

## PENGARUH TERAPI BERMAIN TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH SELAMA HOSPITALISASI: LITERATUR REVIEW

Wa Nuliana<sup>\*</sup>

Prodi Keperawatan Masohi Poltekkes Kemenkes Maluku, Masohi, Indonesia

### Abstrak

**Latar Belakang:** Kecemasan merupakan gangguan psikis yang paling sering dijumpai pada sebagian besar anak yang di hospitalisasi termasuk anak usia prasekolah. Kecemasan akibat hospitalisasi yang tidak tertangani pada anak usia ini dapat memberikan dampak negatif seperti ketakutan, ketidaknyamanan, tidak berpartisipasi dalam perawatan, perawatan lama yang berujung pada kondisi psikis dan fisiologis yang buruk. Salah satu intervensi yang direkomendasikan untuk mengatasi kecemasan pada anak adalah dengan terapi bermain. **Tujuan:** Mengkaji tentang pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak yang di hospitalisasi berdasarkan penelusuran pustaka. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah literatur review. Pemilihan artikel dilakukan dengan menggunakan tiga database yaitu Pubmed, Portal Garuda dan Google Scholar. Artikel yang layak dijadikan pustaka diperoleh dengan menggunakan kata kunci kemudian dilakukan pengecekan adanya duplikasi antara kedua database tersebut dan diseleksi dengan metode prisma. Kriteria inklusi literatur adalah artikel hasil penelitian dengan metode quasi eksperimen, tersedia dalam bentuk full text, serta dipublikasi pada periode 10 tahun terakhir. Artikel penelitian juga menggunakan subjek anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi. **Hasil:** Sebanyak 19 artikel lolos dalam seleksi. Artikel tersebut menggunakan berbagai jenis permainan dan metode pengukuran kecemasan yang berbeda-beda. Seluruh hasil penelitian tersebut melaporkan bahwa terapi bermain secara signifikan efektif menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah yang dihospitalisasi. **Kesimpulan:** terapi bermain yang dilakukan dengan berbagai metode seperti puzzle, clay, origami, story telling, mewarnai, boneka, ular tangga, biblioterapi, video, congklak dan permainan yang disukai anak lainnya terbukti efektif untuk menurunkan kecemasan pada anak prasekolah yang di hospitalisasi.

**Kata Kunci:** Terapi Bermain: Kecemasan: Anak

### Abstract

**Background:** Anxiety is a psychological disorder that is most often found in most children who are hospitalized, including preschool-aged children. Anxiety due to untreated hospitalization in children at this age can have negative impacts such as fear, discomfort, not participating in treatment, long treatment which leads to poor psychological and physiological conditions. One of the recommended interventions to overcome anxiety in children is play therapy. **Objective:** To examine the effect of play therapy on reducing anxiety in hospitalized children based on a literature search. **Methods:** This type of research is a literature review. The selection of articles was carried out using three databases, namely Pubmed, Portal Garuda and Google Scholar. Articles that deserve to be used as libraries are obtained by using keywords, then checking for duplication between the two databases and selecting them using the prism method. Literature inclusion criteria were research articles using quasi-experimental methods, available in full text, and published in the last 10 years. The research article also uses the subject of preschool children (3-6 years) who experience anxiety during hospitalization. **Results:** A total of 19 articles passed the selection. The article uses different types of games and different methods of measuring anxiety. All of these results reported that play therapy was significantly effective in reducing anxiety in hospitalized preschool-aged children. **Conclusion:** play therapy using various methods such as puzzles, clay, origami, story telling, coloring, dolls, snakes and ladders, bibliotherapy, video, congklak and other children's favorite games have been shown to be effective in reducing anxiety in preschool-aged children during hospitalization.

**Keywords:** play therapy; Anxiety; children

Riwayat artikel  
Diajukan : 11 Februari 2022  
Direvisi : 22 April 2022  
Disetujui : 05 Mei 2022

\*Corresponding author  
Wa Nuliana  
[wanuliana@poltekkes-maluku.ac.id](mailto:wanuliana@poltekkes-maluku.ac.id)

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang terencana dan darurat sehingga mengharuskan anak untuk tinggal, menjalani terapi atau perawatan di rumah sakit sampai anak kembali ke rumah (Yulianti, 2020). Survei Kesehatan Nasional (SUSENAS) melaporkan bahwa sepanjang tahun 2019, tercatat sebanyak 40,47% anak menjalani rawat inap di rumah sakit swasta, 36,34% di rumah sakit pemerintah, 16,15% di puskesmas, 5,41% di klinik/praktik dokter bersama, dan 3,21% di praktik dokter/bidan, serta sisanya menjalani rawat inap tempat pengobatan tradisional dan pengobatan lainnya. Pada wilayah perkotaan hampir setengah (48,82 %) dari anak yang sakit dirawat inap di rumah sakit swasta dan 32,94 persen di rumah sakit pemerintah (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2020).

Selama proses hospitalisasi, berbagai perasaan dapat dialami anak dan orang tua salah satunya adalah cemas (Utami, 2014). Kecemasan merupakan masalah psikis yang dapat terjadi pada anak usia prasekolah akibat di hospitalisasi (Fitriani et al., 2017). Moghaddam *et al.* (2011) menyebutkan bahwa terdapat enam aspek sebagai penyebab kecemasan pada orang tua dan anak akibat hospitalisasi yaitu; penyakit, lingkungan, mutu hubungan sosial, masalah orang tua, masalah sosial emosional dan aspek spiritual yang berhubungan dengan Tuhan. Orang tua dan anak merasa khawatir dan cemas akibat sifat penyakit, efek, prosedur diagnostik, dan pengetahuan tentang penyakit serta kesembuhan yang akan dialami anak. Anak merasa khawatir dan takut akan meja operasi, pakaian yang hijau dan panjang, masker serta peralatan (aneh), anak merasa seperti dipenjara, kesepian, gangguan kenyamanan dan hambatan dalam pertemanan. Beberapa studi penelitian juga menyebutkan bahwa reaksi kecemasan pada anak prasekolah selama dihospitalisasi diantaranya ketakutan, menangis saat anak melakukan prosedur tindakan, perubahan psikologis seperti kurang ceria, rewel, dan cemberut (Nurhayati et al., 2018), menangis saat didekati perawat, mual, melempar barang-barang yang di sekitarnya, memukul orang terdekatnya (Pravitasari and Warsito, 2012). Hal ini berpengaruh pada kondisi fisik dan psikologis terutama anak, dan jika berlanjut anak akan mengalami *traumatic* dan *stress* (Yulianti, 2020) bahkan gangguan pada perkembangan motorik kasar (Utami, 2014).

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada anak yang dihospitalisasi adalah dengan terapi bermain. Terapi bermain merupakan tindakan keperawatan yang diberikan pada anak yang di hospitalisasi untuk membantu anak selama mendapatkan pengobatan dan perawatan sehingga penyembuhan dapat dipercepat. Melalui bermain anak dapat memperbaiki keterampilan motorik kasar dan halus, melepaskan stress dan ketegangan, menolong anak pada situasi atau lingkungan yang menakutkan, serta meningkatkan perkembangan bakat dan minat khusus anak (Wong, 2003). Efek lainnya dari terapi ini, adalah dapat meningkatkan coping dan kognitif anak (Delvecchio et al., 2019). Banyaknya manfaat yang dapat diberikan melalui terapi bermain, sehingga terapi bermain sangat dianjurkan untuk dilakukan pada anak yang di hospitalisasi termasuk anak usia prasekolah

Berbagai jenis permainan diyakini memiliki dampak positif untuk menurunkan kecemasan. Akan tetapi, sangat sedikit kajian pustaka yang menyelidiki efek menguntungkan dengan membandingkan berbagai jenis permainan dalam meningkatkan status psikologis anak prasekolah, khususnya kecemasan selama dihospitalisasi. Oleh karena itu, *literatur review* ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak prasekolah yang di hospitalisasi.

## METODE

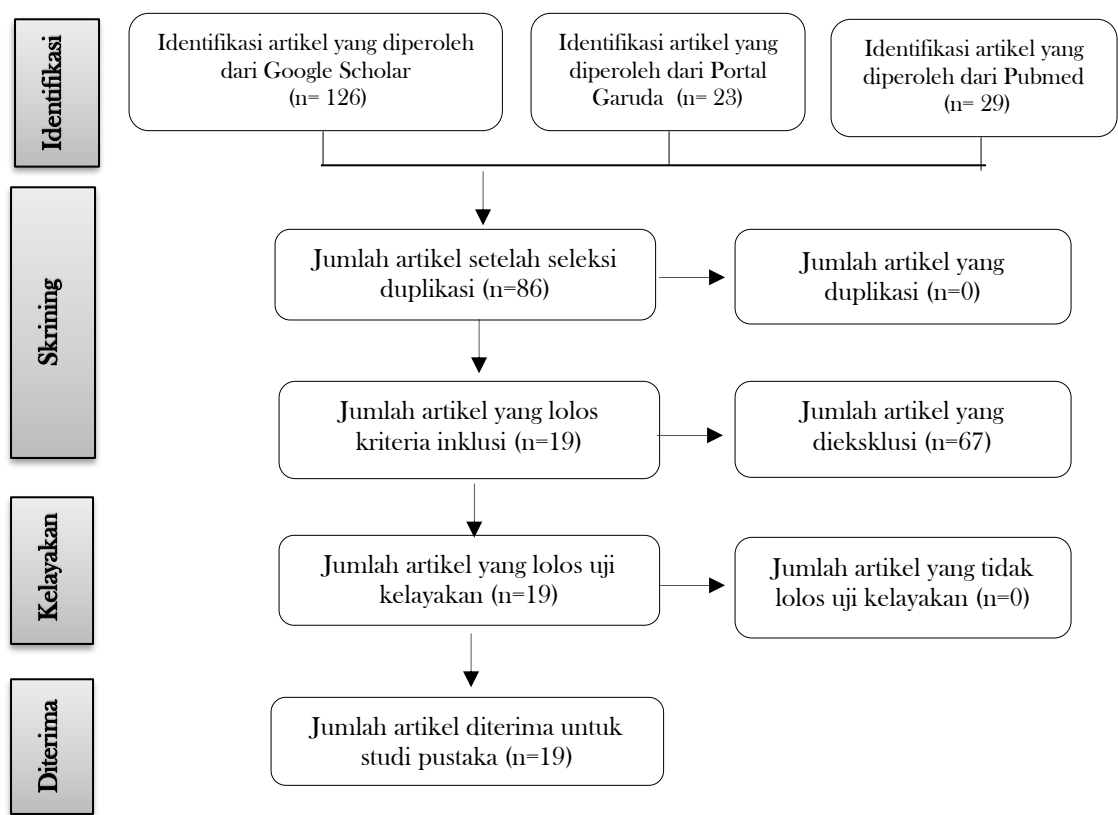
Penelitian ini adalah *literature review* untuk mengkaji pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah selama dihospitalisasi. Data bersumber dari tiga *database* yaitu Pubmed dan Google Scholar dan Portal Garuda. Keyword yang digunakan pada Google Scholar dan Portal Garuda adalah terapi bermain DAN kecemasan DAN anak prasekolah DAN hospitalisasi dengan menggunakan fungsi penelusuran lanjutan dan membatasi kata kunci yang muncul dalam judul artikel. Keyword pada Pubmed adalah play therapy AND Anxiety AND Preschool AND hospitalized.

Artikel penelitian yang ditemukan dengan menggunakan kata kunci tersebut, kemudian disaring dan dipilih sesuai kriteria inklusi yaitu: artikel dipublikasi dalam 10 tahun terakhir (tanggal publikasi adalah dari Januari 2012 - Februari 2021), naskah berbentuk *full text*, artikel menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris, subjek/responden penelitian adalah anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami kecemasan selama di hospitalisasi, intervensi yang digunakan terapi bermain, dan menggunakan metode penelitian eksperimental berupa *quasi eksperimental*. Proses penyaringan artikel dilakukan secara terstruktur dengan menggunakan metode Prisma.

## HASIL

Artikel untuk direview pada penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap seleksi yaitu tahap identifikasi, skrining, dan uji kelayakan dengan menggunakan tools dari *JBIF's critical appraisal* yang di upload

melalui link url <https://jbi.global/critical-appraisal-tools> sehingga menyisakan sebanyak 19 artikel yang memenuhi kriteria. Adapun rincian seleksi artikel terlihat pada bagan prisma (Gambar 1).



Gambar 1. Alur seleksi artikel

Sebanyak 26 artikel yang ditelaah seluruhnya meneliti tentang pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah yang dihospitalisasi. Uraian lengkap hasil sistesis artikel tertuang dalam Tabel 1.

Tabel 1. Sintesis literatur pengaruh terapi bermain untuk menurunkan kecemaasan anak usia prasekolah yang dihospitalisasi

NO	Penulis	Partisipan/ subjek	Metode	Intervensi	Instrument	Hasil
1	Israeli et al., (2020)	33 anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit	Quasi eksperimental dengan pre-post test design without control grup	a. Frekuensi : satu kali b. Durasi : tidak diinformasikan dalam artikel c. Jenis terapi bermain : puzzle	<i>FAS (Faces Anxiety Scale)</i>	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
2	Boyoh dan Magdalena (2018)	15 anak usia prasekolah yang dirawat selama 2 hari di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung	Quasi eksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest	a. Frekuensi : 1 kali b. Durasi : 15 menit c. Jenis terapi: mewarnai gambar	<i>Face Smile Scale</i>	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
3	Da silva et al., (2020)	70 anak usia prasekolah yang baru pertama kali di rawat di Rumah sakit	Quasi Experimental dengan rancangan one group pretest-posttest	a. Frekuensi : 1 kali b. Durasi : tidak diinformasikan c. Jenis terapi: origami	<i>Preschool Anxiety Scale (PAS)</i>	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
4	Alini, (2017)	15 anak usia prasekolah yang baru pertama kali di rawat di Rumah sakit	Quasi experimental dengan pretest posttest nonequivalent	a. Frekuensi : 1 kali b. Durasi : 10-15 menit c. Jenis terapi: plastisin atau lilin berwarna (playdough)	<i>Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)</i>	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi

NO	Penulis	Partisipan/ subjek	Metode	Intervensi	Instrument	Hasil
6	Dewi et al., (2021).	56 anak usia 3-6 tahun di hospitalisasi terdiri dari 38 orang belum pernah dirawat dan 18 orang pernah dirawat sebelumnya	Quasi eksperimental dengan one group pretest posttest design	a. Frekuensi : 1 kali b. Durasi : 15 menit c. Jenis terapi: plastisin atau lilin berwarna	DASS 42 ( <i>Depression Anxiety Stress Scale</i> ).	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
7	Legi et al., (2019)	24 orang anak usia prasekolah (3-5 tahun) yang akan dipasang infus	Quasi experimental dengan non equivalent control group design	a. Frekuensi : 1 kali b. Durasi : tidak diinformasikan dalam artikel c. Jenis terapi: Storytelling Dengan Guided imagery	FAS (Faces Anxiety Scale) yang dilakukan 5 menit sebelum tindakan dan setelah tindakan.	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi Storytelling lebih efektif dibanding guided imagery
8	Nurlaila et al., (2021)	30 anak usia 3-6 tahun di rawat dari hari 1-2 di rumah sakit terdiri dari 22 orang hari pertama dirawat dan 8 orang hari ke dua dirawat	Quasi eksperimental dengan pendekatan one group pre-testpost-test	a. Frekuensi : 3 kali sehari selama 3 hari b. Durasi : 5-15 menit c. Jenis terapi: Bermain tradisional congklak	<i>Facial Image Scale</i> (FIS)	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
9	Kiyat et al., (2014)	19 anak usia 3-5 tahun dirawat selama 3-6 hari di rumah sakit	Quasi experimental pre test and post test without control group	a. Frekuensi : tidak diinformasikan b. Durasi : tidak diinformasikan c. Jenis terapi: Bermain mendongeng	<i>Hamilton Rating Scale Anxiety</i> (HARS-A)	Dapat penurunan tingkat kecemasan yang dihospitalisasi
10	Hartini dan Winarsih, (2019)	36 anak usia prasekolah yang dihospitalisasi selama 3 hari	Quasi eksperimental dengan One group pre-test - post-test design	a. Frekuensi : 2 kali sehari (pagi dan sore) selama 3 hari b. Durasi : tidak diinformasikan dalam artikel c. Jenis terapi bermain : mewarnai gambar	<i>Checklist Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS) dan Denver II	Tidak ada perbedaan tingkat kecemasan anak yang dihospitalisasi sebelum dan sesudah diberikan terapi
11	Al-ihسان et al., (2018)	30 anak usia prasekolah yang dihospitalisasi selama 3 hari terbagi atas 15 anak kelompok intervensi dan 15 anak kelompok kontrol	Quasi eksperimental dengan pretest posttest non equivalent control group design.	a. Frekuensi : 2 kali selama 3 hari dirawat b. Durasi : tidak diinformasikan dalam artikel c. Jenis terapi bermain: origami	Kuesioner <i>Preschool Anxiety Scale</i>	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
12	Rahman et al., (2021)	30 anak pra sekolah yang dirawat inap di RS selama 3 hari	Quasi eksperimental dengan cara pre test and post test design	a. Frekuensi : 1 kali selama 3 hari dirawat b. Durasi : tidak diinformasikan dalam artikel c. Jenis terapi bermain: mewarnai gambar	alat ukur kuisioner kecemasan observasi	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
13	Sapardi dan Andayani, (2021)	20 anak usia prasekolah yang tidak menjalani bedrest total di rumah sakit	Quasi eksperimental dengan one group pre test and post test design	a. Frekuensi : 1 kali pemberian b. Durasi : 15 menit c. Jenis terapi bermain: <i>puzzle</i>	Kuesioner kecemasan	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
14	Ramaita dan Putri, (2019)	34 anak anak usia prasekolah yang dirawat di rumah sakit; (pernah dirawat 14 orang dan 20 orang belum pernah dirawat sebelumnya)	Quasi ekperimental pre-post test with control group	a. Frekuensi : 1 kali pemberian selama dirawat b. Durasi : - c. Jenis terapi bermain: token ekonomi yaitu pemberian reward	Peneliti hanya menuliskan alat ukur kecemasan namun tidak jelas diuraikan.	Dapat menurunkan kecemasan pada anak yang di hospitalisasi khususnya pada

NO	Penulis	Partisipan/ subjek	Metode	Intervensi	Instrument	Hasil
				yang dilakukan melalui pemberian benda atau makanan yang disukai anak seperti permen, uang dan makanan		perubahan perilaku anak selama dirawat
15	Padila et al., (2020)	32 orang anak usia prasekolah (4-5 tahun) yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kontrol	Quasi eksperimental dengan pretest and posttest two grup design	a. Frekuensi : 1 kali pemberian b. Durasi : - c. Jenis terapi bermain: Permainan Edukatif (APE) touch and talk dan skill play ular tangga	Lembar kuesioner HARS	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
16	Retnani et al., (2019)	30 anak berusia 3-5 tahun, yang menjalani rawat inap di rumah sakit minimal 1 hari sebelum jadwal operasi	Quasi eksperimental dengan pendekatan pre and posttest without control	a. Frekuensi : 1 kali pemberian b. Durasi pemutaran video: 15 menit c. Jenis terapi bermain: kombinasi video kartun & animasi	pengukuran kecemasan anak menggunakan skala HARS dilakukan sebanyak 2 kali pre dan post yaitu pre dilakukan 40 menit sebelum anak dibawa ke ruang operasi dan post, 5 menit sebelum masuk ruang operasi.	Kombinasi video kartun+video animasi lebih efektif daripada video kartun dalam menurunkan tingkat kecemasan pre operasi pada anak usia pra sekolah
17	Minati, B., Lathu Asmara ni, F., & Judha, M. (2018)	30 anak berusia 3-6 tahun yang dirawat minimal 3 hari di rumah sakit	Quasi experimental dengan rancangan pre test dan post test control group	a. Frekuensi : 2 kali pemberian dalam 2 hari b. Durasi: 15-20 menit c. Jenis terapi bermain: humor formal menggunakan media video berupa menonton film kartun	Spence Children Anxiety Rating Scale Parent	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
18	Adimay anti et al., (2019)	32 orang Anak usia prasekolah berusia 3-6 tahun	Quasi experimental design dengan pendekatan rancangan pretest-posttest non equivalent control group design	a. Frekuensi : 1 kali pemberian b. Durasi pemutaran video: 15 menit c. Jenis terapi bermain: kombinasi video kartun & animasi	kuesioner kecemasan anak diukur menggunakan lembar observasi yang dimodifikasi dan dikembangkan dari Hockenberry dan Wilson (2012) dan Subardiah (2009)	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi
19	Dayani et al., (2015)	32 orang Anak usia prasekolah berusia 3-6 tahun yang terbagi atas 13 anak kelompok kontrol dan 13 anak kelompok eksperimen	Quasi eksperimental dengan rancangan penelitian pretest-posttest non equivalent control group design	a. Frekuensi : 2 kali pemberian b. Durasi 20 menit setiap kali pemberian c. Jenis terapi bermain: clay	kuesioner Preschool Anxiety Scale (PAS)	Dapat menurunkan kecemasan anak yang dihospitalisasi

## PEMBAHASAN

Studi Pustaka ini bertujuan untuk mengkaji tentang pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah selama di hospitalisasi. Berdasarkan hasil penelusuran pustaka pada Pubmed, Google Scholar dan Portal Garuda, terdapat 19 artikel yang terpilih menjadi referensi dalam Studi Pustaka ini. Berdasarkan hasil kajian, 18 artikel penelitian ini menyebutkan bahwa pemberian terapi bermain dapat menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi.

Teknik yang digunakan untuk mengukur kecemasan pada anak prasekolah dari hasil pustaka yang ditelaah, menggunakan berbagai instrumen atau alat pengukuran yang berbeda-beda seperti Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) (Handajani and Yunita, 2019), Face Smile Scale (Boyoh dan Magdalena, 2018), Face Images Scale (FIS) (Nurlaila et al., 2021), FAS (Faces Anxiety Scale) (Israeli et al., 2020), HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) (Hartini and Winarsih, 2019; Kiyat et al., 2014; Padila et al., 2020; Retnani et al., 2019), Preschool Anxiety Scale (PAS) (Al-ihsan et al., 2018; Da silva et al., 2020; Dayani et al., 2015), Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) (Alini, 2017), DASS (Depression Anxiety Stress Scale) (Dewi et al., 2021), Spence Children's Anxiety Scale For Preschool Nurmayunita dan Hastuti, (2019) Minati, B., Lathu Asmarani, F., & Judha, M. (2018) Minati et al., (2018). Skala Analog Visual (VAS) (Wong et al., 2018), dan kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti dalam artikel (Adimayanti et al., 2019; Rahman et al., 2021; Ramaita and Putri, 2019; Sapardi and Andayani, 2021). Pada studi pustaka ini, hasil pengukuran kecemasan tidak digolongkan secara khusus berdasarkan tingkatannya, tetapi menilai kecemasan secara umum berdasarkan penurunan skor dari instrumen yang digunakan setelah diberikan intervensi terapi bermain.

Terapi bermain merupakan salah satu intervensi keperawatan yang diberikan pada anak dengan metode bermain guna mendukung penyembuhan dan perawatan anak selama di rumah sakit (Wong, 2003). Di lingkungan rumah sakit, bermain digunakan untuk menjembatani kesenjangan antara rumah dan rumah sakit pada anak dan keluarga, membantu perkembangan motorik dan kognitif anak, menanamkan pemahaman aturan pada anak, meningkatkan interaksi social dan meningkatkan kemampuan coping anak dalam menghadapi masa sulit (Delvecchio et al., 2019; Li et al., 2016).

Berbagai jenis permainan yang diberikan pada anak disesuaikan dengan usia dan tahap perkembangan anak (Rohmah, 2018) serta kebiasaan atau hobby anak (Li et al., 2016). Berdasarkan hasil studi pustaka, terdapat 18 jenis permainan yang berbeda untuk diberikan pada anak meliputi; *puzzle* (Fitriani et al., 2017; Handajani and Yunita, 2019; Israeli et al., 2020; Kaluas et al., 2015; Sapardi and Andayani, 2021; Israeli et al., 2020), mewarnai gambar (Asmarawanti and Lustyawati, 2018; Boyoh and Magdalena, 2018; Rahman et al., 2021; Sitepu et al., 2021), bercerita (Apriza, 2017; Kaluas et al., 2015), *biblioterapi* (Apriza, 2017), *story telling* dan *guided imagery* (Legi et al., 2019), *origami* (Al-ihsan et al., 2018; Da silva et al., 2020), *plastisin* (Alini, 2017; Dewi et al., 2021), Mendongeng (Kiyat et al., 2014), token ekonomi (Ramaita dan Putri, 2019), permainan edukatif (skill play terapi) seperti ular tangga (Padila et al., 2020), video (Bunga Minati et al., 2018; Retnani et al., 2019), clay (Dayani et al., 2015) dan permainan tradisional seperti congklak (Nurlaila et al., 2021) dan magalenceng (Musdalipa et al., 2020).

Li et al., (2016) menggolongkan berbagai jenis permainan pada anak prasekolah dalam 4 tipe yaitu preparation play, medical play, distraction play, developmental play. Preparation play adalah permainan yang diberikan sebelum tindakan medis dilakukan, bertujuan untuk mengenalkan tindakan sebelum tindakan tersebut diberikan pada anak. Jenis permainan ini seperti boneka medis palsu yang dibuat khusus, buku orientasi prosedural, peralatan medis asli, dan peralatan medis mini. *Medical play* terdiri dari permainan dalam bentuk peralatan medis mainan misalnya stetoskop, jarum suntik tanpa jarum, perban, cangkir medis, sarung tangan, masker, topi perawat, dan jenis kegiatan permainan ekspresif (misalnya melukis, menyanyi, menari, permainan pasir, dll). *Distraction play* merupakan jenis permainan yang bertujuan untuk mengalihkan perhatian anak selama tindakan medis dilakukan seperti permainan dan mainan yang menarik (misalnya meniup gelembung, buku pop-up, boneka, permainan komputer, musik, video, mainan sensorik, teknik relaksasi, dan sebagainya). *Developmental play* yaitu jenis permainan yang sesuai dengan usia dan kemampuan anak misalnya mainan, permainan papan, buku cerita, permainan seni dan kerajinan, dan sebagainya.

Dari hasil studi pustaka juga didapatkan bahwa terapi bermain dapat digunakan pada berbagai kondisi anak yang menyebabkan kecemasan anak selama dirawat di rumah sakit seperti jenuh dan perpisahan (Ramaita and Putri, 2019), emosi (Li et al., 2016), ketidaknyamanan, bedrest (Sapardi and Andayani, 2021) dan kondisi ketika anak diberikan tindakan invasif, baik tindakan operasi maupun non operasi (Ramaita and Putri, 2019; Wong et al., 2018).

Efektifitas terapi bermain ditentukan oleh berbagai faktor termasuk durasi sesi, frekuensi dan jumlah sesi (Kool and Lawver, 2010). Li et al., (2016) menyatakan bahwa waktu pelaksanaan terapi bermain dalam sehari adalah 30 menit. Berdasarkan hasil telaah pustaka diperoleh waktu dan lamanya permainan bergantung pada jenis permainan yang diberikan. Pada studi ini, setiap jenis permainan yang diberikan berbeda-beda baik durasi maupun banyaknya sesi, namun di beberapa artikel tidak menyebutkan durasi, frekuensi dan jumlah

sesi yang diberikan. Misalnya terapi bermain dengan menggambar diberikan sebanyak satu kali selama 15 menit (Boyoh dan Magdalena, 2018); terapi bermain; Puzzle dapat diberikan sekali selama 15 menit ((Handajani and Yunita, 2019; Sapardi and Andayani, 2021); Origami = 1 kali durasi tidak disebutkan (Da silva et al., 2020), Plastisin = 1 kali 10-15 menit (Alini, 2017; Dewi et al., 2021); Storytelling Dengan Guided imagery = 1 kali tidak disebutkan (Legi et al., 2019); Congklak = 3 kali selama 3 hari 5-15 menit tiap bermain (Nurlaila et al., 2021); Mendongeng = 1 kali durasi tidak disebutkan (Kiyat et al., 2014); Mewarnai = 2 kali sehari selama 2 hari durasi tidak disebutkan (Hartini and Winarsih, 2019; Rahman et al., 2021); Origami = 2 kali durasi tidak disebutkan (Al-ihsan et al., 2018); Token ekonomi = 1 kali durasi tidak disebutkan tidak disebutkan (Ramaita dan Putri, 2019); Permainan edukatif = 1 kali durasi tidak disebutkan (Padila et al., 2020); Biblioterapi = 1 kali durasi tidak disebutkan (Harahap and Junarti, 2020); Video = 1 kali selama 15 menit (Retnani et al., 2019) dan 2 kali durasi 15-20 menit (Minati et al., 2018); Brain gym = 1 kali durasi tidak disebutkan (Adimayanti et al., 2019); dan distraksi = 1 kali selama 30 menit (Wong et al., 2018).

Selama dirawat di rumah sakit, bermain baik dalam bentuk permainan terapeutik, atau dalam bentuk terapi bermain, terbukti memiliki nilai terapeutik yang tinggi, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan fisik dan emosional, serta pemulihan bagi anak. Selain itu pemberian terapi bermain dapat membantu perawat untuk menyelidiki masalah yang berkaitan dengan pengalaman anak di rumah sakit dan mengurangi intensitas perasaan negatif anak saat masuk ke rumah sakit dan atau di rawat inap (Koukourikos et al., 2015). Anderson and Shivakumar, (2013) menyebutkan bahwa kecemasan dapat diturunkan melalui pemberian aktifitas fisik dan olahraga secara teratur. Melalui aktifitas fisik dan olahraga dapat menstimulasi endorphine yang merupakan zat kimia di otak yang bertindak sebagai penghilang rasa sakit alami. Endorphin akan mempengaruhi reseptor di otak yang berdampak pada persepsi rasa sakit menjadi berkurang, juga terhadap suasana hati seseorang. Dengan demikian metode bermain yang diberikan pada anak selama di hospitalisasi dapat meningkatkan stimulasi endorphin yang mengurangi persepsi rasa sakit anak sehingga suasana hati anak menjadi lebih baik, anak menjadi ceria, senang dan bahagia (Nurwulansari et al., 2019). Hal ini berdampak pada penurunan kecemasan.

Menurunnya kecemasan anak setelah diberikan berbagai jenis permainan kemungkinan juga disebabkan oleh perawat, kebijakan instansi, dukungan keluarga, anak dan jenis permainan yang dimainkan anak sesuai dengan hoby atau kesukaan anak. Oleh karena itu sebelum dilakukan permainan sebaiknya perlu memperhatikan siapa yang akan melakukan terapi bermain, didukung oleh keluarga dan instansi, kondisi anak saat dilakukan permainan dan jenis mainan anak disesuaikan oleh hobby dan kesukaan anak. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Agustina dan Sitohang (2012) yang menyatakan bahwa ada 3 faktor yang mempengaruhi terlaksananya terapi bermain meliputi faktor predisposisi yakni pengetahuan, Faktor pendukung yakni fasilitas bermain dan factor pendorong yaitu usia anak, keluarga dan instansi dalam hal ini pihak rumah sakit. Adanya pengetahuan dan dukungan orang tua dalam terapi bermain dapat menurunkan stress pada anak (Chirico et al., 2020) dan meningkatkan kesehatan mental anak (Ray, 2008). Ketersediaan fasilitas permainan juga sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terapi bermain. Dari hasil telaah didapatkan juga bahwa mainan disediakan oleh peneliti, keluarga dan juga oleh rumah sakit, terapi bermain pada Rumah sakit bukan merupakan prosedur tetap, manajemen rumah sakit (prosedur tetap) tetapi tidak mendukung berjalannya terapi bermain (Agustina and Sitohang, 2012; Hartini and Winarsih, 2019). Faktor lain yang mempengaruhi pelaksanaan terapi bermain adalah waktu khusus untuk terapi bermain, dan usia anak (Agustina dan Sitohang, 2012; Saragih, 2019) dan jenis permainan sebaiknya disukai oleh anak. Permainan yang disukai anak akan membuat anak merasa senang melakukan permainan tersebut (Sapardi and Andayani, 2021).

Temuan penelitian ini meskipun menegaskan bahwa terapi bermain bermanfaat untuk menurunkan kecemasan pada anak prasekolah selama di hospitalisasi. Akan tetapi, beberapa kekurangan literatur review ini perlu dikaji lebih dalam seperti jumlah sesi pada permainan, kondisi partisipan/subjek penelitian, dan lama perawatan, factor lain yang mempengaruhi terapi bermain yang tidak dijelaskan dalam studi ini, kurangnya pustaka dengan metode RCT. Kajian pustaka selanjutnya perlu mempertimbangkan ketebatasan studi ini.

### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Saidah Rauf dan Rigoan Malawat serta dosen pada Prodi Keperawatan Masohi atas dukungan dan sumbangsih pemikiran guna penyempurnaan kajian pustaka ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adimayanti, E., Haryani, S., Astuti, A.P., 2019. Pengaruh brain gym terhadap kesemasan anak pra sekolah yang di rawat inap di RSUD Ungaran. *J. Keperawatan dan Kesehat. Masy. Cendekia Utama* 8, 72–103.
- Agustina, I., Sitohang, N.A., 2012. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pelaksanaan Terapi Bermain. *J. Keperawatan Klin.* 3.
- Al-ihsan, M., Santi, E., Setyowati, A., 2018. Terapi bermain origami terhadap kecemasan anak usia prasekolah. *Dunia Keperawatan* 6, 63–70. <https://doi.org/DOI: 10.20527/dk.v6i1.5086>
- Alini, 2017. Pengaruh terapi bermain plastisin (playdough) terhadap kesemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami hospitalisasi di ruang perawatan anak RSUD Bangkinang tahun 2017. *J. Nesr Univ. Pahlawan Tuanku Tambusai* 1, 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v1i2.112>
- Anderson, E., Shivakumar, G., 2013. Effects of exercise and physical activity on anxiety. *Front. Psychiatry* 4, 10–13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2013.00027>
- Apriza, 2017. Pengaruh Biblioterapi Dengan Buku Cerita Bergambar Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini* 1, 105. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i2.21>
- Asmarawanti, Lustyawati, S., 2018. Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun). *J. tidak dipublikasikan* 83–92.
- Boyoh, D., Magdalena, E., 2018. Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruangan Anak Di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. *J. Sk. Keperawatan Vol. 4*, 62–69. <https://doi.org/prefix 10.35974/jsk>
- Bunga Minati, Asmarani, F.L., Judha, M., 2018. Terapi humor menurunkan cemas hospitalisasi pada anak usia prasekolah. *J. Kesehat. dan Sains* 1, 1–7.
- Chirico, I., Andrei, F., Salvatori, P., Malaguti, I., Trombini, E., 2020. The Focal Play Therapy : An Empirical Study on the Parent – Therapist Alliance , Parent – Child Interactions and Parenting Stress in a Clinical Sample of Children and Their Parents. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 17, 1–14. <https://doi.org/doi:10.3390/ijerph17228379>
- Da silva, G.F., Yulianti, N.R., Ina, A.A., 2020. Terapi Bermain Origami Untuk Menurunkan Kecemasan Anak Usia Prasekolah Selama Hospitalisasi. *J. Kesehat.* 9, 13. <https://doi.org/10.46815/jkanwvol8.v9i1.89>
- Dayani, N.E., Budiarti, L.Y., Lestari, D.R., 2015. Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak. *Dunia Keperawatan* 3, 1–15. <https://doi.org/DOI: 10.20527/dk.v3i2.592>
- Delvecchio, E., Salcuni, S., Lis, A., Germani, A., Di Riso, D., 2019. Hospitalized Children: Anxiety, Coping Strategies, and Pretend Play. *Front. Public Heal.* 7, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00250>
- Dewi, D.A.I.P., Sayekti, S., Darsini, D., 2021. Pengaruh Terapi Bermain Plastisin Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) (Di Paviliun Seruni RSUD Jombang). *Sentani Nurs. J.* 2, 92–100. <https://doi.org/10.52646/snj.v2i2.101>
- Fetriani, R., Riyadi, A., 2017. Pengaruh Terapi Bermain Bercerita Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekola (3-5 Tahun) Akibat Hospitalisasi. *J. Media Kesehat.* 10, 179–184.
- Fitriani, W., Santi, E., Rahmayanti, D., 2017. Terapi Bermain Puzzle Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Hematologi Onkologi Anak. *Dunia Keperawatan* 5, 65. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i2.4107>
- Handajani, D.O., Yunita, N., 2019. Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rs Bhakti Rahayu Surabaya. *J. Manaj. Kesehat. Indones.* 7, 198–204. <https://doi.org/10.14710/jmki.7.3.2019.198-204>
- Harahap, S.M., Junarti, R., 2020. Pengaruh Biblioterapi Menggunakan Longer Picture Book Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia 3-6 Tahun Pada Masa Hospitalisasi. *J. Penelit. Keperawatan Med.* 3, 113–119.
- Hartini, S., Winarsih, B.D., 2019. Perbedaan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi Sebelum Dan Setelah Dilakukan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Di Ruang Bogenville Rsu Kudus. *J. Keperawatan dan Kesehat. Masy. Cendekia Utama* 8, 45. <https://doi.org/10.31596/jcu.v8i1.304>
- Islaeli, I., Yati, M., Islamiyah, Fadmi, F.R., 2020. The effect of play puzzle therapy on anxiety of children on preschooler in Kota Kendari hospital. *Enferm. Clin.* 30, 103–105. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.11.032>
- Kaluas, I., Ismanto, A., Kundre, R., 2015. Perbedaan Terapi Bermain Puzzle Dan Bercerita Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Selama Hospitalisasi Di Ruang Anak Rs Tk. Iii. R. W. Mongisidi Manado. *J. Keperawatan UNSRAT* 3, 111559. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v2i2.5164>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2020. Profil Anak Indonesia 2020, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. Jakarta.



- Kiyat, A., Ani, F., Dias, K., 2014. Terapi Bermain Mendongeng dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *J. Media Ilmu Kesehat.* 3, 23–28.
- Kool, R., Lawver, T., 2010. Play therapy: Considerations and applications for the practitioner. *Psychiatry (Edgemont)* 7, 19–24.
- Koukourikos, K., Tzaha, L., Pantelidou, P., Tsaloglidou, A., 2015. The Importance of Play During Hospitalization of Children. *Mater. Socio Medica* 27, 438. <https://doi.org/10.5455/msm.2015.27.438-441>
- Larasaty, F.D., Sodikin, 2020. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Pengaruh Terapi Bermain Storytelling Dengan Media Hand Puppet Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Pra Sekolah Di RSUD Dr . R . Goeteng Taroenadibrata Purbaling- ga. *J. Keperawatan Muhammadiyah* 1, 96–102.
- Legi, J.R., Sulaeman, S., Purwanti, N.H., 2019. Pengaruh Storytelling dan Guided-Imagery terhadap Tingkat Perubahan Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Dilakukan Tindakan Invasif. *J. Telenursing* 1, 145–156. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.496>
- Li, W.H.C., Chung, J.O.K., Ho, K.Y., Kwok, B.M.C., 2016. Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children. *BMC Pediatr.* 16, 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0570-5>
- Musdalipa, M., Kanita, A., Kasmawati, K., 2020. Terapi Bermain Maggalenceng Sebagai Metode Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi: a Literature Review. *BIMIKI (Berkala Ilm. Mhs. Ilmu Keperawatan Indones.* 7, 1–12. <https://doi.org/10.53345/bimiki.v7i1.23>
- Nurhayati, R., Indasah, I., Suhita, B.M., 2018. Family Support in Effort Reduce Hospitalization Reaction in Children of Preschool in Anggrek Room Nganjuk Hospital. *J. Qual. Public Heal.* 1, 26–33. <https://doi.org/10.30994/jqph.v1i2.11>
- Nurlaila, N., Noviyanti, N., Iswati, N., 2021. Terapi Bermain Congklak Dapat Menurunkan Kecemasan Anak Selama Hospitalisasi. *J. Kebidanan dan Keperawatan Aisyiah* 17, 135–144. <https://doi.org/10.31101/jkk.2068>
- Nurmayunita, H., Hastuti, A.P., 2019. Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia 3-6 Tahun. *J. Keperawatan Malang* 4, 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.36916/jkm.v4i1.77>
- Nurwulansari, N., Ashar, M.U., Huriati, H., Syarif, S., 2019. The Effect of Constructive Play Therapy on Anxiety Levels of Preschool Children Due to Hospitalization. *J. Heal. Sci. Prev.* 3, 72–78. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i3s.282>
- Padila, P., Yanti, L., Pratiwi, B.A., Angraini, W., Admaja, R.D., 2020. Touch, Talk dan Skill Play terhadap Penurunan Kecemasan Anak Pre-School. *J. Kesmas Asclepius* 2, 64–72. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i2.1418>
- Pravitasari, A., Warsito, B.E., 2012. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Anak Usia Prasekolah Sebelum Dan Sesudah Program Mewarnai. *Diponegoro J. Nurs.* 1, 16–21.
- Rahman, Z., Fadhilah, U., Afiqah, 2021. Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kesemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah. *J. Keperawatan* 11, 421–423.
- Ramaita, R., Putri, S.B., 2019. Pengaruh Terapi Token Ekonomi Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *J. Kesehat. PERINTIS (Perintis's Heal. Journal)* 6, 95–103. <https://doi.org/10.33653/jkp.v6i2.273>
- Ray, D.C., 2008. Impact of play therapy on parent-child relationship stress at a mental health training setting. *Br. J. Guid. Couns.* 36, 165–187. <https://doi.org/10.1080/03069880801926434>
- Retnani, A.D., Sutini, T., Sulaeman, S., 2019. Video Kartun dan Video Animasi dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pre Operasi pada Anak Usia Pra Sekolah. *J. Keperawatan Silampari* 3, 332–341. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.837>
- Rohmah, N., 2018. Terapi Bermain. *LPPM Universitas Muhammadiyah Jember, Jember.*
- Sapardi, V.S., Andayani, R.P., 2021. Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Pada Anak Pra Sekolah. *J. Kesehat. Marcusuar* 4, 34–40.
- Saragih, D., 2019. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pelaksanaan Konsep Terapi Bermain Terhadap Penerapannya Di Ruang Anak Rs Husada Jakarta. *J. Kesehat. Holist.* 1, 118–137. <https://doi.org/10.33377/jkh.v1i2.63>
- Sari, D.L.Y., Arifah, S., 2017. Pengaruh Terapi Bermain Gelembung Super Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *J. Ber. Ilmu Keperawatan* 10, 65–70.
- Sari, R.S., Afriani, F., 2019. Terapi Bermain Clay Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). *J. Kesehat.* 8, 51–63. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i1.151>
- Sitepu, K., Ginting, L.R.B., Bulan, R.B., . S., Ginting, S., 2021. Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Kecemasan Pada Anak Prasekolah Dengan Hospitalisasi Di Rs Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2020. *J. Keperawatan Dan Fisioter.* 3, 165–170. <https://doi.org/10.35451/jkf.v3i2.651>

- Utami, Y., 2014. Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak. *J. Ilm. WIDYA* 2, 9-20.
- Wong, C.L., Ip, W.Y., Kwok, B.M.C., Choi, K.C., Ng, B.K.W., Chan, C.W.H., 2018. Effects of therapeutic play on children undergoing cast-removal procedures: A randomised controlled trial. *BMJ Open* 8, 1-10. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-021071>
- Wong, D.L., 2003. *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik*, 4th ed. EGC, Jakarta.
- Yulianti, N., 2020. Terapi bermain terhadap kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi. *SELL J.* 5, 55.