivitas Terapi Touch And Talk Dan Terapi Bercerita Terhadap Kecemasan Anak Usia 3-6 Tahun Di Ruang Edelweys RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 7(1), 1–9. <https://doi.org/10.36085/jkmu.v7i1.302>
- Haruyama. (2019). Pengaruh Terapi Bermain (Skill Play) Permainan Ular Tangga terhadap Tingkat Kooperatif Selama Menjalankan Perawatan pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) di Ruang Edelweist Rsud Dr. M Yunus Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(1), 111-116