

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hospitalisasi merupakan suatu kondisi keadaan yang mengharuskan anak untuk tetap berada di rumah sakit untuk menerima perawatan hingga anak bisa pulih dan kembali pulang ke rumah (Yulianti, (2020) dalam Piko *et al.*, (2024)). Jika hospitalisasi tidak segera diatasi maka akan berdampak pada peningkatan kecemasan pada anak, penurunan respon imun, stres sehingga dapat berpengaruh terhadap proses penyembuhan, lama perawatan bertambah, dan mempercepat terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan akibat kecemasan yang terjadi pada anak selama di hospitalisasi (Piko *et al.*, (2024)).

Kecemasan merupakan suatu keadaan emosi yang muncul saat seseorang mengalami stres, dan ditandai dengan perasaan tegang, merasa khawatir disertai respon fisik seperti jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya (Astuti *et al.*, (2019) dalam Prasetyo, (2018)). Kecemasan merupakan suatu perasaan yang sering dialami oleh anak yang sedang mengalami hospitalisasi, dampak ini dapat mengganggu tumbuh kembang dan proses penyembuhan pada anak (Agustina *et al.*, (2023)).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) mengemukakan bahwa 4-12% anak di Amerika Serikat yang dirawat mengalami kecemasan selama di hospitalisasi. Sebanyak 3-6% anak usia pra sekolah di Jerman juga mengalami hal serupa, sedangkan di Kanada dan Selandia baru sebanyak 4-10% anak juga mengalami kecemasan selama di hospitalisasi (Putri RAE, 2024). Menurut data yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) dalam Putri RAE, (2024) sebanyak 58% angka kesakitan yang terjadi pada anak di tahun 2021 dan 2022. Berdasarkan informasi tersebut, diperkirakan 58 dari setiap 100 anak menjalani pengobatan dan 45% di antaranya mengalami kecemasan.

Berdasarkan data buku registrasi Ruang Edelweis pada tahun 2023 terdapat sebanyak 997 pasien anak dimana 498 usia pra sekolah, pada tahun 2024 mengalami peningkatan yaitu sebanyak 1108 pasien anak dimana 605 anak usia pra sekolah (Rekam Medik Ruang Edelweis RSU Handayani, (2025)).

Dampak kecemasan pada anak yang dirawat inap yaitu seperti masalah fisik, emosi, sosial, adaptasi dengan hal baru yang ditemui selama dirawat termasuk anak usia pra sekolah. Anak usia pra sekolah biasanya mengalami cemas akibat perpisahan, karena anak harus berpisah untuk sementara dengan lingkungan yang dirasakan menyenangkan, nyaman tanpa rasa takut, dekat dan bersama orang yang dikenali, dan membahagiakan seperti lingkungan rumah, alat bermain, dan teman bermainnya (Putri, (2020) dalam Faidah & Marchelina, (2022)).

Pengalaman hospitalisasi akan berpengaruh pada respon hospitalisasi selanjutnya. Anak yang mengalami hospitalisasi lebih dari satu kali, akan menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi selama di hospitalisasi (Meentken *et al.*, (2020) dalam Dewanti *et al.*, (2023)). Di lingkungan rumah sakit, anak dapat melakukan aktivitas ekspresif lainnya yang dapat menjadi kesempatan bagi anak untuk menentukan pilihan dalam mengeluarkan rasa takut dan cemas. Ada beberapa upaya yang dapat dilakukan oleh perawat dengan melakukan pendekatan pada anak yang berperan membantu anak dalam beradaptasi pada lingkungan sekitar agar anak merasa aman nyaman selama dirumah sakit dan mengalihkan dengan kegiatan yang menyenangkan bersama anak. Selain terapi bermain, mendengarkan musik, dan mewarnai, terapi *brain gym* juga dapat menurunkan kecemasan (Widianti, (2020) dalam Sarifah *et al.*, (2016). Hal ini sejalan dengan Wong, *et al.*, (2013) dalam Adimayanti *et al.*, (2019)), salah satu upaya untuk menurunkan rasa cemas akibat hospitalisasi yang di alami oleh anak yaitu terapi *brain gym*.

Brain gym merupakan gerakan yang melatih koordinasi dan fungsi otak yang dalam gerakannya anak dituntut untuk berkonsentrasi. Anak-anak memfokuskan keadaan pikiran mereka untuk mengikuti instruksi melalui gerakan untuk menyeimbangkan otak. Dalam upaya mengaktifkan sensasi

konsentrasi diperlukan tubuh dan pikiran yang sedang dalam kondisi santai dan suasana yang menyenangkan, karena dalam keadaan tenang seseorang bisa menggunakan otak nya secara maksimal karena pikirannya menjadi kosong (Sulistiadi, A; Mirayani, R; Imelda, (2020) dalam Dewanti *et al.*, (2023)). *Brain gym* akan memberikan relaksasi pada anak sehingga anak mendapatkan kenyamanan fisik dan psikis yang diharapkan akan memberikan kenyamanan lingkungan dan sosial (Adimayanti *et al.*, (2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewanti *et al.*, (2023) *brain gym* yang diberikan 2 kali dalam sehari dengan 1 kali kegiatan dengan durasi 15 menit, dapat mengurangi kecemasan yang ditimbulkan anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi. Gerakan *brain gym* akan mengaktifkan saraf neokorteks dan parasimpatis sehingga dapat mengurangi ketegangan fisik dan psikologis. *Brain gym* ini bisa diterapkan oleh perawat di Rumah Sakit karena terbukti efektif mengurangi kecemasan hospitalisasi. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Adimayanti *et al.*, (2019) bahwa setelah dilakukan latihan *brain gym* anak mampu menjadi rileks dan melepaskan rasa cemas yang dirasakan.

Informasi yang peneliti dapatkan dari perawat di Ruang Edelweiss, tindakan *brain gym* ini belum pernah diterapkan untuk mengatasi kecemasan pada anak pra sekolah yang dirawat di Rumah sakit ini. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan tindakan *brain gym* pada anak pra sekolah yang mengalami hospitalisasi sebagai laporan tugas akhir dengan judul “Penerapan *Brain Gym* pada Anak Pra sekolah dengan Masalah Keperawatan Kecemasan akibat Hospitalisasi di Ruang Edelweis Rumah Sakit Umum Handayani, Kotabumi”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan *brain gym* pada pasien anak usia pra sekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi di Rumah Sakit Umum Handayani, Kotabumi?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan *brain gym* pada anak pra sekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi di Rumah Sakit Umum Handayani, Kotabumi.

2. Tujuan khusus

- a. Menggambarkan data pada pasien yang mengalami masalah kecemasan akibat hospitalisasi.
- b. Melakukan penerapan *brain gym* pada pasien anak yang mengalami masalah keperawatan kecemasan akibat hospitalisasi.
- c. Melakukan evaluasi penerapan *brain gym* pada pasien anak yang mengalami masalah keperawatan kecemasan akibat hospitalisasi.
- d. Menganalisa Penerapan *brain gym* pada pasien anak yang mengalami masalah keperawatan kecemasan akibat hospitalisasi.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

Laporan ini dapat memberikan informasi terhadap pengembangan ilmu keperawatan dalam mempelajari dan menerapkan *brain gym* sebagai tindakan asuhan keperawatan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang didapat dari pengalaman nyata dalam penerapan tindakan *brain gym* pada pasien anak yang mengalami masalah hospitalisasi.

b. Manfaat Bagi Instansi terkait (Rumah Sakit)

Laporan ini dapat menambah wawasan pengetahuan dan keterampilan perawat dalam memberikan tindakan keperawatan untuk mengatasi masalah kecemasan pada anak yang dihospitalisasi.

c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Tindakan *brain gym* ini dapat menambah wawasan pengetahuan kepada

keluarga untuk mengatasi kecemasan yang dialami anak pra sekolah saat dirawat di Rumah Sakit (hospitalisasi).