

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Penyakit

1. Hospitalisasi pada anak

a. Definisi

Hospitalisasi adalah suatu kondisi krisis bagi setiap anak yang dirawat di rumah sakit. Anak harus beradaptasi dengan berbagai situasi sulit selama dirawat di rumah sakit, seperti perawatan, petugas kesehatan, dan perpisahan dengan keluarga, terutama pada orang tuanya. Perpisahan dari orang tua seringkali menyebabkan perubahan emosional yang signifikan pada anak, seperti kecemasan, yang bisa memicu trauma perawatan baik jangka pendek maupun jangka panjang. Akibat mendapati stressor secara berlebihan pada anak ketika sedang menjalani masa hospitalisasi mengakibatkan timbulnya dampak negatif sehingga dapat mengganggu terhadap perkembangan anak dan memperlama masa penyembuhan anak serta dapat berdampak fatal apa bila tidak segera di tangani karena bisa menyebabkan kematian (Padila *et al.*, 2022).

b. Berdasarkan Umur Menangani Hospitalisasi

Menurut Padila *et al.*, (2022), reaksi anak terhadap sakit dan proses hospitalisasi memilih permainan harus memperhatikan kebutuhan anak sesuai dengan usianya, latar belakang, budaya, jenis kelamin, status kesehatan, lingkungan di mana anak berada dan berdasarkan tingkat usia adalah sebagai berikut:

- 1) Toddler (1-3 tahun) anak saat usia ini sudah dapat berjalan, memanjat, atau berlari dan dapat memainkan sesuatu dengan tangannya. Selain itu anak senang melempar, mendorong, atau mengambil sesuatu. Anak mulai mengerti arti memiliki. Tujuan permainan pada anak usia 1-3 tahun adalah: mengembangkan keterampilan bahasa, melatih motorik halus dan kasar mengembangkan kecerdasan (mengenal warna, berhitung) melatih daya imajinasi, menyalurkan perasaan.

- 2) Anak usia pra-sekolah (4-5 tahun) pada usia ini anak dapat melompat, berlari, atau main sepeda karena sangat energetik dan juga *imaginative* anak sudah dapat bermain dengan kelompok dan karakteristik bermainnya adalah *assosiatif play*, *dramatik play* dan *skillplay*.
- 3) Anak usia sekolah (6-12 tahun) pada usia ini anak dapat bermain dengan kelompok yang berjenis kelamin sama dan dapat belajar untuk *independent*, *cooperative*, bersaing atau menerima orang lain dan tingkah laku yang diterima. Dengan demikian karakteristik permainannya adalah *cooperative play* dan anak laki-laki sifatnya mekanikal sedang anak wanita *mothers role*.

c. Alat Ukur Kecemasan Hospitalisasi

Menurut Lovibond, dalam Farlinda *et al.*, (2022), tingkatan kecemasan ini bisa diukur menggunakan *Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42)*. (*DASS 42*) adalah skala subjektif yang dibentuk untuk mengukur depresi, kecemasan dan stress. Pada kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale 42(DASS 42)* hanya mengukur tingkat kecemasan yaitu sejumlah 15 pernyataan dengan Indikator tingkat kecemasan yaitu kecemasan fisik, kecemasan psikologis dan kecemasan sosial dalam kategori kecemasan normal skor 0-14, kecemasan ringan skor 15-18, kecemasan sedang skor 19-25, kecemasan berat skor 26-33 dan kecemasan sangat berat skor >34

Tabel 2.1 *Depression Anxiety Stress Scale (DASS 42)*

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Menjadi marah karena hal-hal kecil/sepele				
2	Cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
3	Kesulitan untuk relaksasi/bersantai				
4	Mudah merasa kesal				
5.	Merasa banyak menghabiskan energy karena cemas				
6.	Tidak sabaran				
7.	Mudah tersinggung				
8.	Sulit untuk beristirahat				
9.	Mudah marah				
10.	Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				
11.	Sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				

12.	Berada pada keadaan tegang				
13.	Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang anda lakukan				
14.	Mudah gelisah				
15.	Ketakutan				

Sumber: <https://www.scribd.com/doc/41006241/KUESIONER-DASS-42>

Keterangan :

- 0: Tidak ada atau tidak pernah
- 1: Sesuai dengan yang dialami sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang
- 2: Sering
- 3: Sangat sesuai dengan yang di alami, atau hamper setiap saat.

Tabel 2. 2 Indikator Penilaian

Nilai kecemasan	Tingkat
0-12	Normal
15-18	Ringan
19-25	Sedang
26-33	Parah
>34	Sangat parah

d. Kecemasan Hospitalisasi

Dampak yang dapat terjadi dari kecemasan hospitalisasi pada anak jika tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan pengobatan yang diberikan dapat berpengaruh terhadap lamanya perawatan serta memperberat kondisi sakit anak.

e. Upaya Meminimalisir Dampak Kecemasan Hospitalisasi

Upaya yang di lakukan untuk meminimalisir kecemasan akibat hospitalisasi pada anak yaitu mengajak anak melakukan kegiatan seperti membawa mainan anak, menjelaskan kepada anak tindakan yang akan di lakukan, melalui pemberian asuhan keperawatan yang komperhensif. Salah satu upaya yang dapat dilakukan perawat untuk mengurangi kecemasan pada anak yang dirawat adalah dengan terapi *brain gym* (Cahyadi *et al.*, 2022).

2. Kecemasan

a. Definisi Kecemasan

Menurut Andria *et al.*, (2019). Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari Suliswati, (2010). Respon anak terhadap lingkungan baru dapat beraneka ragam, perasaan cemas dapat timbul karena menghadapi sesuatu yang baru dan lingkungan yang tampak menakutkan dengan banyaknya orang yang tampak kesakitan. Respon anak terhadap perlukaan bisa menimbulkan kecemasan yang akan memperlihatkan ketidakmauan anak tersebut untuk dilakukan perlukaan, sehingga akhirnya anak akan berontak, menangis, menjerit dan tidak sedikit anak untuk minta pulang walaupun dalam kondisi yang sakit.

Menurut Wardani., (2023). Kecemasan merupakan reaksi atas situasi baru dan berbeda terhadap suatu ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Perasaan cemas dan takut merupakan suatu yang normal, namun perlu menjadi perhatian bila rasa cemas semakin kuat dan terjadi lebih sering. Kecemasan atau *ansietas* merupakan penilaian dan respon emosional terhadap sesuatu yang berbahaya. Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kondisi dialami secara subjektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang berlebihan terhadap kondisi ketakutan, kegelisahan, bencana yang akan datang, kekhawatiran atau ketakutan terhadap ancaman nyata atau yang dirasakan.

b. Tanda dan gejala

Menurut Ikhsan *et al.*, (2024) tanda dan gejala yang muncul saat anak mengalami kecemasan hospitalisasi terdiri dari:

- 1) Peningkatan denyut nadi, peningkatan tekanan darah, sulit bernafas, sakit kepala, migran, kelelahan, sulit tidur.

- 2) Pencernaan seperti diare, mual muntah, sakit perut, gelisah, sering bab/bak, dan penurunan berat badan.
- 3) Perubahan emosional yang ditandai dengan cepat marah, reaksi berlebihan terhadap situasi tertentu, luapan kemarahan, permusuhan, kurang minat, menarik diri, apatis, cenderung menangis, menyalahkan orang lain, depresi, sikap negatif, dan menutup diri (Ikhsan *et al.*,2024).

Menurut Ferdi (2009) beberapa hal yang berhubungan dengan lingkungan rumah sakit yang dapat menyebabkan kecemasan hospitalisasi adalah: anak merasa takut dengan wajah baru seperti perawat ataupun dokter, anak merasa takut dengan bunyi atau mesin yang ada di ruangan, bau ruangan yang kurang enak, lingkungan yang kurang bersih, ruang tindakan yang kurang kondusif, ruangan yang kurang nyaman bagi anak, kondisi ruangan yang banyak pasien lain, tidak adanya mainan atau tempat bermain di rumah sakit.

1) Klasifikasi Tingkat Kecemasan

Menurut Fahira, (2022), dibagi menjadi empat tingkatan, yaitu:

a. Kecemasan ringan

Kecemasan ringan berkaitan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, membuat seseorang waspada dan meningkatkan jangkauan persepsinya. Kecemasan ini dapat merangsang belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.

b. Kecemasan sedang

Kecemasan sedang dapat memungkinkan seseorang untuk fokus pada hal-hal penting dan mengesampingkan segala sesuatu yang lain, sehingga seseorang akan mengalami lebih banyak pilihan, tetapi masih dapat melakukan sesuatu dengan lebih terarah. Penampilan yang muncul pada tingkat ini adalah peningkatan kelelahan, peningkatan denyut jantung dan laju pernapasan, peningkatan ketegangan otot, berbicara cepat dan volume lebih

keras, area persepsi menyempit, kemampuan belajar tetapi tidak optimal, konsentrasi menurun, mudah lupa, marah dan menangis.

c. Kecemasan berat

Kecemasan berat dapat mengurangi jangkauan persepsi seseorang. Seseorang cenderung fokus pada hal-hal yang spesifik dan tanpa memikirkan hal lain. Semua tindakan adalah untuk mengurangi ketegangan. Individu membutuhkan banyak arahan untuk fokus pada area lain

d. Kecemasan panik

Tingkatan panik kecemasan berhubungan dengan ketakutan dan waktu. Detailnya tidak proporsional. Orang yang mengalami kepanikan tidak dapat melakukan sesuatu bahkan jika mereka memiliki arahan. Panik meliputi depersonalisasi yang mengarah pada peningkatan aktivitas motorik, penurunan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain, distorsi kognitif, dan pemikiran irasional. Tingkat kecemasan ini tidak sesuai dengan kehidupan, dan jika terus berlanjut dalam waktu lama, kelelahan dan kematian akan terjadi.

3. Penerapan *Brain Gym*

a. Definisi *Brain gym*

Brain gym adalah rangkaian gerakan sederhana yang menyenangkan dan membantu berkembangnya otak, baik dalam koordinasi mata, tangan, telinga dan semua tubuh. *Brain gym* mengaktivasi dimensi otak yang tertutup atau terhambat perkembangannya, sehingga aktivitas belajar atau bekerja mampu berlangsung dengan menggunakan seluruh dimensi otak. Gerakan dalam *brain gym* akan merangsang keseimbangan *labyrinthus vestibularis*, mengaktifkan dan memfokuskan otak, sehingga motorik halus juga meningkat. Rangkaian gerak yang dilakukan akan melancarkan kegiatan belajar anak, meningkatkan konsentrasi belajar anak, serta meningkatkan kemampuan motorik dan daya ingat anak (Widanti *et al.*, 2021).

b. Tujuan

Tujuan dilakukan *brain gym* untuk menangani anak yang sering kurang fokus terhadap sesuatu, senam ini sangat berguna untuk menambah kecerdasan, dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak, dan membuat anak semakin tanggap dan cerdas (Chotimah *et al.*, 2021).

c. Manfaat

Manfaat *brain gym* adalah agar anak menjadi rileks saat menjalani perawatan di rumah sakit yang melelahkan dan membosankan, serta mendorong keseimbangan aktifitas kedua otak secara bersamaan, yaitu otak sebelah kiri dan otak sebelah kanan sehingga potensi kedua belahan otak akan seimbang dan kecerdasan anak akan menjadi maksimal. Senam otak perlu dilaksanakan di rumah sakit sebagai kegiatan tambahan untuk mengatasi tingkat kecemasan anak (Chotimah *et al.*, 2021).

d. Cara dan Gerakan *Brain Gym* Anak Usia Sekolah

Menurut Lismiati., (2018), ada beberapa cara dan gerakan yang cocok untuk anak usia 8 tahun serta manfaat yang dapat anak rasakan setelah melakukan gerakan *brain gym*.

1) Menyilang (*Cross crawl*)

Gerakan ini menyilang antara gerakan tangan kanan bersamaan dengan kaki kiri dan tangan kiri bersamaan dengan kaki kanan. Bergerak ke depan, ke samping, ke belakang atau jalan ditempat. Untuk “menyebrangi garis tengah” sebaiknya tangan menyentuh tumit yang berlawanan.

Fungsi: merangsang bagian otak yang menerima informasi dan bagian yang menggunakan informasi sehingga memudahkan proses mempelajari hal-hal baru serta meningkatkan daya ingat.

2) Mengaktifkan tangan (*The Active Arm*)

Luruskan satu tangan ke atas, tangan yang lain kesamping telinga memegang tangan yang keatas. Buang nafas pelan, sementara otot-otot diaktifkan dengan mendorong tangan keempat jurusan (depan, belakang, dalam dan luar), sementara tangan yang satu menahan dorongan.

Fungsi: peningkatan fokus dan konsentrasi, pernafasan lebih lancar dan sikap lebih santai serta peningkatan energi pada tangan dan jari.

3) Pasang kuda-kuda (*The grounder*)

Gerakan mulai dengan kaki terbuka, arahkan kaki ke kanan dan kaki kiri tetap lurus ke depan. Tekuk lutut kanan sambil buang nafas, lalu ambil nafas waktu lutut kanan diluruskan kembali. Pinggul ditarik ke atas, gerakan ini diulangi 3x kemudian ganti dengan kaki kiri.

Fungsi: membantu konsentrasi pada apa yang sedang dikerjakan, juga mengingat kembali apa yang di pelajari.

4) Tombol bumi (*Earth button*)

Letakkan dua jari dibawah bibir dan tangan yang lain dipusar dengan jari menunjuk ke bawah. Ikutilah dengan mata satu garis dari lantai ke loteng dan kembali sambil bernafas dalam-dalam, nafaskan energi ke atas, ketengah-tengah badan.

Fungsi: Kesiagaan mental (mengurangi kelelahan mental).

5) Tombol angkasa (*Space button*)

Gerakkan meletakkan dua jari dibawah bibir dan tangan lain pada tulang ekor selama 30 detik atau 4-6 kali tarikan nafas penuh.

Fungsi :meningkatkan koordinasi dan konsentrasi, mengurangi kelelahan mental (kecemasan), mengoptimalkan belajar.

6) Penilaian *brain gym* menurut Yunuarita, dalam Lismiati (2018) tentang *brain gym*, gerakan *brain gym* dilakukan sekitar 10-15 menit, sebanyak 1-3 kali dalam sehari. Gerakan *brain gym* dilakukan selama 12 hari

e. Indikasi *Brain Gym* Pada Anak

Brain gym dapat membantu anak yang mengalami penurunan konsentrasi, anak dengan ketegangan anak dengan kelelahan saat belajar.

f. Kontraindikasi *Brain Gym* Pada Anak

Tidak ada penyakit spesifik yang secara langsung kontraindikasi dengan *brain gym*. Namun, ada beberapa kasus, seperti gangguan motorik yang signifikan atau kondisi medis yang membatasi gerakan.

B. Asuhan Keperawatan Kecemasan pada Anak akibat hospitalisasi

1. Pengkajian Keperawatan

Menurut Rica (2021), pengkajian kesehatan yang menyeluruh dan akurat merupakan dasar bagi asuhan keperawatan yang lengkap. Pengkajian kesehatan ini, seharusnya meliputi riwayat kesehatan menyeluruh dan pemeriksaan fisik

a. Riwayat kesehatan

- 1) Identitas klien: meliputi nama anak, usia, jenis kelamin, dan informasi demografi lain.
- 2) Keluhan utama: meliputi keluhan yang dirasakan anak, catat sesuai dengan yang disampaikan anak atau orangtua.
- 3) Riwayat kesakitan saat ini: meliputi awitan, durasi, pengobatan sebelumnya, segala hal yang mengurangi dan memperburuk masalah kesehatan.
- 4) Riwayat kesehatan masa lalu: meliputi riwayat prenatal, riwayat perinatal, riwayat kesakitan dimasa lalu, masalah tumbuh kembang, riwayat alergi makanan dan obat, status imunisasi.
- 5) Riwayat kesehatan keluarga: meliputi usia dan status kesehatan orangtua, saudara kandung, dan anggota keluarga lain.
- 6) Kebutuhan dasar:
 - a) Makanan dan minuman, biasanya klien mengalami nafsu makan menurun sehingga asupan nutrisi berkurang
 - b) Pola tidur, klien akan mengalami susah tidur merasa gelisah dan berkeringat
 - c) Mandi, biasanya klien akan jarang untuk mandi
 - d) Eliminasi, klien biasanya akan susah untuk buang air besar dan juga bisa mengakibatkan terjadi konsistensi BAB menjadi cair.
 - e) Pengkajian sistem tubuh
 - f) Pengkajian aktifitas dan istirahat, biasanya klien tampak lelah, lesu, fisik lemah, mengeluh sulit tidur
 - g) Nyeri dan kenyamanan, biasanya klien gelisah, mengeluhkan nyeri, tampak menangis/meringis, dan menarik diri

- h) Psikososial, biasanya klien terlihat tampak tegang, gelisah, suara bergetar, menangis/merengek, dan sedih.
- 7) Pemeriksaan fisik, pemeriksaan fisik meliputi penampilan umum, tanda-tanda vital (suhu, denyut jantung, pernapasan dan tekanan darah), dan pengkajian secara sistematis head to toe.

2. Perencanaan Keperawatan Pada Pasien Kecemasan

Tabel 2.3 Perencanaan Keperawatan Pada Pasien Kecemasan Hospitalisasi

Diagnosa Keperawatan	Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)	Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)
<i>Ansietas</i> berhubungan dengan krisis situasional	Setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x24 jam diharapkan tingkat <i>ansietas</i> : menurun dengan kriteria hasil : <ol style="list-style-type: none"> 1. verbalisasi kebingungan menurun 2. verbalisasi khawatir akibat kondisi yang di hadapi menurun 3. perilaku gelisah menurun 4. perilaku tegang menurun 5. keluhan pusing menerun 6. anoreksia menurun 7. palpitasi menurun 8. diaphoresis menurun 9. tremor menurun 10. pucat menurun 11. konsentrasi membaik 12. pola tidur membaik 13. frekuensi pernafasan membaik 14. frekuensi nadi membaik 15. tekanan darah membaik 16. kontak mata membaik 17. pola berkemih membaik 18. orientasi membaik 	Terapi distraksi <ol style="list-style-type: none"> 1. Observasi: <ul style="list-style-type: none"> Identifikasi pilihan teknik distraksi yang diinginkan 2. Terapeutik: <ul style="list-style-type: none"> Gunakan teknik distraksi (mis, membaca buku, menonton televise, bermain, aktivitas terapi, membaca cerita, bernyanyi) 3. Edukasi: <ul style="list-style-type: none"> Jelaskan manfaat dan jenis distraksi bagi panca indera (mis. Musik, penghitungan, televise, baca, video/permainan genggam) -Anjurkan menggunakan teknik sesuai dengan tingkat energy, kemampuan, usia, tingkat perkembangan -Anjurkan membuat daftar aktivitas yang menyenangkan -Anjurkan berlatih teknik distreaksi

Sumber : SDKI (2017), SLKI (2019), SIKI (2018)

Perencanaan terapi *brain gym* ini di implementasikan pada anak yang menjalani hospitalisasi. Adapun penelitian yang mendukung terapi *brain gym* terdapat di bawah ini:

- 1) Menurut Widanti *et al.*, (2021) *brain gym* dapat memberikan efek relaksasi dan fokus otak sehingga anak menjadi rileks dan dapat menerima segala bentuk perawatan, dukungan di rumah sakit. Stimulasi dari gerakan *brain gym* dapat mengurangi kecemasan pada anak dan membuat anak menjadi lebih tenang. Oleh karena itu, adanya penelitian yang dilakukan ini memiliki tujuan untuk mengetahui efektivitas latihan *brain gym* dalam peningkatan kemampuan koordinasi antara mata dan tangan pada anak sekolah.
- 2) Menurut hasil penelitian Reni *et al.*, (2021) *brain gym* dapat memberikan manfaat bagi anak yang mengalami hospitalisasi berupa kecemasan berkurang, dan pikiran lebih jernih. Hubungan antar manusia dan lingkungan menjadi lebih rileks dan senang, kemampuan berbahasa dan daya ingat meningkat, anak menjadi lebih bersemangat, lebih kreatif dan efisien, anak menjadi lebih sehat karena kecemasan berkurang. *Brain gym* dapat dilakukan oleh segala jenis usia, mulai dari bayi sampai dewasa, sehingga siapapun bisa menjadikan senam otak sebagai salah satu stimulus yang paling diminati untuk mengembangkan kemampuan dan melancarkan proses belajar karena didapatkan rata-rata penurunan kecemasan sebelum dan sesudah penelitian adalah -10,04 (3,65). Skor *mean rank* 38,50. Hasil uji statistik menunjukkan *p value* <0,001 yang menunjukkan hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nul ditolak. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh *brain gym* terhadap tingkat kecemasan anak.
- 3) Menurut Chotimah *et al.*, (2021), hasil penelitian yang didapatkan yang berjumlah 34 responden didapatkan hasil distribusi frekuensi pada kelompok intervensi sebelum diberikan *brain gym* mayoritas responden masuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 22 responden dalam presentase (64.7%) sedangkan kecemasan berat sebanyak 10 responden dalam presentase (29.4%), setelah di berikan penerapan *brain gym* penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada variable tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan *brain gym* pada anak dengan

nilai p value = 0,000 (p value <0,05). Dapat disimpulkan bahwa pemberian *brain gym* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak.

3. Evaluasi

Evaluasi merupakan tahap terakhir dalam proses keperawatan di mana dilakukan penilaian untuk menentukan sejauh mana tujuan dari rencana keperawatan telah tercapai. Dalam melakukan evaluasi, perawat perlu memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk memahami bagaimana pasien merespons terhadap intervensi keperawatan, kemampuan untuk membuat kesimpulan tentang pencapaian tujuan yang telah ditetapkan, serta kemampuan untuk menghubungkan tindakan keperawatan (Kurniawati, 2017) dengan kriteria hasil yang diharapkan:

- a. Verbalisasi kebingungan menurun
- b. Verbalisasi khawatir akibat kondisi yang di hadapi menurun
- c. Perilaku gelisah menurun
- d. Perilaku tegang menurun
- e. Tremor menurun
- f. Konsentrasi membaik
- g. Pola tidur membaik