

**PENGARUH TERAPI BERMAIN JENGA TERHADAP PENURUNAN  
KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH (4-6 TAHUN) AKIBAT  
HOSPITALISASI DI MURNI TEGUH MEMORIAL HOSPITAL**

**Livia Tamara<sup>1,\*</sup>, Muhammad Taufik Daniel Hasibuan<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Murni Teguh

\*Koresponding: [livia.tamara17@gmail.com](mailto:livia.tamara17@gmail.com)

**Abstract**

Hospitalization is a process that plans or emergency requires the child to stay in the hospital, to undergo therapy and treatment until his return home. Hospitalization has a psychological impact in several ways, such as depression, stress, fear and experiencing anxiety. One of the recommended interventions is the provision of jenga play therapy. The purpose of this study aims to find out the effect of jenga play therapy on decreasing anxiety in preschool-aged children (4-6 years) due to hospitalization at Murni Teguh Memorial Hospital. This type of research is quasy experimental with the design "One group pre test – Post test". The total sample in the study was 30 preschool-age children using the total sampling technique. Data collection is done before and after play therapy using Spance Children Anxiety Scale (SCAS) instrument and analyzed with the Wilcoxon signed rank test. The results of this study showed that there is an effect of jenga play therapy on decreased anxiety in preschool-aged children as seen from the results of wilcoxon's analysis signed rank test with a value of  $Z = -4,381$  showed the significance of  $p$  value = 0.001 ( $p < 0.05$ ). There is an effect of jenga play therapy on decreased anxiety in preschool-aged children (4-6 years) due to hospitalization at Murni Teguh Memorial Hospital.

**Keywords:** Anxiety, Hospitalization, Play therapy, Preschool age children

**Abstrak**

Hospitalisasi adalah suatu proses yang berencana atau darurat mengharuskan anak tinggal di rumah sakit, untuk menjalani terapi dan perawatan hingga pemulangannya kerumah. Hospitalisasi secara psikologis berdampak dalam beberapa hal yaitu depresi, stres, takut dan mengalami kecemasan. Salah satu intervensi yang dianjurkan adalah pemberian terapi bermain *jenga*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain *jenga* terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (4-6 tahun) akibat hospitalisasi di Murni Teguh Memorial Hospital. Jenis penelitian adalah *quasy eksperimen* dengan rancangan "One group pre test – Post test". Total sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 anak usia prasekolah dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah terapi bermain menggunakan instrumen *Spance Children Anxiety Scale (SCAS)* dan dianalisis dengan uji *Wilcoxon signed rank test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh terapi bermain *jenga* terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah yang dilihat dari hasil analisa *Wilcoxon signed rank test* dengan nilai  $Z = -4,381$  menunjukkan signifikansi  $p$  value = 0.001 ( $p < 0.05$ ). Terdapat pengaruh pemberian terapi bermain *jenga* terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (4-6 tahun) akibat hospitalisasi di Murni Teguh Memorial Hospital.

**Kata kunci :** Anak usia prasekolah, Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi bermain

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan, ketika seseorang harus dirawat inap dan untuk anak, keadaan ini dapat menimbulkan kecemasan dan menjadi pengalaman yang traumatis. Anak melihat rumah sakit sebagai negara asing, dan anak harus beradaptasi dengan kebiasaan bahasa dan jadwal yang berbeda dengan kebiasaan di sekitar rumah. Selama dirawat di rumah sakit, anak rentan mengalami stres karena keterbatasan kemampuan kognitif dan emosional serta ketergantungan pada orang lain (Rokach, 2016).

Kecemasan merupakan respon terhadap situasi yang baru dan berbeda. Kecemasan dan ketakutan merupakan hal yang wajar, namun jika kecemasan semakin kuat dan lebih sering terjadi pada situasi yang berbeda maka perlu mendapat perhatian (Supartini. 2012). Hospitalisasi pada anak dapat berdampak jangka pendek dan panjang. Dampak jangka panjang dapat menghambat tumbuh kembang anak (Niven & Waluyo, 2013).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 bahwa

3% sampai 10% pasien anak yang dirawat di Amerika Serikat mengalami stres dan cemas selama hospitalisasi, sekitar 3% sampai 7% dari anak usia prasekolah yang dirawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa, 5% sampai 10% anak yang dihospitalisasi di Kanada dan Selandia Baru juga mengalami tanda stres dan cemas selama di hospitalisasi (Hadi, Munir & Siam, 2020). Berdasarkan survei kesehatan nasional (SUSENAS) tahun 2014 Jumlah anak usia prasekolah di Indonesia sebesar 72% dari jumlah total penduduk Indonesia diperkirakan 35% anak menjalani hospitalisasi dan 45% diantaranya mengalami kecemasan.

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan terapi bermain pada saat anak sakit atau di rumah sakit. Aktivitas bermain dilakukan sesuai dengan situasi anak.

Melalui bermain, anak dapat mengurangi rasa cemas, tegang dan trauma (Mulyanti & Kusmana, 2018). Alat permainan yang digunakan ialah permainan Jenga. Pemberian terapi jenga sangat membantu mengatasi masalah kecemasan pada anak karena permainan jenga dapat melatih mental dan melatih kesabaran pada anak sehingga mengurangi dampak kecemasan akibat hospitalisasi. Belum ada penelitian sebelumnya yang dilakukan terapi bermain menggunakan Jenga untuk mengurangi stres anak prasekolah selama hospitalisasi.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode Kuasi Eksperimen dengan menggunakan pendekatan *One Group Pre-Test and Post-Test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel 30 anak. Penelitian ini dilaksanakan di Murni Teguh Memorial Hospital pada bulan Juli-September 2021. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pemberian kuesioner *Spance Children Anxiety Scale* (SCAS) untuk anak usia prasekolah diadopsi dari Ilmiasih (2012) dan sudah dilakukan uji validitas oleh 3 expert lain di keperawatan anak. Kuesioner ini diisi oleh orang tua anak baik ibu, ayah ataupun keluarga yang memahami kondisi anak. Untuk terapi bermain yang diberikan selama kurang lebih 30 menit berupa permainan *jenga* yang sudah disusun dengan prosedur permainan.

Dalam penelitian ini menggunakan uji statistik dengan menggunakan metode analisa wilcoxon dimana untuk menganalisis perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur, Jenis Kelamin dan Hospitalisasi Ke-

Karakteristik	F	Jumlah	%
<b>Umur</b>			
4 Tahun	9	30,0	
5 Tahun	15	50,0	
6 Tahun	6	20,0	
<b>Jenis Kelamin</b>			
Laki-Laki	19	63,3	
Perempuan	11	36,7	
<b>Hospitalisasi Ke-</b>			
Ke-2	11	36,7	
Ke-3	12	40,0	
Ke-4	5	16,7	
Ke-5	2	6,7	
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 30 responden (100%) di Murni Teguh Memorial Hospital responden yang memiliki umur 4 Tahun, sebanyak 9 responden (30%), umur 5 tahun sebanyak 15 responden (50%), umur 6 tahun sebanyak 6 responden (20%). Berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 19 responden (63,3%), dan perempuan sebanyak 11 responden (36,7%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah Sebelum Diberikan Terapi Bermain (Pre Test)

Tingkat Kecemasan	F	Jumlah	%
Tidak Cemas	5	16,7	
Cemas Ringan	10	33,3	
Cemas Sedang	12	40,0	
Cemas Berat	3	10,0	
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada anak sebelum diberikan terapi bermain jenga yaitu 5 anak (16,7%) tidak mengalami kecemasan, 10 anak (33,3%) mengalami cemas ringan, 12 anak

(40,0%) mengalami cemas sedang, dan sebanyak 3 anak (10,0%) mengalami cemas berat.

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah Sesudah Diberikan Terapi Bermain (Post Test)

Tingkat Kecemasan	F	Jumlah	%
Tidak Cemas	15	50,0	
Cemas Ringan	10	33,3	
Cemas Sedang	5	16,7	
Cemas Berat	0	0	
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada anak sesudah diberikan terapi bermain *jenga* yaitu 15 anak (50,0%) tidak mengalami kecemasan, 10 anak (33,3%) mengalami cemas ringan, 5 anak (16,7%) mengalami cemas sedang.

**Tabel 4.** Distribusi Pengaruh Terapi Bermain Jenga Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) Akibat Hospitalisasi Sebelum Dan Sesudah Tindakan Di Murni Teguh Memorial Hospital

Tingkat Kecemasan	N	Mean
Pre Test	30	56,23
Post Test	30	38,53

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa *mean* (rata-rata) tingkat kecemasan pada anak sebelum diberikan terapi bermain *jenga* adalah 56,23% dan sesudah diberikan tindakan adalah 38,23%.

**Tabel 5.** Uji Wilcoxon Data Pre Test Dan Post Test Tingkat Kecemasan.

Tes Statistik	Z	Asymp. Sig
Kecemasan (Pre Test) dan Kecemasan (Post Test)	-4,381	,000

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa nilai rata-rata

(mean) tingkat kecemasan responden sebelum diberikan terapi bermain jenga adalah 56,23 dan mean sesudah diberikan terapi bermain jenga adalah 38,53. Hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon dapat dijabarkan bahwa nilai  $Z = -4,381$ , sedangkan angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000), berarti  $p value = 0.000 < 0,05$  dimana lebih rendah dari standart signifikan dari 0,05 atau ( $p < \alpha$ ). Berdasarkan hasil tersebut bahwa Hipotesis Ha diterima dan Hipotesis Ho ditolak yaitu ada pengaruh terapi bermain jenga terhadap penurunan kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi di Murni Teguh Memorial Hospital.

## PEMBAHASAN

Menurut Saputra dan Intan(2017), usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan. Usia anak dalam penelitian ini mayoritas usia 5 tahun dengan frekuensi 50% dan berbanding terbalik dengan studi Mulyanti dan Kusmana (2018) bahwa usia 5-6 tahun hanya 20%. Presentasi kecemasan sebelum terapi bermain jenga dalam penelitian ini adalah mayoritas cemas sedang (40%) dan sesudah terapi bermain jenga mayoritas tidak cemas (50%). Temuan Harahap (2019) di RSU Imelda Pekerja Indonesia Medan tanpa intervensi diperoleh mayoritas anak mengalami kecemasan sedang (62,5%). Hasil temuan dari Mulyanti dan Kusmana (2018) bahwa kecemasan ringan (60%) saat pretest terapi bermain mewarnai dan saat posttest terapi bermain mewarnai jumlah responden dengan kecemasan ringan meningkat menjadi 75%. Sementara dengan terapi mewarnai bahwa sebelum intervensi mengalami cemas ringan (71%) dan setelah tindakan cemas ringan dan meningkat menjadi 79% (Silva et al., 2017).

Menurut Pratiwi (2017), bermain merupakan cara anak untuk belajar

tentang lingkungan, dan merupakan kebutuhan yang paling penting dan mendasar bagi anak. Melalui permainan, anak dapat memenuhi semua aspek kebutuhan perkembangan kognitif, efektif, sosial, emosional, motorik dan bahasa. Bermain juga membantu meningkatkan kreativitas, mencerdaskan otak, memecahkan masalah, melatih empati, menumbuhkan panca indera, penyembuhan dan penemuan.

Sejalan dengan Alini (2017) bahwa mean (rata-rata) sebelum terapi bermain *Playdough* (Plastisin) adalah 14,1 dan mean sesudah terapi bermain *Playdough* (Plastisin) adalah 9,6. Demikian pula hasil penelitian dari Dayani, Budiarti dan Lestari (2015) menggunakan terapi bermain *clay* bahwa mean sebelum eksperimen adalah 40,5 dan sesudah eksperimen adalah 35,2. Didukung juga oleh Eliyanti dan Fusfitasari (2021) bahwa sebelum Terapi bermain *clay* 11,75 dan sesudah terapi bermain *clay* 8,6.

Penelitian ini menggunakan terapi Jenga dan belum ada penelitian sebelumnya yang menggunakan metode yang sama tetapi dapat dibahas dengan terapi bermain lainnya. Studi ini sejalan dengan Eliyanti dan Fusfitasari (2021) bahwa terdapat pengaruh terapi bermain *clay* terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah dengan  $p value = 0,000$ . Alini (2017) mengatakan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara kecemasan anak prasekolah sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Playdough* (Plastisin) dengan  $p value = 0,000$ . Dayani, Budiarti dan Lestari (2015) bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain *clay* dengan  $p value = 0,000$ .

Dalam penelitian pemberian terapi *jenga* sangat berpengaruh dalam penerunan kecemasan, karena permainan *jenga* merupakan permainan yang mengasah keterampilan mental dan fisik, dan dapat melatih kesabaran.

Selama pemberian terapi bermain dapat dilihat perubahan yang besar pada anak, dimana sebelumnya anak terlihat takut dan tidak kooperatif saat ditanya dan diajak bermain kini setelah pemberian terapi anak terlihat lebih kooperatif dan tenang, anak mengikuti permainan dengan santai dan kooperatif, walaupun sebelumnya perlu waktu untuk anak memahami permainan tapi lama kelamaan anak mulai mengikuti permainan dengan baik dan timbul rasa saling percaya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Adanya kecemasan pada anak prasekolah (4-6 tahun) akibat hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain (*jenga*)
2. Adanya penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (4-6 tahun) saat diberikan terapi bermain (*jenga*)
3. Adanya pengaruh pemberian terapi bermain *jenga* terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (4-6 tahun) akibat hospitalisasi di Murni TeguhMemorial Hospital dengan hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon dengan nilai  $Z = -4,381$ , sedangkan angka signifikan atau nilai probabilitas ( $0,000$ ), berarti nilai  $p$  value  $= 0.000 < 0.05$  dimana lebih rendah dari standar signifikan dari  $0.05$  atau ( $p < \alpha$ ).

Terapi bermain *jenga* dapat menjadi alternatif bagi rumah sakit dalam pemberian terapi bermain sehingga membantu dalam pemberian tindakan keperawatan. Terapi yang diberikan kepada anak saat di rumah sakit tidak hanya akan membawa kebahagiaan pada anak-anak, tetapi juga membantu anak-anak mengungkapkan perasaan, pikiran cemas, takut, sedih, tegang, dan rasa sakit, dan tentunya ini akan membuat anak-anak lebih kooperatif

terhadap pemberian tindakan keperawatan

## SARAN

Direkomendasikan pada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian dalam jumlah sampel yang lebih besar dan menambahkan variabel lainnya.

## REFERENSI

- Alini. (2017). Pengaruh Terapi Bermain Plastisin (Playdough) Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi Di Ruang Perawatan Anak RSUD Bangkinang Tahun 2017. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 1(1), 1 – 10.
- Dayani, N.E., Budiarti, L.Y., & Lestari, D.R. (2015). Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi Di RSUD Banjarbaru. *DK*, 3(2), 1 – 15.
- Eliyanti, Y., & Fusfitasari, Y. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi Di Rumah Sakit Bengkulu. *JMK: Jurnal Media Kesehatan*, 14(2), 166 – 174..
- Hadi, Y.M.W, Munir, Z., & Siam, W.N. (2020). Efektifitas Penerapan Metode Family-Centered Care terhadap Pasien Anak dengan Stress Hospitalisasi. *Citra Delima: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(2), 112 – 116.
- Harahap, M.I. (2019). Hubungan Support System Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di RSU. Imelda Pekerja Indonesia Medan. *Nursing Update: Jurnal Pembaruan Keperawatan*, 1(1), 22 – 28

- Ilmiyash, R. (2012). Pengaruh Seragam Perawat: Rompi Bergambar Terhadap Kecemasan Anak Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi. *Tesis Program Magister Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*, 1 – 105.
- Mulyanti, S., & Kusmana, T. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal BIMTAS*, 2(1), 20 – 26.
- Niven, N., & Waluyo, A. (2013). *Psikologi kesehatan: pengantar untuk perawat dan profesional kesehatan lain*. Jakarta: EGC.
- Pratiwi, W. (2017). Konsep Bermain Pada Anak Usia Dini. *TADBIR: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 5(2), 106 – 117.
- Rokach, A. (2016). Psychological, emotional and physical experiences of hospitalized children: Mini Reiew. *Clin Case Rep Rev*, 2(4), 399 – 401.
- Saputra, H., & Intan, F. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain Di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya*. Kediri, Jawa Timur: Strada Ebook.
- Silva, S.G.T.D., Santos, M.A., Floriano, C.M.D.F., Damião, E.B.C., Campos, F.V.D., & Rossato, L.M. (2017). Influence of Therapeutic Play on the anxiety of hospitalized school-age children: Clinical trial. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 70(6), 1244 - 1249.
- Supartini, Y. (2012). *Konsep dasar keperawatan anak*. Jakarta: EGC.
- Survei Kesehatan Nasional (SUSENAS). (2014). *Jumlah anak usia prasekolah di indonesia*.