

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. KONSEP PENYAKIT

1. Hospitalisasi

a. Definisi hospitalisasi

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis pada anak, saat anak sakit dan dirawat di Rumah Sakit. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yaitu Rumah Sakit, sehingga kondisi tersebut menjadi faktor stressor bagi anak baik terhadap anak maupun orang tua dan keluarga. Hospitalisasi terjadi karena alasan berencana atau darurat yang mengharuskan anak untuk tinggal di Rumah Sakit untuk menjalani terapi dan perawatan. Meskipun demikian, dirawat di Rumah Sakit tetap merupakan masalah besar dan menimbulkan kecemasan bagi anak (Ayu, 2018).

b. Dampak Hospitalisasi

Dampak selama hospitalisasi, anak akan cenderung merasa cemas karena takut terhadap lingkungan rumah sakit, prosedur, bahkan kematian, perpisahan, keterbatasan privasi, dan aktivitas sehari-hari. Anak yang menjalani hospitalisasi bisa jadi tidak kooperatif dan mungkin akan kesulitan bahkan menolak ketika petugas datang. Keadaan dalam proses mengasuh dan merawat anak ini dapat menghambat dan menyulitkan karena perilaku anak yang tidak kooperatif (Sunarti, (2020) dalam Baitunnisa, (2024)).

Hospitalisasi dapat memberikan dampak terhadap perkembangan anak, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, seperti karakteristik anak itu sendiri, kualitas yang diterima, serta dukungan dari keluarga. Namun, perawatan dirumah sakit juga dapat menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan anak apabila pelayanan yang diberikan tidak memadai, yang dapat memicu

kecemasan dan rasa takut (Fransiska, 2023). Salah satu dampak yang kerap dialami anak saat menjalani perawatan di rumah sakit adalah stress hospitalisasi. Kondisi ini muncul karena anak merasa takut atau terluka akibat tindakan medis yang diterimanya. Stres selama masa perawatan dapat menimbulkan ketidaknyamanan baik bagi anak maupun keluarga sehingga diperlukan adaptasi dari anak untuk mengurangi risiko terjadi krisis. Perasaan yang sering muncul pada anak yang mengalami hospitalisasi adalah cemas, marah sedih, takut, serta rasa bersalah (Pratiwi, 2022).

c. Manfaat hospitalisasi

Menurut Chen *et al.*, (2018), meski hospitalisasi dapat memicu stress pada anak, kondisi ini jugamemberikan berbagai manfaat positif. Selain membantu proses penyembuhan, hospitalisasi memberi anak kesempatan untuk mengatasi stress, memperluas hubungan sosial,serta membangun ketrampilan interpersonal. Anak juga belajar menghadapi krisis yang dapat memperkuat kemampuan mereka dalam mengelola masalah. Bagi keluarga, pengalaman ini memiliki manfaat psikologis terutama dalam memperkuat mekanisme koping keluarga. Bebarapa manfaat psikologis yang dapat diperoleh antara lain:

- 1) Membantu mengembangkan hubungan orang tua dengan anak selama proses keperawatan di Rumah Sakit hubungan emosional anak dan orang tua biasanya menjadi lebih dekat. Situasi ini membuka kesempatan bagi orang tua untuk lebih memahami kondisi psikologis anak yang sedang mengalami stres, sehingga mereka dapat memberikan dukungan yang lebih efektif dalam membantu anak yang menghadapi masa hospitalisasi.
- 2) Menyediakan kesempatan belajar
Pengalaman dirawat dirumah sakit memungkinkan anak dan orang tua untuk memperoleh pengetahuan baru. Anak anak dapat belajar mengenai kondisi kesehatan mereka dan peran tenaga

medis, bahkan bisa menjadi inspirasi dalam menemukan cita-cita dimasa depan. Sementara itu, orang tua belajar mengenai kebutuhan anak, batasan, serta pentingnya kemandirian. Keduanya juga bisa menemukan sister pendukung baru dari staf medis.

3) Meningkatkan penguasaan diri

Melalui pengalaman hospitalisasi, anak belajar bahwa perawatan yang mereka terima bukanlah bentuk ancaman, melainkan wujud kasih sayang dan perhatian. Hal ini dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri serta pemahaman bahwa mereka dirawat dengan penuh cinta dan kepedulian.

4) Menyediakan lingkungan sosialisasi

Masa perawatan dirumah sakit juga menjadi kesempatan bagi anak dan orangtua untuk menjalin hubungan sosial dengan individu atau keluarga yang mengalami situasi serupa. Interaksi ini membentuk komunitas dukungan yang memungkinkan pertukaran pengalaman dan penguataan secara emosional.

d. Faktor stress hospitalisasi

Menurut Adelia (2022), ada beberapa faktor hospitalisasi diantaranya:

1) Perkembangan Usia

Pada anak usia sekolah reaksi perpisahan adalah kecemasan karena berpisah dengan orang tua dan kelompok sosialnya. Pasien anak usia sekolah umumnya takut pada dokter dan perawat.

2) Pola asuh keluarga

Pola asuh keluarga yang terlalu protektif dan selalu memanjakan anak juga dapat mempengaruhi reaksi takut dan cemas anak dirawat di rumah sakit. Beda dengan keluarga yang suka memandirikan anak untuk aktivitas sehari-hari anak akan lebih kooperatif bila di rumah sakit.

3) Keluarga yang terlalu khawatir atau stress

Anaknya yang dirawat dirumah sakit akan pola asuh keluarga yang terlalu protektif dan selalu memanjakan anak juga dapat mempengaruhi reaksi takut dan cemas anak dirawat di rumah sakit. Beda dengan keluarga yang suka memandirikan anak untuk aktivitas sehari-hari anak akan lebih kooperatif bila di rumah sakit. Keluarga yang terlalu khawatir atau stress anaknya yang dirawat dirumah sakit akan menyebabkan anak menjadi semakin stress dan takut.

4) Pengalaman dirawat di rumah sakit

Sebelumnya apabila anak pernah mengalami pengalaman tidak menyenangkan dirawat di rumah sakit sebelumnya akan menyebabkan anak takut dan trauma. Sebaliknya apabila anak dirawat dirumah sakit mendapatkan perawatan yang baik dan menyenangkan anak akan lebih kooperatif pada perawat dan dokter.

5) Support sistem yang tersedia

Anak mencari dukungan yang ada dari orang lain untuk melepaskan tekanan akibat penyakit yang dideritanya. Anak biasanya akan minta dukungan kepada orang terdekat dengannya misal orang tua atau saudaranya. Perilaku ini biasanya ditandai dengan permintaan anak untuk ditunggu selama dirawat dirumah sakit, didampingi saat dilakukan treatment padanya, minta dipeluk saat merasa takut dan cemas bahkan saat merasa kesakitan.

f. Reaksi anak terhadap hospitalisasi

Menurut Jovan (2020) dalam Ashila (2021), reaksi anak terhadap hospitalisasi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, tahap perkembangan, pengalaman sebelumnya dengan penyakit, dukungan sosial, serta mekanisme coping yang dimiliki:

1) Reaksi hospitalisasi pada masa bayi

Bayi umumnya menunjukkan reaksi berupa tangisan keras,

gerakan tubuh yang aktif, serta ekspresi wajah yang mencerminkan ketidaknyamanan.

2) Reaksi hospitalisasi pada usia toodler

Pada usia toodler, reaksi protes biasanya ditandai dengan menangis, berteriak, menolak interaksi dengan orang lain. Sedangkan fase putus asa, tangisan mulai mereda anak menjadi kurang aktif, tampak tidak tertarik bermain, serta menunjukan ekspresi sedih dan apatis.

3) Reaksi anak pada usia prasekolah

Reaksi hospitalisasi pada anak usia prasekolah menunjukan reaksi tidak adaptif dimana dapat berupa menolak untuk makan, sering bertanya, menangis, dan tidak kooperatif terhadap petugas. Dirawat di rumah sakit memaksa anak untuk meninggalkan lingkungan yang dicintai, keluarga, dan teman sehingga menimbulkan kecemasan. Selain itu anak berada pada lingkungan rumah sakit yang menyebabkan anak sulit beradaptasi. Reaksi yang sering ditunjukkan adalah menolak perawatan atau tindakan dan tidak kooperatif dengan petugas.

g. Terapi tindakan untuk mengatasi hospitalisasi pada anak

Menurut A. Pulungan *et al.*, (2017), beberapa upaya yang dapat dilakukan oleh perawat untuk mengatasi masalah kecemasan anak akibat hospitalisasi:

1) Melakukan pendekatan kepada anak dan orang tua

Perawat dapat membangun hubungan baik dengan anak dan orang tua melalui penjelasan yang jelas setiap kali melakukan tindakan keperawatan, menjaga komunikasi terkait kondisi dan pengembangan anak, serta memberikan dorongan dan dukungan agar mereka mampu menghadapi rasa takut dan cemas.

2) Menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman

Lingkungan yang aman dan nyaman dapat diwujudkan dengan memastikan anak terlindungi dari risiko cedera, seperti terjatuh dari

tempat tidur, dan memastikan keberadaan anggota keluarga di dekat anak untuk memberikan rasa aman. Selain itu kenyamanan dapat ditingkatkan dengan membatasi jumlah pengunjung agar anak memiliki waktu istirahat yang cukup. Perawat juga dapat bekerja sama dengan keluarga dalam proses keperawatan.

3) Menyediakan sarana bermain

Fasilitasi pelayanan kesehatan seperti, rumah sakit idealnya menyediakan mainan atau area bermain untuk anak-anak. Pendekatan keperawatan dapat dilakukan melalui kegiatan bermain. Jika fasilitas bermain tidak tersedia, perawat dituntut untuk kreatif dengan memanfaatkan alat dan bahan sederhana yang ada disekitar. Keluarga juga dapat turut berperan dengan membawa mainan kesukaan anak dari rumah.

2. Ansietas

a. Definisi Ansietas

Ansietas adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan pada anak-anak yaitu masalah yang menyebabkan anak sering menunda dan menolak untuk melakukan perawatan (Ersyad *et al.*, 2022).

Ansietas adalah perasaan yang sering dialami oleh anak-anak yang sedang menjalani hospitalisasi. Reaksi ansietas yang umum terjadi yaitu tangisan dan rasa takut terhadap orang asing. Berbagai faktor stress yang dihadapi anak selama perawatan dirumah sakit dapat memberikan dampak negatif yang mengganggu proses perkembangan mereka. Lingkungan rumah sakit sendiri bisa menjadi salah satu penyebab stress dan ansietas pada anak (Hartin, (2019) dalam Berlinda, (2023)). Ansietas merupakan perasaan khawatir yang tidak terfokus atau menyebar, seringkali berkaitan dengan ketidakpastian dan perasaan tidak berdaya, tanpa objek yang jelas. Emosi ini tidak memiliki objek spesifik meskipun kemampuan untuk merasa cemas diperlukan, tetapi tingkat ansietas yang tinggi tidak sesuai dengan

kondisi kehidupan yang sehat (Berlinda, 2023).

b. Penyebab Ansietas

Ansietas pada anak muncul dikarenakan timbulnya perasaan takut dan tidak menerima terhadap kondisi serta lingkungan baru. Penyebab ansietas lainnya yaitu: timbul dari perasaan takut terhadap penolakan (Ginanjar, (2022) dalam Anitasari *et al.*, (2019)).

c. Tanda dan Gejala

Ansietas ditandai dengan perubahan psikologis, seperti munculnya rasa cemas, perasaan gelisah, serta ketakutan terhadap pikiran sendiri. Selain itu, terdapat reaksi fisiologis, di antaranya adalah ketegangan otot, rasa tidak nyaman, gangguan tidur yang disertai mimpi menegangkan, kesulitan dalam berkonsentrasi, peningkatan denyut jantung. Orang yang mengalami kondisi ini umumnya merasa takut, terutama ketika berada dalam keadaan sendiri (Amaliah, 2022).

Menurut Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) (tahun 2017), tanda dan gejala pada pasien dengan dengan kecemasan terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 2.1 Tanda dan Gejala Ansietas

Data Subjektif	Data objektif
Ansietas Data subjektif: 1. Merasa bingung 2. Merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi 3. Sulit berkonsentrasi 4. Mengeluh pusing 5. Anoreksia 6. palpitasi 7. Merasa tidak berdaya	Data objektif: 1. Tampak gelisah 2. Tampak tegang 3. Sulit tidur 4. Tremor 5. Muka tampak pucat 6. Kontak mata buruk 7. Suara bergetar

Sumber: SDKI (2017)

d. Tingkat Ansietas

Menurut Baitunnisa (2024), tingkat ansietas dibagi menjadi empat yaitu:

1) Ansietas Ringan

Ketegangan dalam sehari-hari dapat menyebabkan ansietas ringan, dimana seseorang menjadi lebih sensitive dan waspada. Secara fisik gejalanya meliputi napas pendek, peningkatan tekanan darah, dan ekspresi yang tegang. Secara emosional mereka sulit duduk tenang, tangan gemeter, dan suara kadang menjadi lebih tinggi

2) Ansietas Sedang

Ansietas sedang adalah kondisi dimana seseorang masih dapat fokus pada hal-hal lainnya, yang membuat perhatian mereka lebih konsentrasi meskipun tetap terarah. Gejala ansietas sedang bisa ditunjukkan dengan tubuh yang gemeter, mulut kering, ekspresi wajah yang ketakutan, meremas-remas tangan, sering mengubah posisi tubuh, kesulitan untuk rileks, dan berbicara dengan suara yang keras.

3) Ansietas Berat

Ansietas berat dapat sangat mengganggu fungsi kognitif, membuat seseorang lebih terfokus pada detail tertentu dan tidak dapat berpikir tentang hal yang lainnya. Gejala ansietas berat meliputi perasaan terancam, perubahan pola nafas, kehilangan nafsu makan. Kondisi ini dapat menyebabkan panik, ketidakmampuan untuk bertindak, berkomunikasi, atau bekerja secara efektif. Dalam keadaan ini, seseorang bisa merasa sangat bingung bahkan menjadi berbahaya bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

e. Respon Terhadap Ansietas

Menurut Adelia (2022), ansietas dapat mempengaruhi kondisi fisik seseorang, respon kecemasan, antara lain:

1) Respon fisiologis terhadap ansietas

Secara fisik tubuh merespons ansietas dengan mengaktifkan system saraf otonom, yaitu simpatis dan parasimpatis. Anak yang mengalami ansietas bisa menunjukkan gejala seperti demam, mual, muntah, sakit kepala, mudah Lelah, cepat marah, serta kurangnya konsentrasi.

2) Respon psikologis terhadap ansietas

Secara psikologis anak tampak gelisah dengan ciri seperti tubuh tegang, gemetar, mudah terkejut, bicara cepat, menarik diri dari orang lain, menghindar, dan menunjukkan kewaspadaan berlebihan.

3) Respon kognitif

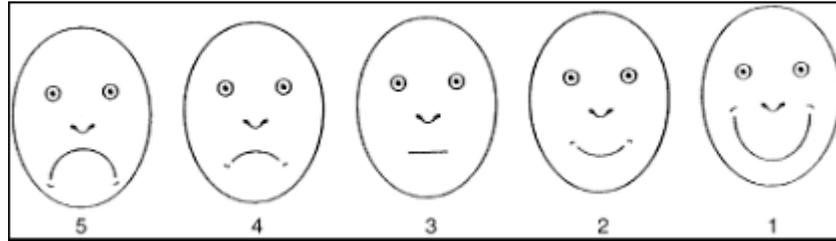
Ansietas dapat mengganggu proses berpikir ditandai dengan sulit konsentrasi, pelupa, bingung, kewaspadaan tinggi, serta rasa takut kehilangan kendali, terluka, atau bahkan kematian.

4) Respon afektif

Secara emosional ansietas ditunjukkan melalui perasaan bingung, tegang, takut, gelisah, rasa bersalah, khawatir berlebihan, dan keraguan yang terus menerus.

f. Alat ukur Ansietas

kecemasan dapat diukur menggunakan *Facial Image Scale* (FIS) Merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengetahui tingkat ansietas yang terdiri dari lima kategori ekspresi wajah yang menggambarkan situasi atau keadaan dari ansietas, mulai dari ekspresi wajah sangat senang (skor 1) hingga sangat tidak senang (skor 5). Skor 1 merupakan ekspresi yang paling positif dan skor 5 merupakan ekspresi paling negatif. Studi validitas menunjukkan bahwa FIS cocok untuk mengukur tingkat kecemasan pada anak. Alat ukur ini dipilih sebagai alat ukur dalam menilai kecemasan pada anak karena didasarkan pada sifat gambar sederhana dan mudah untuk dimengerti (Sari *et al.*, 2023).



Gambar 2.1 *Facial image scale*

Sumber: (Puji, 2022).

Keterangan gambar :

- a. Gambar 1 adalah perasaan sangat senang di tunjukan dengan sudut bibir terangkat ke atas kearah mata dan memiliki skor 1.
- b. Gambar 2 adalah perasaan senang di tunjukan dengan sudut bibir sedikit terangkat sedikit ke atas ke arah mata dan memiliki skor 2.
- c. Gambar 3 adalah perasaan agak tidak senang ditunjukan dengan sudut bibir ditarik ke samping atau tidak bergerak dan memiliki skor 3.
- d. Gambar 4 adalah perasaan tidak senang di tunjukan dengan sudut bibir di tekuk kebawah ke arah dagu dan memiliki skor 4.
- e. Gambar 5 adalah perasaan sangat tidak senang ditunjukan dengan sudut bibir sangat di tekuk ke bawah ke arah dagu hingga menangis dan memiliki skor 5.

3. Terapi Bermain

a. Definisi Terapi Bermain

Terapi bermain merupakan peran penting dalam kehidupan anak, terutama saat mereka harus menjalani perawatan dirumah sakit. Hospitalisasi sering kali menimbulkan krisis psikologis dan tekanan emosional yang cukup berat pada anak, sehingga bermain menjadi salah satu metode efektif untuk membantu anak menyalurkan rasa takut dan cemas yang mereka rasakan seperti bentuk sebagai mekanisme koping terhadap stres (Saputro & Fazrin, 2017).

Terapi bermain merupakan terapi yang diberikan kepada anak yang mengalami kecemasan dan ketakutan, guna membantu mereka mengenali lingkungan rumah sakit, memahami berbagai prosedur medis, serta membangun interaksi yang positif dengan tenaga kesehatan. Pendampingan dari orang tua sangat diperlukan untuk mengarahkan kegiatan dan perilaku anak sehari-hari yang tidak hanya mendapatkan kebahagiaan dalam bermainnya, tetapi bagaimana orang tua memberikan kegiatan belajar melalui bermain (Ratna, 2018).

b. Tujuan Bermain

Tujuan utama dari play therapy atau terapi bermain yang berfokus pada anak adalah untuk menyeimbangkan kondisi emosional mereka, termasuk dalam hal pengendalian diri, meningkatkan konsentrasi, serta membentuk kemampuan dalam mengelola diri dengan dukungan terapi ini anak diharapkan tumbuh menjadi individu yang percaya diri, mandiri, bertanggung jawab, dan mampu mengambil keputusan secara tepat. Anak-anak yang memperoleh kesempatan bermain secara seimbang akan lebih mudah memahami proses yang mereka alami, sehingga potensi dalam diri mereka dapat berkembang secara optimal. Kemampuan tersebut akan menjadi bekal penting ketika mereka memasuki fase kehidupan yang lebih kompleks dan beragam di masa depan.

Aktivitas bermain anak secara umum terbagi menjadi dua kategori yaitu bermain aktif dan bermain pasif. Bermain aktif melibatkan aktivitas fisik serta membutuhkan kreativitas dan inisiatif dari anak, seperti berbagai jenis olahraga dan permainan ketangkasan (misalnya: berenang, sepak bola, dan bulutangkis), serta permainan tradisional seperti petak umpet dan lompat tali. Sebaliknya bermain pasif tidak memerlukan banyak energi maupun ide, contohnya menonton pertunjukkan, memberi dukungan kepada teman yang sedang bertanding, atau mendengarkan dongeng (Sari & Afriani, 2019).

c. Fungsi Bermain

Menurut Saputro & Fazrin (2017), fungsi bermain pada anak yaitu:

1) Perkembangan sensorik-motorik

Aktivitas sensorik-motorik merupakan aspek penting dalam perkembangan anak, dimana bermain memainkan peran krusial dalam memperkuat fungsi otot dan ketrampilan motorik anak.

2) Perkembangan intelektual

Anak-anak belajar melalui eksplorasi dan manipulasi objek-objek disekitar mereka seperti mengenal warna, bentuk, ukuran, tekstur, dan membedakan objek. Sebagai contoh, saat anak bermain mobil-mobilan dan memperbaiki ban yang lepas mereka sudah belajar memecahkan masalah melalui eksplorasi dan kreativitas. Aktivitas ini melibatkan daya pikir dan imajinasi yang maksimal dan semakin sering dilakukan semakin berkembang kemampuan intelektual anak

3) Perkembangan sosial

Perkembangan sosial anak terlihat dari kemampuannya berinteraksi dengan orang lain. Melalui bermain anak belajar memberi, menerima, serta mengembangkan hubungan sosial. Berinteraksi dengan teman saat bermain membantu anak untuk memahami nilai-nilai sosial yang ada dalam kelompoknya dan memecahkan masalah yang muncul dalam interaksi sosial. Anak juga belajar berinteraksi dengan teman, memahami lawan bicara, dan mempelajari nilai-nilai sosial dikelompok mereka.

4) Perkembangan kreativitas

Kreativitas adalah kemampuan anak untuk menciptakan dan merealisasikan ide-idenya dalam bentuk objek atau kegiatan. Dengan bermain anak dapat mengembangkan dan menguji berbagai ide mereka, yang mengasah keterampilan kreatif mereka lebih lanjut.

5) Perkembangan kesadaran diri

Bermain membantu anak untuk mengembangkan kemampuan

mengatur perilaku mereka. Anak belajar mengenali kemampuan diri, membandingkannya dengan orang lain, dan menguji kemampuannya dengan mencoba peran-peran baru baru serta memahami dampak tingkah lakunya terhadap orang lain. Dalam hal ini, peran orang tua sangat penting untuk menanamkan nilai-nilai moral dan etika terutama dalam memahami konsekuensi positif dan negative dari perilaku mereka terhadap orang lain.

6) Nilai-nilai moral

Anak belajar membedakan mana yang benar dan salah dari lingkungan mereka, khususnya dari orang tua dan guru. Dengan bermain anak mendapat kesempatan untuk menerapkan nilai-nilai moral ini, sehingga mereka bisa diterima dalam lingkungan sosial dan menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku di kelompoknya.

7) Bermain sebagai terapi

Anak yang dirawat di rumah sakit sering kali mengalami perasaan yang tidak menyenangkan seperti marah, takut, cemas, sedih, dan nyeri akibat stress yang ditimbulkan oleh lingkungan rumah sakit. Aktivitas bermain dapat menjadi cara efektif untuk mengalihkan perhatian anak dari perasaan tersebut karena melalui terapi bermain, anak dapat mengurangi rasa sakit dan ketegangan yang mereka rasakan (distraksi).

d. Syarat Terapi Bermain

Menurut Adriani (2013) dalam Saputro & Fazrin (2017), terdapat beberapa syarat yang perlu diperhatikan agar aktivitas bermain bagi anak dapat berjalan dengan baik, yaitu :

1) Sesuaikan dengan usia anak

Pemilihan mainan dan aktivitas bermain harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan motorik dan kognitif anak. Kemampuan gerak anak harus cukup matang untuk melakukan aktivitas tertentu, sementara pemahaman mereka terhadap permainan juga harus

diperhitungkan. Jika permainan terlalu sulit, anak bisa kehilangan minat, sedangkan jika terlalu mudah, mereka cepat merasa bosan. Oleh karena itu, pilihlah permainan yang dapat merangsang kreativitas mereka.

2) Anak tidak harus dalam kondisi sehat untuk bermain

Meskipun lebih ideal jika anak dalam keadaan sehat, mereka yang sedang sakit tetap diperbolehkan bermain. Justru, bermain dapat membantu mempercepat proses pemulihan. Namun, jenis permainan harus disesuaikan dengan kondisi fisik anak, seperti permainan yang bisa dilakukan ditempat tidur, misalnya, melipat kertas, mewarnai, menggambar, mendengarkan cerita, bermain dengan jari sambil bercerita, atau bermain tebak-tebakan.

3) Durasi Bermain Yang Sesuai

Lama waktu bermain perlu disesuaikan dengan karakter anak, apakah mereka cenderung aktif atau pasif. Bermain tidak boleh terlalu lama agar tidak mengganggu aktivitas lain seperti makan, mandi, dan tidur. Bayi memiliki rentang perhatian yang pendek, sehingga cukup bermain selama 10-30 menit. Untuk anak yang lebih besar, sebaiknya dibuat aturan yang jelas, misalnya bermain selama satu jam sebelum makan atau mandi. Konsistensi dalam menerapkan aturan ini penting agar anak tidak bingung. Jika anak sedang sakit dan membutuhkan banyak istirahat, mereka tidak boleh dipaksa untuk bermain.

4) Pastikan Mainan Yang Digunakan Aman

Keamanan mainan sangat penting, terutama bagi bayi. Pilih mainan yang tidak mudah pecah, terurai, atau berukuran kecil yang bisa tertelan atau masuk ke lubang telinga dan hidung. Hindari mainan dengan tali panjang, benda tajam, atau yang menggunakan listrik. Secara umum, mainan harus bebas dari bagian yang tidak mudah tertelan, tidak berujung runcing, tidak beracun (non toxic), tidak mudah mengelupas, atau menjepit, serta tidak menimbulkan risiko kebakaran.

5) Orang Tua Harus Mendampingi Anak Saat Bermain

Mainan bukanlah pengganti peran orang tua, melainkan alat untuk mempererat hubungan antara orang tua dan anak. Oleh karena itu, anak perlu didampingi saat bermain agar mereka memahami tujuan dari permainan. Selain itu, pendamping juga membantu anak dalam mengatasi kesulitan, seperti kurangnya konsentrasi terhadap suatu aktivitas. Dengan memberikan penghargaan atas usaha dan kreativitas anak dalam bermain, harga diri mereka juga dapat tumbuh dengan lebih baik.

e. Jenis jenis Permainan sebagai usia

Menurut Saputro & Fazrin (2017), ada berbagai macam permainan anak sesuai dengan usianya yaitu sebagai berikut:

1) Permainan anak usia 0-1 tahun

a) Permainan kerincing

Permainan ini memanfaatkan indera penglihatan dan pendengaran anak untuk mengalihkan perhatian serta melatih kemampuan anak dalam menemukan sumber suara.

b) Sentuhan

Permainan ini melibatkan benda-bendayang disentuhkan pada kulit atau telapak tangan anak. Pilihlah benda dengan tekstur lembut, seperti boneka, sisir bayi, atau kertas.

c) Mengamati mainan

Dalam permainan ini, anak diminta untuk mengamati benda bergerak seperti boneka berwarna cerah yang digerakkan mendekat, menjauh, atau ke kanan dan kiri untuk melatih kemampuan perhatian anak.

2) Permainan anak usia 1-3 tahun

a) Arsitek Menara

Permainan ini menggunakan kotak atau kubus berwarna-warni dengan ukuran yang sama. Kemudian anak diminta untuk menyusun kotak atau kubus yang berwarna sama.

Selalu berikan pujian atas pada setiap kegiatan anak.

b) Tebak gambar

Permainan ini melibatkan gambar-gambar yang sudah dikenal anak seperti gambar binatang, buah, kendaraan, atau profesi. Anak diminta untuk menebak gambar yang ditunjukkan, jika anak tidak beri penjelasan dan ajak mereka untuk menebak gambar lain guna melatih daya ingat anak.

3) Permainan anak usia 4-6 tahun

a) Bola keranjang

Permainan ini menggunakan bola dan keranjang plastik atau kotak kosong yang diletakkan sekitar 2 meter darai anak, kemudian minta untuk melempar bola ke dalam keranjang atau kotak dan jika bola yang tercecer biarkan sampai bola habis. Kemudian ajak anak untuk mengambil bola yang terjatuh dan memasukkanya kembali ke dalam keranjang.

b) Bermain abjad

Permainan ini membutuhkan pasangan minimal 2 anak, permainan ini dengan menggunakan jari tangan yang diletakkan dilantai kemudian jari tersebut dihitung mulai A hingga Z. jumlah jari terserah pada anak dan jari ysng tidak digunakan dapat ditekuk. Huruf yang tersebut terakhir akan dicari nama binatang/nama buah sesuai dengan huruf depannya.

c) Boneka tangan

Permainan ini dilakukan dengan menggunakan boneka tangan atau bisa juga boneka jari. Dalam kegiatan ini petugas bercerita dengan menggunakan boneka tangan. Cerita yang disampaikan diusahakan mengandung unsur sugesti atau cerita tentang pengenalan kegiatan dirumah sakit. Biarkan anak memperhatikan isi cerita, sesekali nama anak agar merasa terlibat dalam permainan tersebut.

d) Melipat kertas origami

Permainan origami untuk melatih motorik halus anak, mengembangkan imajinasi anak, permainan dilakukan dengan melipat kertas membentuk topi, ikan, rumah, bunga, burung dan pesawat. Ajari dan beri contoh dengan perlahan kepada anak dalam melipat kertas. Selalu beri pujian terhadap apa yang telah dicapai anak. Hasil karya anak bisa dipajang dimeja anak atau didekat infus anak agar mudah terlihat orang lain.

4) Permainan anak usia 6-12 tahun

a) Mewarnai gambar

Permainan ini melatih motorik halus dan meningkatkan kreativitas anak. Berikan anak gambar untuk diwarnai dengan spidol warna, lalu mintai mewarnai didalam garis. Ajngan lupa menuliskan nama anak pada gambar yang telah diwarnai.

b) Menyusun *puzzle*

Siapkan gambar *puzzle* yang akan disusun anak, upayakan pemilihan gambar *puzzle* yang tidak asing bagi anak-anak. Pisahkan terlebih dahulu *puzzelnya*, kemudian minta anak untuk menyusun kembali gambar tersebut. Ajak/buat kompetisi dalam permainan ini yaitu siapa yang duluan selesai menyusun *puzzle*, anak tersebut sebagai pemenangnya. Beri semangat juga bagi teman lain yang belum menyelesaikan *puzzelnya*.

c) Menggambar bebas

Sediakan kertas kosong dan pensil atau krayon/spidol warna, lalu berikan kepada anak dan minta anak menggambar diatas kertas tersebut. Kemudian minta anak menceritakan gambar yang telah dibuatnya. Beri stimulus dalam memulai menggambar seperti ide membuat gambar mobil, gambar binatang atau menggambar pemandangan.

d) Bercerita

Permainan ini ditunjukkan untuk anak usia 10-12 tahun. Permainan ini dimulai dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk membaca sebuah cerita/dongeng (cerita/dongeng bisa kita siapkan sebelumnya dalam majalah atau buku cerita) setelah itu minta anak menceritakan kembali apa yang telah dibacanya beri tanggapan terhadap isi cerita yang disampaikan anak, seperti “wah hebat ya anak kancilnya”. Kemudian beri tepuk tangan setelah anak selesai menceritakan apa yang telah dibacanya.

e) meniup balon

Permainan ini sangat baik sekali untuk anak-anak, selain untuk bermain juga melatih pernapasan anak. Berikan balon bermotif kepada anak untuk meniup balon tersebut hingga besar. Hal yang perlu diperhatikan adalah pantau anak dan balonnya, jangan sampai balonnya meletus atau anak memaksakan untuk meniup balon sedangkan kondisi anak sudah kelelahan.

4. Origami

adalah permainan yang dapat diterapkan atau dimainkan oleh anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit, terutama anak yang mengalami kecemasan dikarenakan selain mampu mengurangi kecemasan, juga mampu melatih keterampilan motorik halus, mengembangkan motivasi, kreativitas, keterampilan, dan ketekunan (Roslianti *et al.*, (2022) dalam Adkha *et al.*, 2023)).

Bermain origami bermanfaat untuk melatih motorik halus, menumbuhkan motivasi, kreativitas, keterampilan, dan ketekunan bermain origami mengajarkan pada anak membuat mainannya sendiri, sehingga menciptakan kepuasan dibanding dengan mainan yang sudah jadi atau dibeli di toko mainan. Alasan dipilih terapi bermain origami karena dinilai

lebih efektif dalam mengurangi kecemasan. Selain itu, bermain melipat kertas dapat meningkatkan daya ingat, perasaan, emosi serta dapat membantu perawat dalam melaksanakan perawatan (Amin *et al.*, 2024).

a. Manfaat

Manfaat melipat kertas origami menurut Rodríguez&Velastequí, (2019), yaitu:

- 1) Meningkatkan motorik halus.
- 2) Mengoptimalkan kekuatan otot kecil yang terdapat pada jari- jari tangan.
- 3) Melatih ketelitian dan koordinasi pada motoric halus pada anak.
- 4) Melatih kemampuan konsentrasi dan kesabaran anak.
- 5) Mengasah kreativitas dan imajinasi anak.

5. Anak

a. Definisi

Anak adalah individu yang memiliki keunikan dengan kebutuhan yang bervariasi sesuai dengan tahap perkembangannya. Anak adalah seseorang yang masih belum dewasa atau belum mencapai usia kedewasaan, biasanya diukur dengan batas usia 18 tahun.. Anak prasekolah merupakan masa yang optimal, dimana anak mulai menunjukkan minat terhadap kesehatan, mengalami perkembangan bahasa dan berinteraksi dengan lingkungan sosial, mengeksplorasi emosional, kerasa kepala dan ceria, serta menunjukkan keberanian serta ketergantungan (Mansur, (2019) dalam Fransiska, (2023)).

b. Tingkat perkembangan anak

Menurut Damaiyanti, (2018), karakteristik anak sesuai tingkat perkemanganya yaitu:

1) Usia bayi (0-1 tahun)

Pada tahap ini, bayi belum mampu menyampaikan perasaan dan pikiranya nelalui kata-kata, sehingga lomunikasi yang digunakan bersifat nonverbal. Ketika merasa lapar,haus basah atau perasaam

tidak nyaman, bayi mengungkapkan emosinya dengan menangis. Meski demikian, bayi mampu merespons perilaku nonverbal orang dewasa seperti sentuhan, pelukan, gendongan, serta suara yang lembut. Respon umum yang ditunjukkan meliputi gerakan tubuh, tangan, dan kaki, terutama pada bayi dibawah usia enam bulan, sebagai bentuk upaya menarik perhatian. Oleh karena itu, penting untuk memberikan perhatian saat berinteraksi dengannya. Hindari langsung menggendong atau memangku bayi, karena bisa menimbulkan rasa takut. Sebaliknya, jalin komunikasi terlebih dahulu dengan ibunya sebagai bentuk pendekatan yang baik.

2) Usia pra sekolah (3-6 tahun)

Anak dibawah usia tiga tahun cenderung egosentris dan mudah merasa takut karena ketidaktahuan, sehingga mereka perlu diberi penjelasan mengenai apa yang akan terjadi. Misalnya, saat akan diukur suhu tubuh, anak mungkin merasa cemas melihat alat yang akan digunakan. Jelaskan bagaimana akan merasakannya dan beri kesempatan bagi anak untuk memegang thermometer sampai dia yakin bahwa alat tersebut tidak berbahaya. Dari segi bahasa, anak belum bisa bicara dengan lancar, karena mereka belum mencapai penguasaan 900-1200 kata. Oleh karena itu, saat menjelaskan gunakan kata-kata yang sederhana dan familiar. Berkomunikasilah menggunakan objek transisional seperti boneka dan jika anak malu ajak orang tua untuk berbicara. Beri kesempatan pada anak yang lebih besar untuk berbicara tanpa keberadaan orang tua. Pujian atas capaian anak juga dapat mendorongnya untuk meningkatkan kemampuan komunikasi.

c) Usia sekolah (6-12 tahun)

Anak pada usia ini sangat peka terhadap stimulus yang dapat mengancam tubuhnya. Oleh karena itu, saat berkomunikasi dan berinteraksi gunakan bahasa yang sederhana dan beri contoh yang sesuai dengan tingkat kognitifnya. Anak usia sekolah sudah lebih mampu berkomunikasi dengan orang dewasa, dengan

pembendaharaan kata sekitar 3000 kata yang dikuasai dan anak sudah mampu berfikir secara konkret.

d) Usia remaja (13-18)

Fase remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa, dimana pola pikir dan perilaku anak mulai berkembang menuju kedewasaan. Anak perlu diberi kesempatan untuk perlu memecahkan masalah secara positif. Jika anak merasa cemas atau stress, ajak mereka berbicara dengan teman sebaya atau orang dewasa yang dipercaya. Menghargai identitas diri dan harga diri sangat penting dalam komunikasi.

B. Konsep Asuhan Keperawatan

1. Pengkajian

Pengkajian keperawatan merupakan tahap pertama yang harus dilakukan oleh perawat saat pasien masuk di rumah sakit maupun pusat pelayanan kesehatan lainnya. Pengkajian tersebut merupakan proses dari pengumpulan data dari klien. Seperti nama dan umur pasien, verifikasi, dan komunikasi data tentang pasien (Fanisa, 2019).

Pengkajian kesehatan ini, seharusnya meliputi riwayat kesehatan menyeluruh dan pemeriksaan fisik.

a. Riwayat Kesehatan

- 1) Demografi: meliputi nama anak, usia, jenis kelamin, dan informasi demografi lain.
- 2) Keluhan utama: mendokumentasikan keluhan yang dialami oleh anak yang sesuai dengan yang diungkapkan oleh pasien dan orang tua, serta lihat ekspresi wajah pasien saat ditanya.
- 3) Riwayat kesehatan saat ini: mengkaji awal mulai kesehatan, durasi, pengobatan yang telah diberikan sebelumnya, serta faktor-faktor yang dapat memperburuk atau meredakan kondisi kesehatan, tanyakan apa yang membuat pasien merasa cemas, mengkaji kepada pasien menangis jika ada tenaga medis datang.
- 4) Riwayat kesehatan masa lalu: meliputi riwayat kesehatan dimasa lalu

bisa menyebabkan trauma, masalah tumbuh kembang, riwayat alergi makanan dan obat, status imuisasi.

- 5) Riwayat kesehatan keluarga: meliputi usia dan status kesehatan orangtua, saudara kandung, dan anggota keluarga lain.
- 6) Penampilan umum: meliputi kesadaran pasien, menangis, gelisah, takut, khawatir, dan tidak ingin didekati selain keluarga.
- 7) Pola tidur dan istirahat: mengkaji tidur pasien selama dirawat dirumah sakit meliputi, tidur nyenyak, tidur tidak nyenyak, atau tidak bisa tidur.
- 8) Psikologis: melakukan pengkajian selama dirawat pasien rewel, tidak bisa ditinggal ke kamar mandi, atau bahkan kalau ada suster/dokter yang berkunjung pasien langsung histeris.
- 9) Pola aktivitas: melakukan pengkajian aktivitas selama di rumah sakit mengalami keterbatasan akibat lingkungan baru, pasien diam di tempat tidur, pasien jalan-jalan sendiri, atau pasien minta keliling sambil digendong.
- 10) Pengkajian pola eliminasi: mengkaji pasien apakah selama masa perawatan ada gangguan BAB atau BAK.

b. Pemeriksaan Fisik

Pemeriksaan fisik meliputi penampilan umum, tanda-tanda vital (suhu, denyut jantung, pernapasan dan tekanan darah), pengukuran tubuh (berat badan, panjang atau tinggi badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan, lingkaran perut dan lingkaran dada) dan pengkajian secara sistematis *head to toe*.

2. Perencanaan

Perencanaan merupakan proses selanjutnya setelah diagnosa keperawatan ditetapkan. Perencanaan disusun berdasarkan target capaian dengan rentang waktu untuk mengatasi permasalahan yang dialami pasien. Sifat dari perencanaan dibuat berdasarkan tindakan mandiri maupun kolaborasi agar tujuan dapat tercapai yang dibuat perawat dengan mengembangkan

rencana individu, holistik berbasis bukti dan didokumentasikan dengan baik (Pertwi & Hardiyanti, 2023). Perencanaan pada klien dengan masalah kecemasan atau ansietas terdapat pada table di bawah ini

Tabel 2.2
Perencanaan Keperawatan Masalah Keperawatan Ansietas

Diagnosa Keperawatan	Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)	Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SIKI)
1	2	3
Ansietas Data subjektif: 1. Merasa bingung 2. Merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi 3. Sulit berkonsentrasi 4. Mengeluh pusing 5. Anoreksia 6. palpitasi 7. merasa tidak berdaya Data objektif: 1. Tampak gelisah. 2. Tampak tegang 3. Sulit tidur 4. Tremor 5. Muka tampak pucat 6. Kontak mata buruk Suara bergetar	Tingkat ansietas menurun dengan kriteria hasil: 1. Perilaku tegang menurun 2. Perilaku gelisah menurun 3. Orientasi membaik 4. Verbalisasi kebingungan menurun 5. Konsentrasi membaik 6. Verbalisasi akibat kondisi yang dihadapi menurun 7. Kontak mata Membaik	Terapi bermain: Observasi 1. Identifikasi perasaan anak yang diungkapkan selama bermain. 2. Monitor penggunaan peralatan bermain anak. 3. Monitor respon anak terhadap terapi 4. Monitor tingkat kecemasan anak selama terapi. Terapeutik 1. Ciptakan lingkungan yang aman dan nyaman. 2. Sediakan waktu yang cukup untuk memungkinkan sesi bermain yang efektif 3. Atur sesi bermain untuk memfasilitasi hasil yang diinginkan 4. Tetapkan Batasan untuk sesi latihan terapeutik. 5. Sediakan peralatan bermain yang aman sesuai, kreatif, tepat guna, peralatan yang merangsang perkembangan anak yang dapat mendorong ekspresi pengetahuan dan perasaan anak 6. Motivasi anak untuk berbagi perasaan,

1	2	3
		<p>persepsi</p> <p>7. Komunikasikan penerimaan perasaan baik positif maupun negative yang diungkapkan melalui permainan.</p> <p>8. Lanjutkan sesi bermain secara teratur untuk membangun kepercayaan dan mengurangi rasa takut akan peralatan atau perawatan yang tidak di kenal.</p> <p>9. Dokumentasikan pengamatan yang dilakukan selama sesi bermain.</p> <p>Edukasi</p> <p>1. Jelaskan tujuan bermain bagi anak dan orang tua.</p> <p>2. Jelaskan prosedur bermain pada anak dan orang tua dengan bahasa yang mudah dipahami</p>

perencanaan pada tabel di atas, penelitian yang mendukung terapi bermain origami terdapat di bawah ini:

- a. Penelitian Adkha *et al.*, (2023), mengatakan terapi origami berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Dibuktikan sebelum dilakukan tindakan origami skor kecemasan berat (skor 65) dan sesudah dilakukan terapi bermain origami menjadi kecemasan ringan (skor 23).

Terapi bermain membantu anak- anak pra sekolah untuk meningkatkan keterampilan sosial, emosional, dan perilaku. Hal ini juga memberikan manfaat bagi anak-anak untuk mengurangi tingkat ketakutan dan kecemasan. Bermain origami akan memberikan perasaan senang dan bangga bagi anak dimana anak dapat membuat mainannya sendiri. Perasaan senang dan bangga tersebut dapat membuat anak dapat

beradaptasi terhadap stressor kecemasan selama hospitalisasi. Penurunan tingkat kecemasan menjadi ringan atau sedang menandakan adanya perasaan senang pada anak melalui bermain.

Perasaan senang ketika bermain origami mampu menurunkan hormon-hormon stressor, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Nengsih, (2020) dalam Adkha *et al.*, (2023)).

- b. Penelitian Amin *et al.*, (2024), mengatakan terapi bermain origami dapat di jadikan sebagai terapi non farmakologi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak. Di buktikan dengan hasil dari *Virtual Face Analog Scale* (VFAS) skala hari pertama A5 (berat ringan) sebelum dilakukan tindakan, setelah dilakukan tindakan menurun menjadi skala A3 (ringan sedang). Pada hari kedua skala mula A3 (ringan sedang) menjadi A1 (ringan), setelah dilakukan terapi bermain origami. Penelitian ini menyatakan bahwa terapi bermain origami memberikan kesempatan pada anak untuk membuat berbagai bentuk dengan melipat kertas. Dengan kegiatan ini anak akan merasa bangga dengan sesuatu yang telah dihasilkan. Perasaan bangga membantu anak meningkatkan peran dirinya selama menjalani proses hospitalisasi sehingga perasaan hilang kendali karena pembatasan aktivitas pada anak dapat diatasi/dihilangkan jika tressor kecemasan berupa kehilangan kendali dapat diatasi maka tingkat kecemasan pada anak dapat menurun.

Bermain origami membuat anak menggali dan mengekspresikan perasaan dan pikirannya, mengalihkan perasaan nyeri dan relaksasi.

Dengan diberikan terapi bermain origami akan mampu menurunkan tingkat kecemasan pada anak karena ketakutan anak menjadi berkurang, anak menjadi familiar dengan lingkungan rumah sakit yang dianggap asing dan anak tidak akan merasa jenuh karena adanya waktu mereka diisi bermain menggunakan origami, pengaruh terapi bermain origami dapat dilihat dari sebelum dan setelah diberi terapi bermain origami bahwa sebelum diberi terapi bermain ada anak yang mengalami cemas sedang dan berat tetapi setelah diberi terapi bermain origami anak yang cemas sedang menurun menjadi cemas ringan dan cemas berat menjadi cemas sedang hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh terapi bermain origami terhadap tingkat kecemasan (Al Ihsan *et al.*, (2018) dalam Amin *et al.*, (2024)).

- c. Menurut penelitian Widi (2024), mengatakan setelah dilakukan terapi bermain origami bergambar selama 2x24 jam selama 30-60 menit, tingkat ansietas pasien menurun. Hal ini dibuktikan bahwa terjadinya proses penurunan tingkat kecemasan dengan terapi bermain origami saat dilakukan perawatan selama di Rumah Sakit. Melalui bermain origami, anak dapat mengatasi stres yang dialaminya dan meningkatkan kooperatif anak terhadap perawatan. Adanya gerakan otot-otot jari tangan saat anak bermain origami, membantu mengirimkan sinyal ke susunan saraf pusat memicu neuron melalui tangan. Perasaan senang dari amigdala dilanjutkan ke hipotalamus dan terjadilah pengeluaran hormon endorfin (anti stres) yang membuat sistem saraf dan otot menjadi relaksasi sehingga anak merasa lebih rileks dan nyaman.

3. Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahap terakhir dari proses keperawatan berupa perbandingan yang sistematis dan terencana dari hasil-hasil yang diamati dengan tujuan dan kriteria hasil yang dibuat pada tahap perencanaan. Evaluasi dilakukan dengan cara berkesinambungan dengan melibatkan

pasien dan tenaga kesehatan lainnya. Apabila hasil menunjukkan ketercapaian tujuan dan kriteria hasil, maka pasien keluar dari siklus proses keperawatan, namun apabila sebaliknya, maka pasien masuk ke dalam siklus proses keperawatan mulai dari pengkajian ulang (Wirdah, 2016).

Ketiga penelitian diatas terdapat perbedaan yaitu:

- a. Penelitian Adkha *et al.*, (2023), menjelaskan bahwa perasaan senang dan bangga saat bermain origami mampu menurunkan hormone stres dan mengaktifkan hormon endorphin sehingga dapat menurunkan kecemasan.
- b. Penelitian Amin *et al.*, (2024), kegiatan melipat kertas origami membuat bangga, bersemangat, dan lebih percaya diri, karena mereka bias menciptakan sesuatu sendiri. Ini membantu anak mengurangi rasa takut dan lebih nyaman berada dirumah sakit
- c. Penelitian Widi (2024), menjelaskan mekanisme biologis lebih rinci dimana Gerakan otot jari merangsang sistem saraf pusat, yang memicu amigdala dan hipotalamus untuk melepaskan endorphin, sehingga menciptakan relaksasi dan rasa nyaman.