

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan individu yang berada dalam satu rentang perubahan perkembangan yang ada di dunia dari bayi hingga remaja. Pada anak-anak, sistem kekebalan tubuh belum berkembang sekuat orang dewasa, sehingga anak lebih rentan terserang virus dan bakteri penyebab penyakit. Anak usia Prasekolah (3-5 tahun) merupakan sasaran yang pas diberikan *Brain Gym*, karena pada masa perkembangan ini anak sudah bisa mengikuti perintah gerakan sederhana. Anak-anak yang mengalami penyakit menunjukkan respons yang berbeda. Salah satunya yaitu anak akan mengalami kecemasan serta tidak dapat berinteraksi dengan orang lain. Hal ini disebabkan karena anak harus menjalani proses perawatan di Rumah Sakit yang dikenal dengan proses hospitalisasi (Islamiyah, 2024).

Hospitalisasi didefinisikan sebagai proses dimana keadaan individu masuk ke Rumah Sakit untuk menjadi pasien dan menjalani berbagai prosedur seperti pemeriksaan kesehatan, pembedahan, perawatan medis, dan pemasangan infus hingga kembali ke rumah. Hospitalisasi ini berpengaruh terhadap respon anak pada saat sakit dan dirawat di Rumah Sakit. Selain itu, lingkungan Rumah Sakit dengan unsur-unsur seperti peralatan medis, ruang peralatan, bau khas Rumah Sakit, sikap tenaga kesehatan, dan pakaian dinas yang dipakai oleh perawat dapat memicu anak mengalami trauma bahkan kecemasan (Melynda, 2020).

Kecemasan atau ansietas merupakan keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan perasaan subjektif seperti ketakutan, gelisah, dan berkeringat tanpa objek yang pasti karena itu semua merupakan pengalaman yang baru. Respon anak terhadap kecemasan berbeda pada setiap anaknya yang dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin dan pengalaman sakit sebelumnya terutama anak prasekolah.

Anak prasekolah dimulai dari usia 3-5 tahun, pada usia ini anak biasanya mengalami separation *anxiety* atau bisa juga disebut dengan kecemasan perpisahan karena anak harus meninggalkan lingkungan yang aman, nyaman dan penuh kasih sayang seperti biasa yang dirasakannya seperti lingkungan rumah, teman sebaya, dan permainannya (Simamora, 2022).

World Health Organization memaparkan bahwa terdapat 3-10% pasien anak prasekolah yang di rawat di Amerika Serikat mengalami kecemasan selama hospitalisasi, 5-10% anak mendapatkan hospitalisasi (WHO, 2021). Di Indonesia, berdasarkan hasil Susenas tahun 2022 terdapat 1,88% atau sekitar 19 dari 1.000 anak yang menjalani rawat inap Karwati, E., Sutini, T., & Srisantyorini, T. (2024). Sedangkan menurut laporan Riskesdas 2018 tercatat 35 anak usia prasekolah (3-6 tahun) dari 100 anak yang menjalani masa perawatan dimana mencapai 80% (Riset Kesehatan Dasar Riskesdas, 2018). Berdasarkan data registrasi ruang edelweiss di Rumah Sakit Handayani pada tahun 2023 terdapat sebanyak 997 pasien anak dan 498 pada anak prasekolah, pada tahun 2024 mengalami peningkatan yaitu sebanyak 1108 pasien anak dan 605 anak usia prasekolah.

Dampak hospitalisasi dan kecemasan pada anak dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak dan menghambat proses penyembuhan. Efek lain yang dialami anak adalah penolakan pengobatan. Reaksi anak usia prasekolah yang menunjukkan kecemasan selama hospitalisasi diantaranya seperti menolak makan, menangis, serta bertanya tentang keadaan dirinya, anak mengalami kurang tidur, tidak kooperatif terhadap petugas kesehatan saat dilakukan tindakan keperawatan (WHO, 2021).

Peran perawat dalam mengurangi respon kecemasan anak terhadap proses hospitalisasi sangat diperlukan. Sejalan dengan Metri. D. dkk (2023) mengatakan salah satu yang dapat dilakukan supaya kecemasan pada anak ini tidak menjadi lebih parah sampai menyebabkan terjadinya gangguan psikologi, yaitu dengan mengurangi trauma pada saat anak dirawat di Rumah Sakit antara lain seperti dengan terapi bermain, teknik relaksasi, teknik distraksi, terapi musik, dan terapi

kelompok. Salah satunya yang sangat populer saat ini adalah terapi *Brain Gym* atau senam otak. Terapi senam otak ini merupakan gerakan berbasis sederhana yang dilakukan untuk menyeimbangkan otak kanan dan otak kiri, otak bagian tengah dan otak besar dapat merangsang dan mengontrol emosional, otak bagian depan dan belakang sebagai pemfokusan, dan dapat dilakukan hanya dalam kurun waktu yang sangat singkat yaitu kurang dari 5 menit, tidak memerlukan bahan atau tempat yang khusus (Sulistini, 2024).

Hasil penelitian yang dilakukan Dewanti, (2023) mengatakan bahwa *Brain Gym* efektif menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani perawatan di Rumah Sakit. *Brain Gym* menjadi salah satu aktivitas bermain yang membutuhkan banyak otot sehingga meningkatkan kemampuan anak dan mengurangi kecemasan hospitalisasi dengan pendekatan bermain. Pemberian terapi *Brain Gym* terdiri dari 26 gerakan diklasifikasikan menjadi 3 fungsi *Brain Gym* dilakukan di tempat tidur pasien dengan posisi yang nyaman 3 hari berturut-turut selama 2 kali sehari dengan 6 kali pertemuan, durasi 15 menit dan satu gerakan kira-kira memakan waktu 30 detik sampai dengan 1 menit. Penilaian kecemasan dengan skala (HARS) *Hamilton Anxiety Rating Scale*.

Berdasarkan data yang didapat bahwa terapi bermain di ruang Edelwis yang pernah dilakukan adalah bermain untuk mengurangi kecemasan anak seperti rekreasi keluar ruangan, menggambar, mewarnai dan bermain *puzzle*, dilakukan sewaktu-waktu jika ada kegiatan mahasiswa yang sedang praktek kerja lapangan, tetapi belum pernah dilakukan tindakan *Brain Gym* oleh perawat di Rumah Sakit Handayani dalam memberikan intervensi pada anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Berdasarkan fenomena tersebut maka penulis tertarik untuk membuat Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul “Penerapan Terapi *Brain Gym* pada Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi dengan Masalah Kecemasan di Rumah Sakit Handayani”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Penerapan Terapi *Brain Gym* pada Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi dengan Masalah Kecemasan di Rumah Sakit Handayani?

C. Tujuan Karya Ilmiah

1. Tujuan Umum

Memperoleh gambaran umum melalui penerapan *Brain Gym* untuk menurunkan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada anak di RSUD Handayani Kotabumi.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan data pada pasien hospitalisasi yang mengalami masalah kecemasan.
- b. Melakukan penerapan *Brain Gym* pada pasien anak dengan hospitalisasi yang mengalami masalah kecemasan.
- c. Melakukan evaluasi penerapan *Brain Gym* pada pasien anak dengan hospitalisasi yang mengalami masalah kecemasan.
- d. Menganalisis penerapan *Brain Gym* pada pasien anak dengan hospitalisasi yang mengalami masalah kecemasan.

D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari studi kasus diharapkan bisa bermanfaat terhadap peningkatan dan pengembangan mutu atau kualitas pendidikan asuhan keperawatan terutama yang berkaitan dengan penerapan *Brain Gym* pada pasien dengan hospitalisasi yang mengalami masalah ansietas, Sebagai tinjauan pustaka bagi yang akan melakukan studi kasus di bidang yang sama.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti / Mahasiswa

Dari hasil studi kasus ini, penulis dapat menerapkan ilmu tersebut yang diperoleh dari pengalaman nyata dalam penerapan *Brain Gym* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak dengan hospitalisasi dan dapat menambah wawasan serta keterampilan khusus.

b. Manfaat Bagi Rumah Sakit

Dari hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat terutama menambah wawasan dan referensi perpustakaan tempat studi kasus sebagai referensi di masa depan.

c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Dari studi kasus ini bermanfaat dalam memberikan informasi kepada keluarga bahwa mengatasi anak yang cemas dapat dilakukan dengan *Brain Gym*.