

PENERAPAN TERAPI BERMAIN LEGO DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN ANAK USIA PRASEKOLAH SAAT HOSPITALISASI DI RUANG ANGGREK RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

THE APPLICATION OF LEGO PLAY THERAPY IN REDUCING ANXIETY LEVEL OF PRESCHOOL CHILDREN DURING HOSPITALIZATION IN THE ORCHID ROOM OF RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

Ika Yuniati ^{1*}, Maryatun ²

^{1,2} Prodi Profesi Ners , Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

<p>ARTICLE INFORMATION</p>	<p>ABSTRACT</p>
<p>Received : 23 Juli 2023 Revised : 04 Agustus 2023 Accepted : 05 Agustus 2023</p>	<p>Latar belakang: Hospitalisasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan penuh stres pada anak yang dapat menimbulkan kecemasan, Salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada anak yaitu terapi bermain lego. permainan lego dapat menimbulkan perasaan senang dengan merangsang hormon endorphin menyebabkan otot menjadi rileks sehingga dapat menurunkan kecemasan. Tujuan: Menggambarkan penerapan terapi bermain lego dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di ruang rawat anak RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Metode: Metode yang digunakan dalam penerapan ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian studi kasus Pretest Posttest One Group Design, sampel penelitian berjumlah dua responden, instrumen penelitian lembar observasi, dan kuesioner dilakukan pada tanggal 22 Mei sampai 3 Juni 2023 pemberian terapi diberikan 2 kali sehari selama 3 hari dengan waktu 10 – 15 menit, lokasi penerapan bangsal anak ruang anggrek RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen dilakukan dengan wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Hasil: penerapan dilakukan pada 2 responden yaitu PadaAn. L sebelum dilakukan penerapan terdapat kecemasan ringan dengan skor 45%, setelah diberikan terapi bermain Lego tiga kali menunjukkan hasil tidak adakecemasan dengan skor 41%, sedangkan pada An. M pada terapi bermain pertama menunjukkan masih terdapat cemas ringan dengan skor 51 %, dan pada terapi bermain ke tiga cemas teratasi dengan skor 38%. Kesimpulan: Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi bermain lego terhadap penurunan kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi.</p>
<p>KEYWORD Terapi Bermain Lego, Hospitalisasi, Kecemasan, Anak <i>Lego Play Therapy, Hospitalization, Anxiety, Children</i></p>	<p>Background: Hospitalization is an unpleasant and stressful situation in children that can cause anxiety, one of the treatments that can be done to reduce anxiety in children is lego play therapy. Lego games can create feelings of pleasure by stimulating endorphins, causing muscles to relax, thereby reducing anxiety Objective: Describing the application of lego play therapy in reducing the anxiety level of preschool children during hospitalization in the pediatric ward of RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Method: The method used in this application is descriptive with a case study research Pretest Posttest One Group Design, the research sample amounted to 2 respondents, the research instrument was an observation sheet, and a questionnaire. carried out from 22 May to 3 June 2023 the therapy was given 2 times a day for 3 days with a time of 10-15 minutes, the location of the implementation of the pediatric ward in the orchid room at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen conducted by interview, observation and documentation study. Results: In An. L before the application there was mild anxietywith a score of 45%, after being given Lego play therapy three times showed the results of no anxiety with a score of 41%, while in An. M in the first play therapy showed that there was still mild anxiety with a score of 51%, and in the third play therapy anxiety was resolved with a score of 38%. Conclusion: It can be concluded that there is an effect of lego play therapy on reducing anxiety in children experiencing hospitalization.</p>
<p>CORRESPONDING AUTHOR Nama : Ika Yuniati E-mail : ikayuniati00@gmail.com No. Tlp : +6281391794521</p>	

PENDAHULUAN

Hospitalisasi pada anak merupakan suatu proses karena suatu alasan yang direncanakan atau darurat dan mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai anak dapat dipulangkan kembali ke rumah. Selama proses tersebut, anak dapat mengalami berbagai kejadian berupa pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stress (Ana dan Mariyam, 2019). Hospitalisasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan penuh stress pada anak maupun keluarga, stressor utama dialami berupa perpisahan dengan keluarga, kehilangan kontrol, perlukaan tubuh, dan nyeri (Arbakyah et al, 2021).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) tahun 2018 bahwa 3%-10% pasien anak yang di rawat di Amerika Serikat mengalami stress selama hospitalisasi. Sekitar 3%-7% dari anak usia sekolah yang di rawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa, 5%-10% anak yang di hospitalisasi di Kanada dan Selandia Baru juga mengalami tanda stress selama di hospitalisasi (Hadi, 2020).

Prevalensi di Indonesia jumlah anak pra sekolah mencapai 9.603.173 anak sedangkan di Kepulauan Riau berjumlah 87.417 anak. berdasarkan data survei kesehatan nasional (SUSENAS) pada tahun 2022, menyatakan jumlah anak usia pra sekolah sebesar 72% dari jumlah penduduk Indonesia, dan diperkirakan 35 per 100 anak mengalami hospitalisasi dan 45% diantaranya mengalami kecemasan (Arbakyah et al, 2021). Pada wilayah kabupaten sragen pasien anak di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen mencapai 30 pasien pada bulan Mei - Juni 2023 dengan usia 2 – 12 tahun dan 0,6% mengalami kecemasan akibat hospitalisasi.

Kecemasan adalah perasaan yang sering dialami pasien anak usia pra sekolah mengalami hospitalisasi di rumah sakit. Biasanya kecemasan yang sering dialami pada anak-anak seperti menangis, dan takut pada orang baru. Banyaknya faktor pendukung yang dialami oleh anak ketika menjalani hospitalisasi di rumah sakit menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak tersebut. Salah satu penyebab dari stress dan kecemasan pada anak ialah berada di lingkungan rumah sakit (Arbakyah et al, 2021).

Berdasarkan hasil prevalensi di atas angka hospitalisasi yang tinggi dapat menimbulkan dampak pada anak salah satunya perubahan perilaku. Seperti, takut, stres, cemas karena perpisahan dan gangguan tidur terutama pada anak yang berusia kurang dari 7 tahun. Biasanya anak bereaksi terhadap stress dan kecemasan saat sebelum, selama dan setelah hospitalisasi. Untuk mengatasi dampak hospitalisasi dapat dilakukan dengan cara mencegah atau mengurangi mengurangi rasa takut saat bersama perawat maupun dokter (Arbakyah et al, 2021).

Tindakan untuk menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah yaitu, dengan terapi bermain dan kerja sama dengan orang tua yang baik, sehingga dapat meminimalkan atau penurunan stress pada anak yang dirawat di rumah sakit salah satu terapi bermain yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pada anak akibat hospitalisasi adalah permainan lego (Arbakyah et al, 2021).

Terapi bermain lego merupakan salah satu jenis terapi bermain yang menggunakan alat permainan yang dapat disusun serta dibongkar pasang yang memiliki berbagai bentuk seperti, persegi, persegi panjang, dan memiliki gerigi. Lego termasuk permainan konstruktif atau bangun membangun untuk meningkatkan kecerdasan serta kreativitas pada anak (Tesaningrum, 2018). Tujuan dari terapi bermain lego adalah untuk mengalihkan konsentrasi anak yang sebelumnya terfokus pada rasa kecemasan dan rasa takut akibat sakit yang anak rasakan, kemudian konsentrasi pada anak akan dapat beralih ke permainan lego karena ingin menyelesaikan permainan pada susunan lego tersebut. Untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah perlu suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemas salah satunya dengan terapi bermain lego (Arbakyah et al, 2021).

Hasil penelitian di atas sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh penelitian Laswiri, E. N (2018) didapatkan bahwa tingkat cemas anak yang dilakukan terapi bermain lego masuk dalam kategori ringan yaitu sebanyak 16 anak (84,2%). Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryadi (2018), lego termasuk permainan konstruktif atau bangun membangun yang dapat meningkatkan kecerdasan, kreativitas anak, meningkatkan daya ingat dan perasaan serta emosi anak. Bermain lego juga dapat

memberikan kemudahan perawat dalam mendistraksi agar anak kooperatif pada pelaksanaan prosedur terapi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 Mei 2023 di dapatkan data yang di peroleh dari hasil wawancara perawat Ruang Anggrek penyakit yang terbanyak yaitu gastroenteritis sebanyak 17 pasien dan yang paling sedikit yaitu haematemesis sebanyak satu pasien. Total jumlah pasien bulan Mei 2023 sebanyak 30 pasien anak, diantaranya 2 anak mengalami kecemasan sebanyak 0,6% dan belum pernah di berikan penerapan terapi bermain lego pada bangsal anggrek perbedaan dengan peneliti sebelumnya yaitu peneliti sebelumnya menggunakan 15 Responden dan waktu penerapan hanya 2 hari dengan pemberian selama 10 – 30 menit dalam pemberian terapi bermain lego.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penerapantentang “Penerapan Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Rawat Anak RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen”.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan desain penelitian yang digunakan yaitu studi kasus Pretest Posttest One Group Design, sampel penelitian berjumlah dua responden, instrumen penelitian lembar observasi, dan kuesioner dilakukan pada tanggal 22 Mei sampai 3 Juni 2023 pemberian terapi diberikan 2 kali sehari selama 3 hari dengan waktu 10 – 15 menit, lokasi penerapan bangsal anak ruang anggrek RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen dilakukan dengan wawancara, observasi dan studi dokumentasi, yang bersifat kuantitatif untuk menerapkan tindakan intervensi terapi bermain lego pada anak yang mengalami kecemasan hospitalisasi dengan memantau pengaruh sebelum dan setelah diberikan terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak. Sampel pada penelitian ini adalah anak usia 3 – 6 tahun dengan hospitalisasi sejumlah 2 responden. Kriteria responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah inklusi dan eksklusi.

Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan cara *Purposive Sampling*. Data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Instrument pada penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner yaitu *Zung Self – Rating Anxiety Scale (ZSAS)* dan lembar observasi.

HASIL

A. Hasil Tingkat Kecemasan Pada An. L dan An. M Sebelum Dilakukan Terapi Bermain Lego

Hasil dari penerapan terapi bermain lego pada An. L dan An. M sebelum dilakukan terapi bermain lego dapat disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Tingkat Kecemasan Pada An. L dan An. M Sebelum Dilakukan Terapi Bermain Lego

Nama	Sebelum		
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
An. L	45	45	43
An. M	51	45	40

Hasil dari tabel 1 yaitu anak mengalami penurunan tingkat kecemasan dari hari pertama yaitu An. L 45 menjadi 43 pada hari ketiga sedangkan untuk tingkah kecemasan An.M hari pertama 51 dan pada hari ke 3 menjadi 40 dan termasuk kecemasan ringan.

B. Hasil Tingkat Kecemasan Pada An. L dan An. M Setelah Dilakukan Terapi Bermain Lego

Hasil dari penerapan terapi bermain lego pada An. L dan An. M setelah dilakukan terapi bermain lego dapat disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Tingkat Kecemasan Pada An. L dan An. M Setelah Dilakukan Terapi Bermain Lego

Nama	Setelah		
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
An. L	45	44	41
An. M	51	44	38

Hasil dari tabel 2 yaitu anak mengalami penurunan tingkat kecemasan dari hari pertama yaitu An. L 45 menjadi 41 pada hari ketiga sedangkan untuk tingkah kecemasan An.M hari pertama 51 dan pada hari ke 3 menjadi 38 dan termasuk kecemasan ringan.

C. Hasil Tingkat Kecemasan Pada An. L dan An. M Sebelum dan Setelah Dilakukan Terapi Bermain Lego

Hasil dari penerapan terapi bermain lego pada An. L dan An. M sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego dapat disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Tingkat Kecemasan Pada An.L dan An. M sebelum dan Setelah di lakukan terapi bermain lego

Nama	An. L		An. M	
	Sebelum	Setelah	Sebelum	Setelah
Hari ke-1	45	45	51	51
Hari ke-2	45	44	45	44
Hari ke-3	43	41	40	38

PEMBAHASAN

A. Karakteristik responden

Pada penelitian ini peneliti melakukan pengkajian kepada dua klien. Pengkajian pertama dilakukan kepada An.L pada tanggal 22 Mei 2023. Pengkajian pada klien kedua yaitu An. M pada tanggal 1 Mei 2023. Kedua klien masuk rumah sakit dengan diagnosis medis yaitu Gastritis dan Febris. Kedua klien berusia 4 dan 6 tahun dan baru pertama kali menjalani perawatan di rumah sakit untuk An. M. Pada klien An.L dan An. M mengalami kecemasan ditandai dengan rewel, sering menangis, merengek, dan tidak bisa tidur serta ketakutan jika di tangani petugas kesehatan wajah tampak tegang dan menolak tindakan dari petugas kesehatan. Hasil pengkajian di dapatkan Tanda- tanda vital pada An. L : TD : 110/80 mmHg, Nadi : 110x/menit, RR : 22 x/menit, Suhu : 36,7°C, SpO2 : 100%. Tanda-tanda vital pada An. M : TD : 110/70 mmHg, Nadi : 100x/menit, RR : 22 x/menit, Suhu : 37,7°C, SpO2 : 100%. Kedua klieN mengalami kecemasan atau ansietas berhubungan dengan hospitalisasi. Anak yang mengalami kecemasan selama dirawat di rumah sakit memerlukan media yang dapat mengekspresikan perasaan yang dialaminya, sehingga mampu bekerja sama dengan petugas kesehatan agar proses perawatan dan pengobatan berjalan dengan maksimal. Media yang paling

efektif diberikan sesuai dengan kebutuhan anak yaitu bermain.

B. Hasil Pengukuran Tingkat Kecemasan Sebelum Di Berikan Terapi Bermain Lego

Berdasarkan tabel 1. Pemeriksaan sebelum di berikan terapi bermain lego Pada klien An.L dan An. M mengalami kecemasan ditandai dengan rewel, sering menangis, merengek, dan tidak bisa tidur serta ketakutan jika di tangani petugas kesehatan wajah tampak tegang dan menolak tindakan dari petugas kesehatan. Hasil pengkajian di dapatkan Tanda-tanda vital pada An. L : TD : 110/80 mmHg, Nadi : 110x/menit, RR : 22 x/menit, Suhu : 36,7°C, SpO2 : 100% dengan skor tingkat kecemasan 45 yaitu masuk ke dalam kategori kecemasan ringan. Sedangkan Tanda- tanda vital pada An. M : TD : 110/70 mmHg, Nadi : 100x/menit, RR : 22 x/menit, Suhu : 37,7°C, SpO2 : 100% engan skor tingkat kecemasan 51 yaitu masuk ke dalam kategori kecemasan ringan.

Kecemasan adalah perasaan yang sering dialami pasien anak usia pra sekolah mengalami hospitalisasi di rumah sakit. Biasanya kecemasan yang sering dialami pada anak-anak seperti menangis, dan takut pada orang baru. Banyaknya faktor pendukung yang dialami oleh anak ketika menjalani hospitalisasi di rumah sakit menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak tersebut. Salah satu penyebab dari stres dan kecemasan pada anak ialah berada di lingkungan rumah sakit (Arbakyah, et al., 2021).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki dan Lina, (2020), Beberapa perubahan lingkungan fisik selama dirawat di rumah sakit dapat membuat anak merasa asing. Hal tersebut akan menjadikan anak merasa tidak aman dan tidak nyaman. Ditambah lagi, anak mengalami perubahan fisiologis yang tampak melalui tanda dan gejala yang dialaminya saat sakit. Adanya perlukaan dan rasa nyeri membuat anak terganggu. Reaksi anak usia prasekolah terhadap rasa nyeri sama seperti sewaktu masih bayi. Anak akan bereaksi terhadap nyeri dengan menyeringaikan wajah, menangis, mengatupkan gigi, menggigit bibir, membuka mata dengan lebar, atau melakukan tindakan agresif seperti menendang dan memukul. Namun, pada akhir periode balita anak biasanya sudah mampu

mengkomunikasikan rasa nyeri yang mereka alami dan menunjukkan lokasi nyeri.

3. Hasil Pengukuran Tingkat Kecemasan Setelah Di Berikan Terapi Bermain Lego

Berdasarkan tabel 2. pada akhir penelitian (post test) terdapat penurunan tingkat kecemasan pada hari kedua menjadi total skor 44 dengan kategori kecemasan ringan, terapi bermain lego yang dilakukan dua kali dalam sehari selama tiga hari dengan rentang waktu 10 - 30 menit efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak pra sekolah. Dalam penelitian ini dari dua responden setelah dilakukan terapi bermain lego pada hari ke dua semuanya mengalami penurunan dengan total skor 44, dan pada awal pemberian relaksasi otot progresif hari ke tiga terdapat dua responden yang mengalami penurunan dengan skor An. L 41 dan An. M dengan skor 38, saat peneliti bertanya kepada keluarga responden ada berbagai penyebab yaitu anak sudah mulai rileks dan sudah tenang dengan lingkungan yang baru.

Dari hasil diatas menunjukkan bahwa terjadi penurunan tanda tanda vital pada kedua klien yang mendapatkan tindakan keperawatan berupa terapi bermain sebagai respon dari kecemasan. Dari kedua klien diatas, tanda-tanda vital keduanya mengalami penurunan setelah dilakukan terapi bermain. Instrumen pengukuran skala kecemasan menggunakan skala Zung- Self Anxiety Rate Scale (SAS) hari pertama pada An. L menunjukkan tingkat kecemasan dengan skor 45 dengan kategori kecemasan ringan dan pada evaluasi hari ketiga dalam waktu 10 menit menjaditotal skor 41 dengan kategori tidak ada kecemasan. Pada An. M menunjukkan tingkat kecemasan dengan skor 51 dengan kategori kecemasan ringan dan pada evaluasi hari ketiga selama pemberian trapi 15 menit menjadi total skor 38 dengan kategori tidak ada kecemasan.

Kecemasan pada An. L berkurangnya lebih sedikit di bandingkan An. M dikarenakan dari faktor internal yaitu jenis kelamin laki-laki dan perempuan bahwa permainan lego lebih berpengaruh terhadap tingkat kecemasan anak laki-laki dikarenakan anak laki-laki lebih rendah dalam mengalami stressor dan lebih tertarik untuk mengekspresikan imajinasinya dengan mengubah menjadi bentuk-bentuk seperti mobil, rumah, robot sesuai dengan keinginan. Menurut

Yosep (2007) dalam Tsaningrum (2018) mengatakan bahwa faktor internal salah satunya yakni jenis kelamin dapat mempengaruhi respon terhadap cemas karena respon emosional perempuan lebih tinggi daripada laki-laki.

4. Pengaruh Terapi Bermain Lego Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah

Hasil penelitian tingkat kecemasan sebelum di berikan terapi bermain lego pada An. L dengan skor 45 dan pada An. M dengan skor 51 termasuk dalam kategori kecemasan ringan dan tingkat kecemasan setelah di berikan terapi bermain lego pada An. L dengan skor 41 dan pada An. M dengan skor 38 termasuk dalam kategori tidak ada kecemasan atau normal. Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi bermain lego signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Untuk mengatasi kecemasan anak pada masa hospitalisasi dibutuhkan pendekatan menggunakan filosofi atraumatic care. Dimana pendekatan atraumatic care merupakan bentuk perawatan yang diberikan oleh petugas kesehatan dalam pelayanan kesehatan pada anak, melalui penggunaan tindakan yang dapat mengurangi distress fisik dan diastres psikologis yang dialami anak maupun orangtuanya. Upaya bagiperawat dan tugas kesehatan untuk meminimalkan dampak pada masa hospitalisasi pada anak usia pra sekolah dapat dilakukan dengan teknik terapi bermain lego (Arbakayah, 2021).

Terapi bermain diyakini mampu menghilangkan batasan, hambatan dalam diri, stres, frustrasi serta mempunyai masalah emosi dengan tujuan mengubah tingkah laku anak yang tidak sesuai menjadi tingkah laku yang diharapkan anak sering diajak bermain akan lebih kooperatif dan mudah diajak kerja sama selama masa perawatan Evi Hasnita dan Sherly Gusvianti, (2018). Pemilihan lego sebagai alat permainan diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah (Mariyam, 2017).

Lego merupakan sejenis alat permainan bongkah plastic kecil yang dapat disusun dan dibongkar pasang menjadi bangunan atau bentuk lainnya. Lego termasuk permainan konstruktif

atau bangunan membangun yang meningkatkan kecerdasan dan kreativitas anak. Terapi bermain pada anak usia 3 sampai 6 tahun pada pengembangan bahasa, mengasah motorik halus, dan mengontrol emosi. Pemilihan bermain lego sebagai salah satu permainan edukatif karena dapat berperan dalam kecerdasan dan motorik halus anak usia prasekolah melalui permainan konstruktif atau bangun membangun (Mariyam, 2017).

Permainan lego merupakan permainan yang memacu kreativitas anak, permainan berbentuk balok-balok plastik berwarna-warni ukuran miniyang dapat disusun menjadi beragam bentuk seperti mobil, rumah, pesawat terbang, ataupun robot. Bermain lego juga dapat mengalihkan konsentrasi anak yang sebelumnya terfokus pada rasa cemas dan takut akibat sakitnya, kemudian konsentrasi anak akan dapat beralih ke permainan lego karena ingin menyelesaikan susunan lego tersebut. Aktivitas bermain ini memasukkan strategi koping sederhana untuk menghadapi kecemasan, seperti relaksasi dan distraksi yang bermanfaat untuk menurunkan kecemasan selama tindakan keperawatan sehingga akan terbentuk pula sikap kooperatif selama dilakukan tindakan. (Sri Mujiyanti, 2019).

Pemberian terapi bermain lego membuat anak menjadi senang dan bangga atas karya yang anak hasilkan dari kreativitasnya sendiri. Perasaan senang yang dialami anak akan merangsang tubuhnya untuk mengeluarkan hormon endorphen. Peningkatan pada hormon endorphen dapat mempengaruhi suasana hati dan menurunkan kecemasan pada anak. Hormon endorphen ialah hormon yang diproduksi oleh bagian hipotalamus di otak. Hormon endorphen menyebabkan otot menjadi rileks dan bisa memperkuat sistem kekebalan tubuh. Selain mengeluarkan hormon endorphen tubuh juga mengeluarkan Gamma-Aminobutyric Acid (GABA) dan Enkephalin. Zat-zat tersebut dapat menimbulkan efek analgesia sehingga nyeri yang dirasakan oleh anak akibat sakit dapat berkurang. Jika stressor kecemasan yang dialami anak pra sekolah dapat diatasi maka kecemasan yang dialami anak dapat berkurang (Arbakyah et al., 2021).

Pernyataan di atas sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ariani et al., (2021) yang mengatakan bahwa adanya

penurunan tingkat kecemasan setelah di berikan terapi bermain lego. Sehingga disimpulkan bahwa terapi bermain lego dapat menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di Ruang Rawat Anak Bangsal Anggrek RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Keterbatasan pada saat pelaksanaan penerapan yaitu Penerapan hanya dilakukan kepada 2 responden dengan kriteria usia 3 – 6 tahun, Tidak dilakukannya terapi bermain secara bersamaan dari kedua klien dikarenakan pengambilan data dari kedua klien tidak pada waktu yang sama, Waktu pelaksanaan penerapan di lakukan hanya dalam waktu 2 minggu dengan penerapan 2 kali sehari selama 3 hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan yang telah dilakukan pada pasien anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi dapat di simpulkan bahwa Ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan setelah di berikan terapibermain lego. Salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah usia dan jenis kelamin. Tingkat kecemasan sebelum di berikan terapi bermain lego pada An. L dengan skor 45 dan pada An. M dengan skor 51 termasuk dalam kategori kecemasan ringan dan tingkat kecemasan setelah di berikan terapi bermain lego pada An. L dengan skor 41 dan pada An. M dengan skor 38 termasuk dalam kategori tidak ada kecemasan atau normal.

Hasil penelitian ini diharapkan keluarga pasien dan pasien yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi dapat menurunkan tingkat kecemasan dengan melakukan terapi bermain lego sebagai terapi komplementer secara non farmakologis. Hasil penelitian ini juga di harapkan bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan lebih baik lagi atau bisa dengan menambahkan kelompok perbandingan atau kontrol, bagi perawat dan rumah sakit dapat menjadikan SOP tindakan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi usia 3-6 tahun dengan Terapi bermain lego yang di berikan selama 10-15 menit dalam 3 hari selama 2x sehari. Kedua kasusterdapat penurunan tingkat kecemasan dari kategori kecemasan ringan menjadi normal atau tidak ada kecemasan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih ditujukan kepada pihak RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

DAFTAR PUSTAKA

Ana, dan Mariyam. (2019). Gambaran Reaksi Anak Usia Prasekolah Terhadap Stressor Hospitalisasi. *Posiding Mahasiswa Seminar Nasional Unimus Vol. 2 2019*.

Ariani, et al. (2022). Terapi Bermain Lego dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Rawat Anak RSUD Pambalah Batung Amuntai. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 12(2), 515–528. <https://doi.org/10.33859/dksm.v12i2.73>

Arbakyah et al. (2021). Terapi bermain lego terhadap kecemasan masa hospitalisasi anak pra sekolah di rumkital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. 3(2), 1–6. <https://jurnal.akperkesdampadang.a.c.id/index.php/JICM/article/view/82/64>.

Hadi, et al. 2020. Efektifitas Penerapan Metode Family Centered Care Terhadap Pasien Anak dengan Stress Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*. 3(2): 112-116.

Kodiriya, N. S. et al. (2019). The effectiveness of playing clay and origami therapy to reduce anxiety pediatric patients hospitalized. *Jurnal Aisyah: Jurnal ilmu kesehatan*, 151-160.

Laswiri, et al. 2018. Pengaruh Bermain Terapeutik: Lego Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah di DIY [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiah Yogyakarta. Retrieved 11 May 2020 from: <http://digilib2.unisayogy.ac.id/xmlui/handle/123456789/995>

Mariyam, et al. (2017). Optimalisasi Pelaksanaan Program Terapi Bermain Pada Anak di Rumah Sakit. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada*

Masyarakat, 2(2), 1.
<https://doi.org/10.26714/sjpkm.v2i2.10975>

Mujiyanti, S dan Rismawati. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*. Vol 3, No 1, 2019.

Rizky, K., dan Yanti, L. (2020). Terapi Bermain Lego Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Dengan Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan*, 9.

Sri, M., dan Ris, R. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia Vol. 3 No. 1 2019*.

Suryadi. 2018. Efektivitas Bermain "LEGO" Untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Berfikir Simbolik Anak Usia (4 – 5) Tahun. *Samarinda. Jurnal Psikologi*, Vol 3(1), 19 – 25.

Tesaningrum, et al. 2018. Terapi Bermain Lego dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan, Semarang: 13 Desember 2014*. pp. 229-233.