

**PENERAPAN TERAPI BERMAIN PLASTISIN (*PLAYDOUGHT*)
DALAM MENURUNKAN KECEMASAN ANAK USIA PRASEKOLAH
(3 – 5 TAHUN) YANG MENGALAMI HOSPITALISASI**

**APPLICATION OF PLASTICINE PLAY THERAPY (*PLAYDOUGHT*)
IN REDUCE ANXIETY OF PRESCHOOL AGE (3 – 5 YEARS)
CHILDREN WHO HAVE BEEN HOSPITALIZED**

Agus Periyadi¹, Immawati², Sri Nurhayati³

^{1,2,3}Program DIII Keperawatan Akper Dharma Wacana Metro
Email: Agusperiyadi74@gmail.com

ABSTRAK

Hospitalisasi adalah suatu keadaan yang menyebabkan seorang anak harus tinggal di rumah sakit untuk menjadi pasien dan menjalani berbagai perawatan. Untuk mengurangi dampak akibat hospitalisasi selama menjalani perawatan, diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemasnya, salah satunya adalah terapi bermain plastisin (*playdough*). Terapi bermain pada anak yang mengalami kecemasan adalah usaha mengubah tingkah laku bermasalah, dengan menepatkan anak dalam situasi bermain. Kedua anak mengalami hospitalisasi dengan tingkat kecemasan yang berbeda. Tujuan: Menggambarkan penerapan terapi bermain plastisin (*playdough*) untuk menurunkan kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Metode: menggunakan desain studi kasus. Subjek yang digunakan adalah anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan saat hospitalisasi. Hasil: Saat dilakukan terapi bermain plastisin (*playdough*), subyek 1 berada pada skala kecemasan 10 (sedang) dan subyek 2 berada pada skala kecemasan 9 (ringan). Sesudah dilakukan terapi bermain plastisin (*playdough*), kedua subyek berada pada skala kecemasan normal (subyek 1= 7 dan subyek 2= 3). Simpulan: Penerapan terapi bermain yang dilakukan penulis mampu menurunkan kecemasan pada anak. Bagi ibu yang anaknya mengalami kecemasan akibat hospitalisasi, dapat menggunakan terapi bermain plastisin (*playdough*) sebagai salah satu alternatif manajemen kecemasan pada anak akibat tindakan yang tidak menyenangkan.

Kata Kunci : Hospitalisasi, plastisin (Playdough), terapi bermain, usia sekolah

ABSTRACT

Hospitalization is a condition that causes a child to stay in the hospital to be a patient and undergo various treatments. To reduce the impact of hospitalization during treatment, we need a media that can express anxiety, one of which is playdough therapy. Play therapy in children who experience anxiety is an attempt to change problematic behavior, by placing children in play situations. Both children experienced hospitalization with different levels of anxiety. Objective: To describe the application of playdough therapy to reduce anxiety in preschool children who are hospitalized. Methods: using a case study design. The subjects used were preschool-aged children who experienced anxiety during hospitalization. Results: When playing plasticine therapy (playdough), subject 1 was on an anxiety scale of 10 (moderate) and subject 2 was on an anxiety scale of 9 (mild). After playing plasticine therapy (playdough), both subjects were on a normal anxiety scale (subject 1 = 7 and subject 2 = 3). Conclusion: The application of play therapy by the author is able to reduce anxiety in children. For mothers whose children experience anxiety due to hospitalization, playdough therapy can be used as an alternative to management of anxiety in children due to unpleasant actions.

Keywords : Hospitalization, Playdough, Play therapy, Preschool Age

PENDAHULUAN

Terapi bermain pada anak yang mengalami kecemasan adalah usaha mengubah tingkah laku bermasalah, dengan menepatkan anak dalam situasi bermain. Bermain merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional, dan sosial. Terapi bermain dapat membuat anak merasa lebih santai dan dapat mengekspresikan segala perasaan dengan bebas sehingga dapat diketahui permasalahan anak dan bagaimana mengatasinya, misalnya kecemasan saat hospitalisasi¹.

Kecemasan merupakan respons emosional terhadap stresor. Kecemasan merupakan hal yang normal jika seseorang merasa cemas saat berhadapan dengan stresor. Kecemasan adalah pengalaman manusia yang bersifat universal, suatu respon emosional yang tidak menyenangkan, penuh kekhawatiran suatu rasa takut yang tidak terakspresikan dan tidak terarah karena suatu sumber ancaman atau pikiran yang datang tidak jelas dan tidak teridentifikasi². Anak prasekolah bereaksi terhadap penyakit dan hospitalisasi sebagai suatu hukuman sehingga menyebabkan kecemasan, takut terhadap cedera tubuh dan nyeri,

dan rasa takut terhadap prosedur yang menyakitkan¹.

Hospitalisasi merupakan pengalaman penuh stres bagi anak dan keluarganya. Hospitalisasi adalah suatu keadaan yang menyebabkan seorang anak harus tinggal di rumah sakit untuk menjadi pasien dan menjalani berbagai perawatan. Pada proses inilah terkadang anak mengalami berbagai pengalaman yang sangat traumatis dan penuh dengan stres¹.

Kecemasan terbesar pada anak usia prasekolah selama menjalani hospitalisasi adalah kecemasan terjadinya perlukaan pada bagian tubuhnya. Semua prosedur atau tindakan keperawatan baik yang menimbulkan nyeri maupun tidak, dapat menyebabkan kecemasan anak prasekolah. Hal ini disebabkan karena keterbatasan pemahaman anak mengenai tubuh¹.

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 keperawatan³.

Dampak dari kecemasan pada anak yang menjalani perawatan, apabila tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan keperawatan dan pengobatan yang diberikan sehingga akan berpengaruh terhadap lamanya hari rawat anak dan dapat memperberat kondisi penyakit yang diderita anak. Untuk mengurangi dampak akibat hospitalisasi selama menjalani perawatan, diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemasnya, salah satunya adalah terapi bermain³.

Terapi bermain berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak dan untuk mengurangi kecemasan akibat hospitalisasi. Dengan bermain, anak melepaskan ketakutan, kecemasan, mengekspresikan kemarahan dan permusuhan, bermain merupakan cara coping yang paling efektif untuk mengurangi stres. Terapi bermain yang diberikan pada anak usia prasekolah harus menyesuaikan dengan tahapan perkembangan sesuai usianya. Pada masa prasekolah, jenis permainan salah satunya adalah *skill play*, dimana jenis permainan ini menggunakan kemampuan motoriknya. Salah satu permainan *skill play* adalah bermain lilin. Lilin biasa disebut juga dengan plastisin atau *playdough*³.

Terapi bermain dengan menggunakan plastisin sangat tepat dilakukan pada anak dengan hospitalisasi karena plastisin tidak membutuhkan energi yang besar untuk bermain, permainan ini juga dapat dilakukan di atas tempat tidur anal sehingga tidak mengganggu dalam proses pemulihan kesehatan anak. Selain itu, plastisin sangat bermanfaat bagi sensori peraba anak, menggempal dan memilinya sangat bermanfaat untuk melenturkan jari-jari, mengendalikan perilaku agresif pada anak dan mengurangi kecemasan⁴.

Bermain plastisin dipilih selain berfungsi sebagai terapi bagi anak juga bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan motorik halus anak, mengembangkan kemampuan imajinasi dan kreativitas anak karena anak usia prasekolah mengalami perkembangan motorik kasar dan halus dengan cepat serta dapat mengenalkan anak tentang warna⁴.

Tujuan umum penerapan ini adalah untuk menggambarkan penerapan terapi bermain plastisin (*playdough*) untuk menurunkan kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

METODE

Karya tulis ini menggunakan desain studi kasus (*case study*) yaitu dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus. Studi kasus dibatasi oleh waktu dan tempat serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas atau individu⁵. Studi kasus dilakukan untuk mengetahui penerapan terapi bermain plastisin (*playdought*) terhadap kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Subyek penerapan adalah dalam penerapan ini adalah anak usia prasekolah yang dirawat di Ruang Anak RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. Penerapan telah dilakukan di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. Waktu penerapan telah dilakukan pada tanggal 17 dan 19 Juni 2021.

HASIL

Tabel 1
Gambaran Subyek Penerapan

Identitas	Subyek 1	Subyek 2
Nama Pasien	An. Ar	An. Ay
Umur	3 tahun 7	2 tahun 8 bulan
Jenis Kelamin	bulan	Perempuan
Alamat	Laki-laki	Banjarsari
Diagnosa Medis	Margosari	<i>Thalasemia</i>
No. MR	(Lamtim)	
Tanggal Pengkajian	<i>Broncho</i>	231089
Riwayat Masuk RS	<i>Pneumonia</i>	19 Juni 2021
	387348	
	17 Juni 2021	
Lama dirawat di RS	Anak	Kontrol thalasemia post
TTV :	mengalami	opname. An. Ay sudah 4
Nadi	panas/ demam,	kali dirawat di rumah sakit
RR	batuk	dengan penyakit yang sama
Suhu tubuh	berdahak,	(thalasemia)
BB	sesak napas	
	sejak 2 hari	2 hari
	yang lalu. An.	110 x menit
	Ar baru	24 x/ menit
	pertama kali	36,7 °C
	masuk rumah	20 kg
	sakit	
	3 hari	
	186 x menit	
	28 x/ menit	
	36,8 °C	
	14 kg	

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa kedua pasien yang dirawat di rumah sakit

sama-sama mengalami kecemasan karena hospitalisasi. Subyek 1 berjenis kelamin laki-laki, berumur 3 tahun 7 bulan, baru pertama kali masuk ke rumah sakit dengan

diagnosa *Broncho pneumonia*. Subyek 2 berjenis kelamin perempuan, berumur 2 tahun 8 bulan, sudah 4 kali masuk rumah sakit dengan diagnosa yang sama yaitu *thalasemia*.

Tabel 2
Gambaran Skala Kecemasan Sebelum dan Setelah Terapi Bermain Plastisin (Playdough)

Subyek	Skala DASS			
	Hari ke-1		Hari ke- 2	
	Pre	Post	Pre	Post
I (An. Ar)	10	8	9	7
II (An. Ay)	8	8	8	3

Dari tabel di atas diketahui bahwa kedua subyek mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Subyek 1 sebelum dilakukan terapi bermain plastisin (*playdough*) berada pada skala kecemasan sedang sedangkan subyek 2 berada pada skala kecemasan ringan. Setelah dilakukan terapi bermain plastisin (*playdough*) terjadi penurunan skala kecemasan pada kedua subyek. Kedua subyek berada pada skala kecemasan normal.

PEMBAHASAN

Hospitalisasi merupakan pengalaman penuh stres bagi anak dan keluarganya. Hospitalisasi adalah suatu keadaan yang menyebabkan seorang anak harus tinggal di rumah sakit untuk menjadi pasien dan

menjalani berbagai perawatan. Pada proses inilah terkadang anak mengalami berbagai pengalaman yang sangat traumatis dan penuh dengan stres³.

Hasil pengkajian pada kedua subyek diketahui kedua subyek yang dirawat di rumah sakit mengalami kecemasan karena hospitalisasi. Sesuai dengan konsep teori, faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada penerapan ini adalah⁶ :

- a. Usia
Kedua subyek berusia 3 tahun, pada usia tersebut, subyek sudah mampu memahami dan mengontrol kecemasan. Permintaan bantuan dari sekeliling menurun dengan

- bertambahnya usia, pertolongan diminta bila ada kebutuhan⁶.
- b. Pengalamam
- Kedua subyek sama-sama mengalami kecemasan hospitalisasi dengan pengalaman yang berbeda, Subyek 1 baru pertama kali mengalami hospitalisasi sehingga subyek berada pada skala kecemasan sedang (10). Subyek 2 sudah sering mengalami hospitalisasi sehingga skala kecemasannya ringan (9). Individu yang mempunyai modal kemampuan pengalaman menghadapi stres dan punya cara menghadapinya akan cenderung lebih menganggap stres yang berapaun sebagai masalah yang bisa diselesaikan. Tiap pengalaman merupakan sesuatu yang berharga dan belajar dari pengalaman dapat meningkatkan keterampilan menghadapi stres⁶.
- c. Usia
- Kedua subyek berusia 3 tahun, pada usia tersebut, subyek sudah mampu memahami dan mengontrol kecemasan. Permintaan bantuan dari sekeliling menurun dengan bertambahnya usia, pertolongan diminta bila ada kebutuhan⁶.
- d. Pengalamam
- Kedua subyek sama-sama mengalami kecemasan hospitalisasi dengan pengalaman yang berbeda, Subyek 1 baru pertama kali mengalami hospitalisasi sehingga subyek berada pada skala kecemasan sedang (10). Subyek 2 sudah sering mengalami hospitalisasi sehingga skala kecemasannya ringan (9). Individu yang mempunyai modal kemampuan pengalaman menghadapi stres dan punya cara menghadapinya akan cenderung lebih menganggap stres yang berapaun sebagai masalah yang bisa diselesaikan. Tiap pengalaman merupakan sesuatu yang berharga dan belajar dari pengalaman dapat meningkatkan keterampilan menghadapi stres⁶.
- e. Aset fisik
- Subyek 2 bertubuh lebih besar (20 kg) jika dibandingkan dengan subyek 1 (14 Kg). Orang dengan aset fisik yang besar, kuat dan garang akan menggunakan aset ini untuk menghalau stres yang datang mengganggu⁶.
- f. Keluarga
- Dukungan orangtua subyek 2 lebih berpengalaman menghadapi tingkat kecemasan anak karena hospitalisasi jika dibandingkan

dengan orangtua subyek 1 yang baru pertama kali mengalami hospitalisasi. Lingkungan kecil mulai dari lingkungan keluarga, peran orangtua dalam hal ini sangat berarti dalam memberi dukungan. Orangtua yang penuh pengertian serta dapat mengimbangi kesulitan yang dihadapi anak⁶.

Kecemasan adalah pengalaman manusia yang bersifat universal, suatu respons emosional yang tidak menyenangkan, penuh kekhawatiran, suatu rasa takut yang tidak terekspresikan dan tidak terarah karena suatu sumber ancaman atau pikiran sesuatu yang akan datang tidak jelas dan tidak teridentifikasi. Kecemasan merupakan suatu ketakutan terhadap ketidakberdayaan dirinya dan respons terhadap kehidupan yang hampa dan tidak berarti².

Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat dilakukan dengan terapi bermain plastisin (*playdough*). Dengan bermain, anak melepaskan ketakutan, kecemasan, mengekspresikan kemarahan dan permusuhan, bermain merupakan cara coping yang paling efektif untuk mengurangi stres. Terapi bermain dengan menggunakan

plastisin sangat tepat dilakukan pada anak dengan hospitalisasi karena plastisin tidak membutuhkan energi yang besar untuk bermain, permainan ini juga dapat dilakukan di atas tempat tidur anak sehingga tidak mengganggu dalam proses pemulihan kesehatan anak.

Dalam keadaan sakit, anak mungkin tidak menceritakan keadaan mereka karena takut, tetapi dengan bermain plastisin anak memiliki kebebasan untuk beraktivitas dan memberikan kesempatan anak untuk menceritakan tentang pengalamannya dan apa yang dirasakannya. Mengekspresikan perasaan dan pikiran pada anak yang diharapkan menimbulkan perasaan rileks, emosi menjadi baik, dan menyebabkan peningkatan respon adaptif sehingga cemas akibat hospitalisasi pada anak akan menurun. Mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stres, dan menghapuskan segala kesedihan dan menciptakan gambaran-gambaran yang membuat kita kembali merasa bahagia, membangkitkan masa-masa indah yang pernah kita alami bersama orang-orang yang kita cintai⁷.

Sesuai dengan hasil penelitian di atas, hasil penerapan terapi bermain plastisin (*playdough*) yang dilakukan

penulis berhasil untuk menurunkan kecemasan anak usia yang mengalami hospitalisasi, terlihat dari menurunkan tingkat kecemasan anak (subyek 1: skala kecemasan sedang (10) menjadi ringan (7) dan subyek 2: skala kecemasan ringan (9) menjadi normal (3))

KESIMPULAN

1. Sebelum dilakukan terapi bermain plastisin (*playdought*), subyek 1 berada pada skala kecemasan 10 (sedang) dan subyek 2 berada pada skala kecemasan 9 (ringan).
2. Sesudah dilakukan terapi bermain plastisin (*playdought*), kedua subyek berada pada skala kecemasan normal (subyek 1 = 7 dan subyek 2 = 3).

DAFTAR PUSTAKA

1. Adriana, D. (2017). *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain pada Anak-Anak*. Jakarta. Salemba Medika.
2. Solehati, T & Kosasih, C.E. (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: Refika Aditama.
3. Alini. (2017). Pengaruh Terapi Bermain Plastisin (*Playdought*) terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) yang Mengalami Hospitalisasi di

Ruang Perawatan Anak RSUD Bangkinang Tahun 2017. *Jurnal Nres Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai* Vol. 1, No. 2, Oktober 2017.

4. Putri, I. A. (2017). *Pengaruh Terapi Bermain Plastisin terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah di Ruangan Rawat Inap Anak di Rumah Sakit Tentara Dr. Reksodiwiryo Padang Tahun 2017*. Universitas Andalas.
5. Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
6. Mubarak, W. I., Indrawati, L & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta; Salemba Medika.
7. Dewi, D. A. I. P. (2018). *Pengaruh Terapi Bermain Plastisin terhadap Penurunan Kecemasan akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah (3 – 6 Tahun)*. STIKes Insan Cendikia Medika Jombang