

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Hospitalisasi

1. Pengertian Hospitalisasi

Hospitalisasi adalah suatu proses karena alasan yang direncanakan atau yang mengharuskan seorang anak dirawat atau tetap menerima perawatan yang dapat mengakibatkan beberapa perubahan pada anak. Hospitalisasi dan penyakit seringkali merupakan krisis pertama yang dihadapi anak-anak. Anak sangat rentan terhadap krisis rawat inap dan penyakit yang berhubungan dengan stress akibat perubahan kesehatan dan lingkungan normal dan anak-anak memiliki sejumlah mekanisme koping yang terbatas untuk mengatasi faktor stress. Stres utama dari hospitalisasi adalah pemisahan, kontrol, reaksi anak dipengaruhi oleh usia perkembangan, pengalaman sakit sebelumnya, atau rawat inap. (Oktaiwati *et al.*, 2020).

2. Jenis Penyakit yang Mengharuskan Hospitalisasi pada Anak

Anak-anak yang memiliki risiko tinggi untuk mengalami komplikasi dari berbagai penyakit karena sistem imun mereka yang belum matang. Oleh karena itu, ketika mengalami penyakit dengan tingkat keparahan sedang hingga berat, diperlukan perawatan intensif melalui hospitalisasi. Berikut ini adalah beberapa jenis penyakit yang sering menjadi alasan utama hospitalisasi anak menurut WHO (2013) dan Kementerian Kesehatan RI (2019) :

a. Penyakit Infeksi Berat

Infeksi seperti pneumonia, meningitis, sepsis, atau demam berdarah dengue (DBD) derajat II dan III dapat menyebabkan gangguan sistemik yang memerlukan pemantauan ketat. Perawatan dilakukan dengan terapi antibiotik intravena, cairan infus, dan observasi ketat kondisi vital anak.

b. Gangguan Pernapasan Akut

Kondisi seperti asam berat, bronkiolitis, dan croup yang tidak membaik dengan pengobatan rumahan harus dirawat di rumah sakit. Terapi oksigen, nebulisasi, dan monitoring saturasi oksigen menjadi bagian penting dari intervensi rumah sakit.

c. Dehidrasi Berat

Diare dan muntah yang menyebabkan kehilangan cairan tubuh secara masif perlu ditangani dengan terapi rehidrasi intravena (IV) yang hanya dapat dilakukan di rumah sakit.

d. Kondisi Pasca Operasi dan Bedah

Kondisi seperti usus buntu (appendicitis), fraktur tulang, atau hernia memerlukan intervensi bedah dan pemantauan pascaoperatif yang ketat, sehingga memerlukan hospitalisasi.

e. Penyakit Kronis Eksaserbasi Akut

Anak dengan kondisi seperti diabetes melitus tipe 1, penyakit jantung bawaan atau epilepsi bisa mengalami krisis akut seperti ketoasidosis diabetik atau kejang berulang yang membutuhkan perawatan lanjutan di rumah sakit.

f. Gangguan Psikologis dan Mental Akut

Hospitalisasi juga diperlukan pada anak yang mengalami gangguan psikologis seperti depresi berat, gangguan makan atau percobaan bunuh diri. Intervensi

intensif seperti psikologis dan medikasi dilakukan di bawah pengawasan profesional.

g. Kondisi Neonatal

Khusus bayi baru lahir dengan prematuritis, ikterus berat atau infeksi neonatal memerlukan perawatan intensif di Ruang NICU atau perinatologi untuk mendukung fungsi vital dan tumbuh kembang.

3. Proses Hospitalisasi pada Anak Pra Sekolah

Menurut Hockenberry & Wilson (2015), proses hospitalisasi anak melibatkan beberapa tahap ini dapat menimbulkan dampak khusus :

a. Tahap Pra-Hospitalisasi (Sebelum Masuk Rumah Sakit)

- 1) Anak mulai mengalami kecemasan antisipasif, yaitu rasa takut terhadap hal-hal yang belum terjadi
- 2) Anak bisa membayangkan rumah sakit sebagai tempat yang menakutkan karena pengaruh cerita, televisi atau pengalaman sebelumnya.
- 3) Perpisahan dari orang tua bisa menimbulkan *separation anxiety*.

b. Tahap Adaptasi di Rumah Sakit

- 1) Anak menunjukkan perlawanan (*resistance*)
Seperti menangis, berteriak, menolak makan atau periksa.
- 2) Anak bisa mengalami regresi, seperti kembali ngompol, minta disuapi, atau bicara seperti bayi
- 3) Dalam tahap ini, anak butuh kehadiran orang tua sebagai figur aman.

c. Tahap Akseptasi dan Pemulihan

- 1) Jika ditangani dengan baik(dengan dukungan orang tua dan tenaga medis), anak akan mulai beradaptasi.

- 2) Anak bisa bermain, tersenyum dan mulai membangun rasa percaya kepada perawat.
- 3) Tahap ini merupakan momen penting untuk memberikan terapi bermain agar anak tetap aktif dan tidak bosan.

4. Reaksi Anak Terhadap Hospitalisasi

Anak lebih rentan terhadap efek penyakit dan hospitalisasi karena kondisi ini merupakan perubahan dari status Kesehatan dari rutinitas anak. Anak juga memiliki keterbatasan pemahaman dan mekanisme koping untuk membantu mereka menyelesaikan stressor yang mungkin terjadi selama ini. Selain efek fisiologis masalah Kesehatan, efek fisiologis penyakit dan hospitalisasi pada anak mencakup ansietas serta ketakutan yang berhubungan dengan keseluruhan proses dan kemungkinan cedera tubuh, cedera fisik dan nyeri (Jara *et al.*, 2019).

Bagi banyak anak memasuki rumah sakit adalah seperti memasuki dunia asing. Akibatnya adalah ansietas dan merawat anak yang dihospitalisasi memikirkan hal terbaik untuk anak. Anak sering kali merasa tidak berdaya ketika berada di Rumah Sakit, perasaan dan keinginan mereka tidak dihargai serta mereka hanya memiliki kontrol minimal terhadap peristiwa yang terjadi (Terry & Kyle, 2018).

Anak dipisah dari rumah, keluarga dari berbagai hal yang familiar yang dapat menghasilkan ansietas perpisahan. Terjadi kehilangan kontrol secara umum terhadap kehidupan dan emosi serta perilaku anak. Hasilnya dapat berupa perasaan marah dan bersalah, bertingkah rewel dan jenis mekanisme pertahanan diri yang lain untuk mengatasi efek hospitalisasi (Jara *et al.*, 2019).

5. Dampak Hospitalisasi

Hospitalisasi juga berdampak pada perkembangan anak. Anak yang sakit dan dirawat di Rumah Sakit akan mengalami kecemasan, ketakutan, gelisah dan stress. Dampak jangka pendek dari hospitalisasi apabila tidak segera ditangani maka akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan keperawatan dan pengobatan terhadap tindakan keperawatan serta pengobatan sehingga memperlama hari rawat, memperberat kondisi anak dan dapat menyebabkan kematian. Dampak jangka panjang dari hospitalisasi, anak sakit apabila tidak segera ditangani akan menyebabkan kesulitan, kemampuan membaca yang memburuk, menurunnya kemampuan intelektual, serta mengalami gangguan bahasa, perkembangan kognitif (Saputro & Fazrin, 2017).

6. Manfaat Hospitalisasi

Selain menimbulkan stres pada anak, hospitalisasi juga dapat memberikan manfaat bagi anak, seperti menyembuhkan anak, memberikan kesempatan untuk mengatasi stres yang lebih dalam, dan memberikan pengalaman bersosialisasi dan memperluas hubungan interpersonal. Selain itu, meskipun menimbulkan krisis pada anak, hospitalisasi dapat memberi mereka kemampuan untuk menangani masalah yang mereka hadapi. Keluarga dapat memperoleh manfaat psikologis, seperti memperkuat ikatan keluarga. Berbagai cara dapat meningkatkan manfaat psikologis ini (Saputro & Fazrin, 2017), di antaranya adalah:

a. Membantu membangun hubungan orang tua-anak

Ketika anak berada di rumah sakit, akan sangat jelas betapa dekatnya anak dengan orang tuanya. Orang tua akan sadar tentang kejadian yang dialami anak saat

berada di rumah sakit dan memiliki kesempatan untuk lebih memahami anak yang mengalami stres.

b. Memberikan tempat belajar

Sakit dan harus dirawat di rumah sakit akan membuat anak dan orang tua belajar tentang tubuh mereka dan profesi kesehatan. Anak-anak yang lebih besar dapat belajar tentang penyakit dan mendapatkan pengalaman dengan profesional kesehatan sehingga mereka dapat membantu dalam memilih pekerjaan yang kemudian mereka pilih.

c. Meningkatkan penguasaan diri

Pengalaman hospitalisasi dapat membantu anak menjadi lebih kuat. Anak-anak akan belajar bahwa mereka tidak disakiti, tetapi mereka dirawat dan dirawat dengan baik.

a. Memberikan lingkungan sosialisasi

Hospitalisasi dapat memberi anak dan orang tua kesempatan untuk penerimaan sosial. Mereka akan menyadari bahwa krisis tidak hanya dirasakan oleh mereka sendiri, tetapi juga oleh orang lain. Anak dan orang tua menemukan bahwa kelompok sosial baru memiliki masalah yang sama, sehingga mereka dapat berinteraksi dan bersosialisasi satu sama lain.

7. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Hospitalisasi Pada Anak Menurut

(Handriana, 2016) yaitu :

- a. Fantasi dan kecemasan yang tidak realistis tentang kemunculan kegelapan pada situasi yang tidak diketahui
- b. Jika pengunjung tidak diperbolehkan, kontak sosial akan terputus
- c. Nyeri dan komplikasi yang disebabkan oleh pembedahan atau penyakit

- d. Proses yang menyakitkan
- e. Takut cacat atau mati
- f. Berpisah dengan orang tua dan saudara kandung

B. Konsep Dasar Kecemasan

1. Definisi Kecemasan

Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas atau menyebar yang berhubungan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya serta tidak memiliki objek yang spesifik. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kapasitas menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat kecemasan diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat kecemasan yang parah tidak sejalan dengan kehidupan (Johnson *et al.*, 2021). Kecemasan dapat terlihat dalam hubungan interpersonal dan memiliki dampak terhadap kehidupan manusia, baik dampak negatif maupun dampak positif. Kecemasan akan meningkat pada klien anak yang dirawat, dengan berbagai kondisi dan situasi di rumah sakit (Terry & Kyle, 2018).

2. Tingkat Kecemasan

Semua orang pasti mengalami kecemasan pada derajat tertentu, Menurut Peplau, dalam (Putra Nova *et al.*, 2021) mengidentifikasi empat tingkatan kecemasan, yaitu:

a. Kecemasan Ringan

Kecemasan ini terkait dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat memotivasi pembelajar untuk menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas. Tanda dan gejalanya antara lain: peningkatan persepsi dan kewaspadaan, kesadar akan rangsangan internal dan eksternal, kemampuan menangani masalah dan

pembelajaran secara efektif serta terjadi kemampuan belajar. Perubahan fisiologis ditandai dengan kegelisah, sulit tidur, hipersensitivitas terhadap suara, tanda vital dan pupil normal.

b. Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang fokus pada hal-hal yang penting dan mengabaikan yang lain, sehingga individu memiliki perhatian selektif, namun dapat berbuat lebih tepat sasaran. Respon fisiologis: sering sesak napas, denyut nadi dan tekanan darah meningkat, mulut kering, gelisah, konstipasi. Sedangkan respon kognitif adalah lahan persepsi menyempit, rangsangan dari luar tidak dapat diterima, fokus pada hal yang menjadi perhatian.

c. Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung fokus pada sesuatu yang detail dan spesifik serta tidak dapat memikirkan apapun. Semua perilaku bertujuan untuk mengurangi ketegangan. Tanda dan gejala dari kecemasan berat meliputi persepsi yang sangat kurang, konsentrasi pada detail, rentang perhatian sangat terbatas, ketidakmampuan berkonsentrasi pada pemecahan masalah dan ketidakmampuan belajar secara efektif. Pada tingkat ini, individu mengalami pusing, mual, gemetar, insomnia, palpitasi, takikardi, hiperventilasi, sering buang air kecil maupun air besar, dan diare. Secara emosional, individu mengalami ketakutan dan semua perhatian terfokus pada dirinya.

d. Panik

Tingkat kecemasan panik terkait dengan kecemasan berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Karena kehilangan kendali, orang yang panik tidak dapat berbuat apa pun, bahkan dengan intruksi. Kepanik menyebabkan

peningkatan aktivitas motorik, kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan hilangnya kemampuan berpikir yang rasional. Kecemasan ini tidak sesuai dengan kehidupan, dan jika berlangsung lama, akan terjadi kelelahan yang luar biasa bahkan kematian. Tanda dan gejala tingkat panik terfokus pada peristiwa.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Anak

Menurut Saputro & Fazrin (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan anak meliputi:

a. Usia

Usia sangat berkaitan dengan tingkat perkembangan kognitif anak. Anak usia prasekolah belum mampu menerima persepsi tentang penyakit, pengalaman baru serta lingkungan asing. Dalam penelitian (Tsai,2007).

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin diketahui dapat mempengaruhi cemas hospitalisasi, walaupun belum ada yang membuktikan secara signifikan ada hubungan atau tidak antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan anak. Akan tetapi ada beberapa yang mengatakan bahwa anak Perempuan yang menjalani hospitalisasi memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dari pada anak laki-laki.

c. Pengalaman terhadap sakit dan perawatan di Rumah Sakit

Anak yang pernah mengalami hospitalisasi akan memiliki kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang tidak pernah mengalami hospitalisasi. Pengalaman tidak menyenangkan yang didapatkan anak selama menjalani perawatan di Rumah Sakit akan membuat anak merasa trauma dan takut.

Sebaliknya apabila anak mendapatkan pengalaman yang baik dan menyenangkan maka akan lebih kooperatif.

4. Tanda dan Gejala Kecemasan

Menurut Muslimah *et al* (2019) ada beberapa tanda-tanda kecemasan, yaitu:

a. Tanda-Tanda Fisik Kecemasan

Tanda fisik kecemasan diantaranya yaitu: kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh yang bergetar atau gemetar, sensasi dari pita ketat yang mengikat di sekitar dahi, kekencangan pada pori-pori kulit perut atau dada, banyak berkeringat, telapak tangan yang berkeringat, pening atau pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung yang berdebar keras atau berdetak kencang, suara yang bergetar, jari-jari atau anggota tubuh yang menjadi dingin, pusing, merasa lemas atau mati rasa, sulit menelan, kerongkongan merasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku, sensasi seperti tercekik atau tertahan, tangan yang dingin dan lembab, terdapat gangguan sakit perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, wajah terasa memerah, diare, dan merasa sensitif atau “mudah marah”.

b. Tanda-Tanda Behavioral Kecemasan

Tanda-tanda kecemasan termasuk perilaku terguncang, perilaku menghindari, dan perilaku melekat dan dependen.

c. Tanda-Tanda Kognitif Kecemasan

Tanda-tanda kecemasan kognitif termasuk khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan atau aprehensi terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi (tanpa penjelasan yang jelas), terpaku pada sensasi ketubuhan, sangat waspada terhadap

sensasi ketubuhan, merasa terancam oleh orang atau peristiwa yang biasanya tidak mendapat perhatian yang cukup, ketakutan kehilangan kontrol, dan khawatir terhadap hal-hal kecil, berpikir tentang hal-hal yang mengganggu yang sama berulang kali, berpikir bahwa harus kabur dari keramaian (jika tidak, pasti akan pingsan), pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, tidak mampu menghilangkan pikiran yang mengganggu, khawatir akan mati sendirian (meskipun dokter tidak menemukan sesuatu yang salah secara medis), dan sulit untuk fokus atau berkonsentrasi.

Menurut Ella Dayani *et al* (2015) gejala kecemasan termasuk :

- a. Cemas, khawatir, tidak tenang, ragu dan bimbang
- b. Memikirkan masa depan dengan rasa was-was (khawatir)
- c. Kurang percaya diri, gugup saat tampil di depan umum (demam panggung)
- d. Sering merasa tidak bersalah, menyalahkan orang lain
- e. Tidak mudah mengalah
- f. Gerakan sering serba salah, tidak tenang saat duduk, gelisah
- g. Sering mengeluh ini dan itu (keluhan-keluhan somatik), khawatir berlebihan terhadap penyakit
- h. Mudah tersinggung, membesar-besarkan masalah yang kecil (dramatisasi)
- i. Seringkali bingung dan ragu saat mengambil Keputusan
- j. Seringkali bertanya atau mengemukakan sesuatu.
- k. Seringkali bertindak histeris saat emosi.

5. Dampak Kecemasan

Pada akhirnya, kecemasan disebabkan oleh ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan yang tidak beralasan. Kecemasan ini pasti akan menyebabkan

perubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit fokus dalam beraktivitas, susah makan, mudah tersinggung, sulit mengendalikan emosi amarah, sensitif, tidak logis, dan susah tidur, Menurut Jarnawi (2019). Menurut Yustinus (2006) dalam (Arifiati and Wahyuni 2019), efek kecemasan dapat dibagi menjadi berbagai simtom, seperti:

a. Simtom Suasana Hati

Kecemasan menimbulkan perasaan bahwa ada hukuman dan bencana yang mengancam dari sumber yang tidak diketahui. Kecemasan membuat orang marah karena mereka tidak bisa tidur.

b. Simtom Kognitif

Simtom kognitif, atau kecemasan, dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan tentang hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Ini membuat mereka tidak memperhatikan masalah yang ada, yang sering menyebabkan mereka tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan pada akhirnya menyebabkan mereka merasa lebih cemas.

c. Simtom Motor

Orang-orang yang mengalami kecemasan sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motorik menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari kaki mengetukngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang dirasanya mengancam.

C. Konsep Terapi Bermain

1. Definisi Terapi Bermain

Bermain adalah salah satu aspek penting dari kehidupan anak dan salah satu alat penting untuk menatalaksanakan stress karena hospitalisasi menimbulkan krisis dalam kehidupan anak, dan karena situasi tersebut sering disertai stress berlebihan, maka anak-anak perlu bermain untuk mengeluarkan rasa takut dan cemas yang mereka alami sebagai alat koping dalam menghadapi stress (Indahningrum *et al.*, 2020). Terapi bermain merupakan terapi yang efektif digunakan pada anak yang menjalani hospitalisasi. Ketika menjalani proses perawatan di Rumah Sakit, anak akan mengalami berbagai perasaan tidak menyenangkan seperti marah, takut, cemas, sedih dan nyeri. Permainan akan melepaskan anak dari ketegangan dan stres yang dialaminya. Permainan, akan mengalihkan rasa sakit anak pada permainannya dan relaksasi melalui kesenangannya melakukan permainan.(Apriani, 2017).

Dalam terapi bermain harus mampu untuk mematahkan mekanisme pertahanan dalam diri anak, sehingga anak bisa untuk mengungkapkan segala emosi negatif yang dirasakan, dan memperoleh hasil yang memuaskan selama mereka bermain (Habibi, 2022). Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara sukarela untuk memperoleh kesenangan tanpa mempertimbangkan hasil akhir sebagai cara untuk mengekspresikan perasaan, relaksasi, distraksi perasaan tidak nyaman dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak karena bermain sama dengan bekerja pada orang dewasa yang dapat menurunkan stress anak, media bagi anak untuk berkomunikasi dan beradaptasi dengan lingkungannya

2. Tujuan Terapi Bermain

Selama tindakan medis, terapi bermain membantu anak menghilangkan rasa sakitnya dengan mengalihkan perhatian mereka ke permainan, membuat mereka lupa tentang rasa sakitnya dan fokus pada permainannya. Cara ini akan mengurangi kecemasan anak. Terapi bermain sendiri yang difokuskan pada anak bertujuan untuk membuat perasaan anak tetap stabil, meningkatkan fokus, dan menguasai mereka sehingga mereka merasa lebih percaya diri, bertanggung jawab, dan mampu membuat keputusan sendiri (Nurjannah *et al.*, 2023).

3. Manfaat Terapi Bermain

Terapi bermain bermanfaat bagi anak karena dapat mengurangi kecemasan dan stress mereka, serta membantu mereka mengatasi rasa sakit mereka dan merasa tenang dan bahagia saat mereka bermain. Terapi bermain juga dapat membantu anak menghilangkan dan mengungkapkan perasaan yang mungkin mereka simpan selama perawatan, termasuk perasaan cemas, sedih, marah, dan bahkan trauma yang mereka alami setiap kali mereka melakukan sesuatu (Nurjannah *et al.*, 2023).

4. Jenis Terapi Bermain

Menurut (Saputra dan Fazrin, 2017) bahwa terapi bermain memiliki dua jenis yaitu:

- a. Terapi bermain aktif adalah terapi bermain yang membuat anak bahagia yang didapatkan dari permainan yang dilakukan secara mandiri atau berkelompok seperti mewarnai gambar, melipat origami, bermain puzzle, bermain clay dan *pop-it*, selain itu bermain peran dan tebak kata termasuk terapi bermain aktif.
- b. Terapi bermain pasif adalah jenis terapi bermain dimana anak-anak hanya senang melihat orang lain melakukan aktivitasnya. Mereka tidak perlu

mengeluarkan energi untuk hal-hal seperti menonton televisi, membaca buku, atau melihat temannya bermain (Nurjannah *et al.*, 2023).

5. Klasifikasi Terapi Bermain

Klasifikasi terapi bermain menurut Saputra dan Fazrin ada dua yaitu berdasarkan isi dan karakteristik sosialnya (Nurjannah *et al.*, 2023):

a. Berdasarkan isinya

Berdasarkan isinya terapi bermain memiliki empat jenis yaitu:

- 1) Bermain afektif (*social affective play*) adalah bermain yang mana anak menunjukkan ekspresinya, momenya pada saat diajak bermain dengan anak atau orang lain, contohnya bermain cilukba, diajak berbicara dengan bercanda atau hanya menyentuh tangan bayi untuk di pegang.
- 2) Bermain untuk memperoleh kesenangan (*sense of pleasure play*), dimana anak bermain hanya untuk mendapatkan kesenangan dari lingkungan sekitar contoh bermain pasir dan air.
- 3) Bermain keterampilan (*skill play*) adalah bermain yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan halus, misalnya menghitung, menulis dan menaiki tangga.
- 4) Bermain simbolik (*dramatic role play*) adalah permainan yang mana anak bisa berperan sesuai dengan yang anak inginkan, dalam permainan ini anak bisa mencontoh suara atau gerakan yang mereka perankan.

b. Berdasarkan karakteristik sosial

Karakteristik sosial dalam bermain yaitu:

- 1) *Solitari play*, dimana anak bermain sendiri walaupun disekitarnya banyak anak lain. Penyebabnya biasanya anak memiliki keterbatasan berupa fisik, mental atau kognitif.
- 2) *Parallel play* adalah anak bermain dengan temannya atau kelompoknya, setiap anak memiliki mainannya masing-masing tanpa adanya ketergantungan atau interaksi diantara mereka.
- 3) *Asosiative play* adalah anak bermain dengan kelompoknya dengan melakukan permainan yang sama namun belum tersusun secara rapih, biasanya dimainkan oleh anak usia toodler.
- 4) *Comparative play* adalah permainan yang sudah tersusun dan memiliki pemimpin untuk memulai permainannya, biasa dimainkan oleh anak sekolah dan remaja.
- 5) *Terapeutik play* adalah bermain yang memiliki tujuan untuk mengurangi kecemasan pada anak yang dirawat dirumah sakit.

6. Fungsi Bermain

Ada banyak fungsi yang dapat dimainkan. Pendidik harus menyadari bahwa permainan hanyalah alat, dan tujuannya adalah pembentukan individu yang kuat. Alat bermain melakukan fungsi berikut secara rinci:

- a. Meningkatkan kepekaan anak terhadap benda-benda di lingkungannya. Meningkatkan kecerdasan emosionalnya, yang mencakup rasa ingin tahu, keyakinan, niat, kendali diri, hubungan dengan orang lain, keterampilan berkomunikasi, dan kreativitas.
- b. Menanam nilai, norma etika, moral, budi pekerti dan aspek lainnya (mengandung unsur Pendidikan).

- c. Meningkatkan kecerdasan intelektual anak sehingga mereka dapat memahami ide-ide dan pemahaman yang dapat diterapkan atau dipahami setelah menggunakan alat bermain, meskipun ini masih dalam skala sederhana.
- d. Menanam nilai agama, anak dibiasakan untuk mendengar, melakukan dan memahami sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangannya.
- e. Meningkatkan keterampilan anak dengan alat bermain yang memungkinkan mereka mencoba berbagai hal, seperti menyusun, mengangkat, menghitung, memindahkan, membalik, mendorong, dan melempar.
- f. Melatih keberanian, kepercayaan, kejujuran, kebanggaan, kreativitas dan tanggung jawab anak
- g. Mengembangkan fantasi, imajinasi dan idealisme anak.
- h. Memperkenalkan dan membiasakan anak terhadap Kesehatan, kebersihan, makanan gizi, kedisiplinan dan kemandirian
- i. Melatih Kerjasama, gotong royong, toleransi, saling menghargai dan saling membutuhkan antar anak
- j. Mengenal angka dan huruf yang merupakan tahap awal dalam pembelajaran membaca, menulis dan menghitung
- k. Mengenal bentuk benda, warna garis dan benda yang berguna bagi manusia (udara, air, api, tanaman dan Binatang melalui gambar dan lain-lain).
- l. Membuat senang anak (Santoso, dalam Khadijah & Armanila, 2017)

7. Terapi Bermain *Pop-it*

Permainan *pop-it* adalah permainan baru yang sedang viral di kalangan anak-anak. Tidak hanya sebagai permainan, *pop-it* juga memiliki manfaat baik untuk perkembangan anak usia prasekolah. Permainan ini hanya menekan tumbol-

tombol yang ada di sebuah wadah yang disebut *pop-it* namun bisa dikreasikan dengan berbagai mainan lain ataupun memainkan permainan baru. Sejalan dengan pernyataan Gilar Gandana (2020), inovasi pendidikan adalah cara baru untuk memecahkan masalah pendidikan.

Cara bermain *pop-it* adalah dengan cara berurutan menekan sejumlah gelembung yang telah disediakan, nantinya anak bisa menekan gelembung tersebut sembari berhitung 1-5 atau 1-10. Bisa jadi ide bermain anak usia prasekolah agar anak tidak bosan dengan mainan yang sering dimainkan. Manfaatnya juga meningkatkan perkembangan sensorik serta motorik anak usia prasekolah. Dan ketrampilan sensorik serta motorik anak ternyata berkaitan dalam meningkatkan dan kemampuan sensorik dan melatih kognitifnya. Bermain *pop-it* membuat anak-anak terlatih untuk meningkatkan perkembangan sensorik dan motoriknya sekaligus melatih perkembangan otot anak. Manfaat lainnya juga dapat menghilangkan stress tidak hanya untuk anak bahkan orang tua pun juga bisa ikut bermain bersama, menemani anak sebagai penghilang penat atau stress dengan itu adanya komunikasi orang tua dan anak dalam permainan *pop it* (Oktaviana *et al.*, 2022).



Gambar 1 Alat Terapi Bermain *Pop It*

Namun, ketika anak sakit, mereka mungkin menahan diri untuk tidak menceritakan kondisi mereka karena takut. Dengan mengkomunikasikan perasaan

dan pikiran pada anak yang diharapkan, cemas yang disebabkan oleh hospitalisasi anak prasekolah dapat dikurangi.

8. Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan

Pada saat hospitalisasi anak akan mengalami stress dan kecemasan karena lingkungan yang asing bagi anak. Kecemasan yang dialami anak akan menimbulkan banyak reaksi misalnya terhadap penyakit atau masalah diri anak prasekolah seperti perpisahan, tidak mengenal lingkungan, hilangnya kasih sayang, body image maka akan beraksi seperti yaitu hilangnya kontrol, *displacement*, agresi (menyangkal), menarik diri, tingkah laku protes, serta lebih peka dan pasif seperti menolak makan dan lain-lain (Wong, Colin *et al.*, 2020).

Pengaruh Terapi Bermain *Pop It* terhadap Tingkat Kecemasan dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi di rumah sakit. Berikut adalah beberapa cara terapi bermain *Pop It* dapat mempengaruhi metabolisme anak dan mengurangi kecemasan:

1. Mengalihkan Perhatian: Terapi bermain *Pop It* dapat mengalihkan perhatian anak dari kecemasan dan ketakutan yang dialaminya, sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan.
2. Meningkatkan Rasa Percaya Diri: Terapi bermain *Pop It* dapat membantu anak meningkatkan rasa percaya diri dan mengembangkan kemampuan sosial, sehingga dapat mengurangi kecemasan.
3. Mengurangi Stres: Terapi bermain *Pop It* dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan pada anak dengan menyediakan aktivitas yang menyenangkan dan relaksasi.

4. Meningkatkan Kemampuan Emosi: Terapi bermain *Pop It* dapat membantu anak mengembangkan kemampuan emosi, seperti mengenali dan mengungkapkan perasaan, sehingga dapat mengurangi kecemasan.

Terapi bermain merupakan suatu kegiatan yang baik dilakukan untuk mengatasi cemas akibat hospitalisasi. Tujuan dari terapi bermain yaitu untuk mengalihkan rasa nyeri atau rasa sakit yang dirasakan anak ketika menjalani tindakan keperawatan di Rumah Sakit. Ketika memberikan terapi bermain harus menyesuaikan usia dan tahap perkembangan anak. Umumnya pada anak usia prasekolah permainan yang cocok diberikan yaitu permainan *pop it*. *Pop it* cocok digunakan sebagai terapi bermain pada anak yang sedang menjalani perawatan di Rumah Sakit karena bermain *pop it* tidak memerlukan banyak energi, bisa dilakukan diatas tempat tidur dan tidak mengganggu proses penyembuhan anak.

Dari hasil penelitian Colin, *et al.* (2020), menjelaskan terdapat 30 responden, 23 orang dengan nyeri ringan dan 7 orang dengan nyeri sedang setelah diberi perlakuan menonton kartu animasi. Dengan demikian ada pengaruh pemberian teknik distraksi menonton kartun animasi terhadap penurunan skala nyeri pada anak usia pra sekolah saat injeksi di Ruang Edelweis RSUD M. Yunus Kota Bengkulu.

Hasil peneliti menurut Colin, *et al.*, (2020), menunjukkan dari 20 orang sampel terdapat 20 orang atau seluruh responden mengalami peningkatan tingkat kooperatif sebelum dan setelah dilakukan permainan ular tangga dengan rata-rata peningkatan sebesar 10,50. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi bermain ular tangga diantara membantu anak-anak menjadi lebih bertanggung

jawab atas perilaku yang dilakukannya dan mengembangkan solusi baru dan kreatif untuk masalah yang anak hadapi.

Hasil penelitian Setiawati & Sundari (2019), terdapat penurunan tingkat kecemasan pada anak akibat hospitalisasi antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain RSUD Ambara yaitu nilai rata-rata sebesar 20.77, nilai minimum 5, nilai maksimum 34 dan standar deviasi 8.310 menjadi nilai rata-rata sebesar 14,87, nilai minimum 7, nilai maksimum 24 dan standar deviasi 5.290. ada pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan anak sebagai dampak hospitalisasi di RSUD Ambara dengan $p\text{-value} = 0.003 < \alpha = 0.0$.

Hasil penelitian Ria Setia Sari & Fina Afriani (2019), menunjukkan terdapat pengaruh terapi bermain *clay* terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di RSUD Balaraja Tangerang bahwa ada pengaruh yang signifikan yaitu antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi bermain *clay* pada anak usia prasekolah yang dirawat di RSUD Balaraja.