

# The Effect Of Puzzle Playing Therapy On Anxiety Due To The Impact Of Hospitalization In Preschool Aged Children: Study Literature Review

Vita Fadhilah<sup>1</sup> , Ns. Septi Wardani, M. Kep<sup>2</sup>, Ns. Reni Mareta, M. Kep<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Department of Health Science, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

 [afadhilah1075@gmail.com](mailto:afadhilah1075@gmail.com)

## Abstract

**Background:** Hospitalization can cause anxiety in some children. The level of anxiety due to hospitalization in most preschool-age children is moderate to severe anxiety. Puzzle play therapy is a therapy that can reduce anxiety in preschool-aged children. **Purpose:** Identify anxiety due to hospitalization in preschool-aged children before and after playing puzzle therapy, identify the effect of playing puzzle therapy on hospitalization anxiety in preschool-aged children. **Method:** The method used in this study was a literature review design by collecting secondary data from Google Scholar and ScintDirect using the keywords "Preschool-aged children AND puzzle play therapy AND anxiety of hospitalization", as many as 9 articles that met the inclusion criteria with the publication year range 2019-2023. **Results:** The anxiety experienced by preschool-aged children at the time of hospitalization before being given puzzle play therapy experienced mild-severe anxiety, and after being given puzzle play therapy the child's anxiety level decreased to mild-moderate anxiety. **Conclusion:** this proves that there is an effect of playing puzzle therapy to reduce anxiety levels in preschool-aged children due to hospitalization.

**Keywords:** 1; preschool age children 2; puzzle play therapy 3; hospitalization anxiety

## Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Akibat Dampak Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah: Study Literature Review

### Abstrak

**Latar belakang:** Hospitalisasi dapat menimbulkan kecemasan pada sebagian anak. Tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada sebagian besar anak usia prasekolah adalah kecemasan sedang hingga berat. Terapi bermain *puzzle* adalah terapi yang dapat menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah. **Tujuan:** Mengidentifikasi kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah sebelum dan sesudah terapi bermain *puzzle*, mengidentifikasi pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *literature review* dengan mengambil data sekunder dari *Google Scholar* dan *ScintDirect* dengan menggunakan kata kunci "Anak usia prasekolah AND terapi bermain *puzzle* AND kecemasan hospitalisasi", sebanyak 9 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dengan rentang tahun terbit 2019-2023. **Hasil:** Kecemasan yang dialami pada anak usia prasekolah pada saat hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* mengalami kecemasan ringan-berat, dan setelah diberikan terapi bermain *puzzle* tingkat kecemasan anak mengalami penurunan menjadi kecemasan ringan-sedang. **Kesimpulan:** hal ini membuktikan bahwa adanya pengaruh terapi bermain *puzzle* untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi.

**Kata kunci:** 1; anak usia prasekolah 2; terapi bermain *puzzle* 3; kecemasan hospitalisasi

# 1. Pendahuluan

Kesehatan anak menentukan kualitas anak di masa yang akan datang, karena keberhasilan anak di masa yang akan datang, akan tergantung bagaimana anak tersebut menjalani tahap awal kehidupannya, yaitu usia bayi, balita, prasekolah dan sekolah. Anak merupakan individu yang masih bergantung pada orang dewasa dan lingkungannya, artinya mereka membutuhkan lingkungan yang dapat memfasilitasi pemenuhan kebutuhan anak (Israeli, 2020). Salah satu masalah pada anak usia prasekolah saat mengalami hospitalisasi adalah kecemasan, kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya (Sarmita, 2021). Kecemasan adalah takut akan kelemahan. Kecemasan merupakan perasaan yang kita alami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan yang akan terjadi (Muyasaroh, 2020). Perasaan cemas merupakan sebuah dampak dari hospitalisasi yang dapat dialami oleh anak karena menghadapi stressor yang ada disekitar lingkungan rumah sakit., Respon yang diberikan dari kecemasan dapat berupa respon fisiologis serta psikologis. Respon fisiologis yaitu dapat berupa peningkatan denyut jantung, pernafasan, tekanan darah, suhu tubuh serta respon psikologis yaitu berupa reaksi terhadap kecemasan seseorang yang mempengaruhi kejiwaannya yang dapat terlihat secara objektif berupa ekspresi wajah, postur, posisi badan, aktivitas, tangisan serta ketenangan (Manalu et al., 2018).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 bahwa 3%-10% pasien anak yang di rawat di Amerika Serikat mengalami stress selama hospitalisasi, di Jerman juga mengalami hal yang serupa 5%-10% anak yang di hospitalisasi (Manalu et al., 2018). Berdasarkan data Survei Ekonomi Nasional sebesar 72% dari jumlah total penduduk Indonesia diperkirakan 35 per 100 anak menjalani hospitalisasi. Sehubungan hal tersebut, di Indonesia angka kesakitan anak usia 0-4 tahun sebesar 25,84%, usia 5-12 tahun sebanyak 14,91%, usia 13-15 tahun sekitar 9,1%, usia 16-21 tahun sebesar 8,13%. Prevelensi kecemasan anak di Indonesia yang menjalani hospitalisasi 75%. Kecemasan merupakan kejadian yang mudah terjadi atau menyebar namun tidak mudah diatasi karena faktor penyebabnya yang tidak spesifik. Anak yang cemas akan mengalami kelelahan karena terus menangis, menolak makan sehingga memperlambat proses penyembuhan sehingga jumlah hari rawat juga meningkat serta tidak kooperatif terhadap perawatannya (Manalu et al., 2018).

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang terjadi pada anak karena suatu alasan yang darurat atau berencana, mengharuskan anak tinggal di rumah sakit untuk menjalani terapi dan perawatan hingga pemulangan pulang kerumah (Manalu et al., 2018). Hospitalisasi adalah bentuk stressor individu yang berlangsung selama individu tersebut dirawat di rumah sakit. Menurut WHO, hospitalisasi merupakan pengalaman yang mengancam ketika anak menjalani hospitalisasi karena stressor yang dihadapi dapat menimbulkan perasaan tidak aman seperti cemas, kehilangan kendali, cedera tubuh dan nyeri (Utami, 2014). Dampak dari hospitalisasi menjadikan anak-anak dapat bereaksi terhadap stress hospitalisasi sebelum mereka masuk, selama hospitalisasi, dan setelah hospitalisasi. Ditandai dengan anak terlihat takut pada perawat yang datang karena prosedur keperawatan yang menimbulkan nyeri maupun tidak, hal ini apat menyebabkan kecemasan dan ketakutan bagi anak usia prasekolah selama dirawat di rumah sakit (Utami, 2014). Intervensi keperawatan dalam mengatasi dampak hospitalisasi pada anak adalah dengan terapi bermain seperti bermain *puzzle*.

*Puzzle* adalah permainan yang menggunakan kesabaran dan ketekunan dalam merangkainya. *Puzzle* merupakan sejenis permainan yang berupa potongan-potongan gambar yang cara bermainnya yaitu dengan menyusunnya sehingga terbentuk sebuah gambar (Ananda, 2019). Oleh karena itu, metode *puzzle* dipilih sebagai media bermain terapeutik selama anak usia prasekolah menjalani perawatan di rumah sakit yang bertujuan untuk mengurangi dampak hospitalisasi akibat prosedur keperawatan karena permainan ini mudah dan tidak memerlukan energi yang besar, sehingga lambat laun mental anak juga terbiasa untuk bersikap tenang, tekun dan sabar dalam menyelesaikan sesuatu (Manalu et al., 2018).

Menurut hasil penelitian dari Sapardi (2021) yaitu, terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *puzzle* pada anak prasekolah. Permainan yang disukai anak akan membuat anak merasa senang melakukan permainan tersebut. Penelitian lain tentang terapi bermain *puzzle* untuk mengurangi kecemasan

hospitalisasi pada anak usia prasekolah yaitu oleh Hariyadi (2019) yaitu, permainan *puzzle* dapat menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah akibat hospitalisasi secara signifikan di RSUD Harjono Kabupaten Ponorogo. Pada saat bermain anak akan belajar dan merealisasikan imajinasi mereka untuk memasang *puzzle*, merangsang perkembangan kreativitas anak sehingga dapat mengalihkan kecemasan anak.

## 2. Metode

Kajian ini merupakan rangkuman komprehensif dalam bentuk *literature review* mengenai pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan akibat dampak hospitalisasi pada anak usia prasekolah. Pencarian literatur dalam *literature review* ini menggunakan empat database dengan kriteria kualitas tinggi dan sedang yaitu *Google Scholar*, *Portal Garuda*, *ScientDirect*, dan *PubMed*. Pencarian artikel atau jurnal menggunakan operator boolean (AND, OR) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikkan pencarian sehingga memudahkan untuk menentukan artikel atau jurnal mana yang akan digunakan. Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan PICOS adalah *population/problem* menggunakan Bahasa Indonesia (kecemasan hospitalisasi, anak usia prasekolah) dan kata kunci menggunakan Bahasa Inggris (*hospitalization anxiety, preschool age children*), *intervention* menggunakan Bahasa Indonesia (terapi bermain *puzzle*) dan kata kunci menggunakan Bahasa Inggris (*puzzle play therapy*), *comparation* (tidak ada), *outcome* menggunakan bahasa Indonesia (kecemasan hospitalisasi) dan kata kunci menggunakan Bahasa Inggris (*hospitalization anxiety*), *study design* ini adalah eksperimental dengan *quasy eksperimental studies*.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian literaturw review ini mengambil artikel dari tahun 2019-2023 dengan menggunakan database *Google Scholar* dan *ScientDirect*. Terdapat Sembilan artikel yang memenuhi kriteria inklusi, yang nantinya akan mejadi sub bab bahasan dalam topik literature review terkait pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan akibat dampak hospitalisasi pada anak usia prasekolah seperti yang ada pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penelusuran Literatur

N o	Penulis, Tahun	Judul	Design Penelitian	Tempat peneliti an	Populasi Sample	Tingkat Kecemasa n Sebelum	Tingkat Kecemasa n Sesudah	Hasil
1.	(Handajani et al., 2019)	Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di RS Bhakti Rahayu Surabaya	Quasi Eksperimental	Rumah Sakit Bhakti Rahayu Surabaya	Populasi: anak yang mengalami hospitalisasi Sample: 30 responden Usia: 3 tahun: 9 anak 4 tahun: 7 anak 5 tahun: 7 anak	Normal: 6 responden Cemas: 24 responden	Normal: 19 responden Cemas: 11 responden	Terapi bermain <i>puzzle</i> memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi

2.	(Sulaeman, 2019)	Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruang Anak RSUD Kota Kotamobagu	<i>Quasi Eksperimental</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Accidental Sampling</i>	Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kotamobagu	Populasi: seluruh anak usia prasekolah Sample: 30 responden Usia: 3 tahun: 12 anak 4 tahun: 10 anak 5 tahun: 2 anak 6 tahun: 6 anak	Ringan: 2 responden Sedang: 6 responden Berat: 22 responden	Ringan: 8 responden Sedang: 22 responden	Terdapat pengaruh terapi bermain <i>puzzle</i> terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi diruang anak RSUD Kota Kotamobagu.
3.	(Hariyadi, 2019)	Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Di RSUD Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo	<i>Quasi Eksperimental</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Purposive Sampling</i>	Rumah Sakit Umum Daerah Harjono Kabupaten Ponorogo	Populasi: seluruh anak usia prasekolah Sample: 19 responden Usia: 3 tahun: 5 anak 4 tahun: 5 anak 5 tahun: 6 anak 6 tahun: 3 anak	Ringan: 1 responden Sedang: 14 responden Berat: 4 responden	Ringan: 15 responden Sedang: 4 responden Berat: 0 responden	Dengan permainan <i>puzzle</i> dapat menurunkan tingkat kecemasan anak secara signifikan.
4.	(Afrida, 2019)	Pengaruh Terapi Bermain Terapeutik <i>Puzzle</i> Terhadap tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Di Ruang Anak RS Bhayangkara Anton Soedjarwo Pontianak	<i>Quasi Eksperimental</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Purposive Sampling</i>	Rumah Sakit Bhayangkara Anton Soedjarwo Pontianak	Populasi: seluruh anak usia prasekolah Sample: 30 responden Usia: 3-4 tahun: 5 anak 4-5 tahun: 16 anak 5-6 tahun: 9 anak	Ringan: 2 responden Sedang: 19 responden Berat: 9 responden	Ringan: 20 responden Sedang: 9 responden Berat: 1 responden	Penelitian ini menunjukkan bahwa bermain terapeutik <i>puzzle</i> berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan anak usia pra sekolah yang

							sedang di rawat di Rumah Sakit Anton Soedjarwo Pontianak.	
5.	(Purnama sari, 2021)	Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi Di RSUD Embung Fatimah Batam	<i>Quasi Eksperimental</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Non Probability Sampling</i>	RSUD Embung Fatimah Batam	Populasi: anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi . Sample: 20 responden. Usia: 3-4 Tahun: 14 anak 5-6 Tahun: 6 anak	Cemas sedang: 14 responden. Cemas ringan: 6 responden. Cemas sedang: 0 Cemas ringan: 15 responden	0 responden 5 responden 15 responden	Terdapat pengaruh antara terapi bermain puzzle terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi.
6.	(Aprina, 2019)	Pengaruh Bermain <i>Puzzle</i> Pada Anak Usia 3-6 Tahun Terhadap Kecemasan Pra Operasi	<i>Quasi Eksperimental</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Accidental Sampling</i>	RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung	Populasi: seluruh pasien anak usia prasekolah yang menjalankan operasi di Ruang Bedah. Sample: 30 responden. Usia: 3-6 tahun.	Rata-rata skor kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain <i>puzzle</i> yaitu 64,30	Rata-rata skor kecemasan sesudah dilakukan terai bermain <i>puzzle</i> yaitu 48,60 dengan standar deviasi 11,970. Nilai perbedaan rata-rata skor indeks kecemasan sebelum dan sesudah	Ada pengaruh rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain puzzle.

						terapi bermain <i>puzzle</i> adalah 15,7.	
7. (Israeli, 2020)	<i>The Effect Of Play Puzzle Therapy On Anxiety Of Children On Preschooler In Kota Kendari Hospital</i>	<i>Quasi Eksperimen</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Accidental Sampling</i>	RSUD Kota Kendari	Populasi: pasien anak prasekolah yang menjalani perawatan. Sample: 33 responden. Usia: tidak menjelaskan secara jelas usia anak prasekolahn ya	Ringan: 17 responden. Sedang: 7 responden. Berat: 8 responden	Tidak ada cemas: 14 responden Ringan: 13 responden Sedang: 6 responden	Terapi bermain berpengaruh terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah.
8. (Fransiska, 2020)	Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Pada Saat Hospitalisasi Di Ruang Anak RS Bhayangkara Sartika Asih	<i>Quasi Eksperimen</i> dengan teknik pengambilan sampel <i>Purposive Sampling</i>	Rumah Sakit Bhayangkara Sartika Asih	Populasi: seluruh anak prasekolah yang dirawat di Ruang Anak. Sample: 30 responden.	Ringan: 15 responden. Sedang: 9 responden. Sangat cemas/ berat: 6 responden.	Sangat tidak cemas: 17 responden. Tidak cemas: 11 responden Ringan: 2 responden	Terapi bermain <i>puzzle</i> dapat mempengaruhi tingkat kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi.
9. (Sapardi, 2021)	Pengaruh Terapi Bermain <i>Puzzle</i> Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah	<i>Quasi Eksperimen</i> dengan teknik pengambilan sampel menggunakan	RSUD Dr. Rasidin Padang	Populasi: seluruh anak pra sekolah yang dirawat di RSUD Rasidin Padang.	Nilai rata-rata kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain <i>puzzle</i>	Nilai rata-rata kecemasan setelah dilakukan terapi bermain <i>puzzle</i>	Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kecemasan sebelum dan sesudah

kan kuesioner	Sample: 20 responden.	adalah 76,2	adalah 42,6	diberikan terapi puzzle pada anak prasekolah.
		dengan standar deviasi 10,0009.	dengan standar deviasi 10,648	

#### 4.1 Karakteristik Studi

Hasil *review* dari 9 artikel yang diteliti mengambil tempat penelitian dari 8 rumah sakit yang berasal dari berbagai kota yang berbeda tersebar dalam 8 provinsi yang berbeda yaitu 2 penelitian di Jawa Timur, 1 penelitian di Sulawesi Utara, 1 penelitian di Kalimantan Barat, 1 penelitian di Kepulauan Riau, 1 penelitian di Lampung, 1 penelitian di Sulawesi Tenggara, 1 penelitian di Jawa Barat, dan 1 penelitian di Sumatera Barat. Kemudian dari 9 artikel ini semuanya mengambil responden di rumah sakit. Tempat penelitian merupakan wilayah yang digunakan untuk kegiatan penelitian. Didalam penelitian ini pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan hospitalisasi dapat dilihat melalui tempat penelitian yaitu di rumah sakit.

Semua artikel penelitian (100%) menggunakan desain penelitian *quasi eksperimental*, sehingga dapat disimpulkan bahwa desain penelitian yang digunakan untuk penelitian didominasi oleh desain penelitian *quasi eksperiment*. *Quasi eksperimental* adalah suatu jenis penelitian yang menggunakan paling sedikit 2 kelompok penelitian yaitu satu merupakan kelompok kontrol/pembanding dan satu kelompok intervensi/perlakuan. *Quasi eksperimental* juga bisa disebut penelitian semu, desain penelitian ini biasanya digunakan untuk penelitian yang mengambil subjek manusia sebagai penelitiannya. Tujuan dari desain penelitian *quasi eksperimental* adalah untuk menguji hipotesis mengenai adanya pengaruh suatu variabel tertentu dengan variabel lainnya (Millera et al., 2020).

Untuk teknik pengambilan sampel didapatkan hasil 1 artikel tidak menuliskan sampel, 3 artikel menggunakan teknik *accidental sampling*, 3 artikel menggunakan teknik *purposive sampling*, 1 artikel menggunakan teknik *non probability sampling*, dan 1 artikel menggunakan teknik kuesioner. Jadi mayoritas teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* dan *purposive sampling*. *Accidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel penelitian dengan mengambil responden yang tersedia secara kebetulan di suatu tempat yang memenuhi kriteria penelitian yang telah ditentukan sebelumnya. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel penelitian dengan cara menetapkan kriteria berdasarkan pertimbangan khusus kemudian sampel yang sesuai kriteria akan dijadikan sebagai responden dalam penelitian.

#### 4.2 Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Sebelum Dan Sesudah Terapi Bermain *Puzzle*

Dari *review* Sembilan artikel, diteliti menyebutkan bahwa adanya penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain *puzzle*. Terdapat 7 artikel yang menyebutkan secara jelas tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain *puzzle* secara spesifik. Kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* lebih didominasi oleh tingkat kecemasan sedang, yaitu sebanyak 69 responden (36,1%) yang dibandingkan dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 49 responden (25,7%), tingkat kecemasan ringan sebanyak 43 responden (22,5%), normal atau tidak mengalami kecemasan sebanyak 6 responden (3,7%), dan dengan tingkat cemas sebanyak 24 responden (14,9%) tingkat kecemasan ini tidak disebutkan secara spesifik oleh peneliti apakah itu kecemasan ringan, kecemasan sedang, maupun kecemasan berat.

Kecemasan hospitalisasi yang terjadi pada anak usia prasekolah akan menstimulus saraf otonom yang dapat meningkatkan pelepasan adrenalin dan berdampak terhadap integritas fisik dan system diri sehingga memunculkan respon kecemasan fisiologis dan psikologis. System saraf otonom merupakan saraf yang bekerja tanpa disadari atau tanpa perintah system saraf pusat, saat anak menghadapi prosedur yang menimbulkan nyeri maka secara alami anak akan menunjukkan perasaan khawatir, gugup, gelisah, marah,

merengek, merintih, dan kebingungan (Christiana, 2018). Keadaan stres akan mengaktivasi *amygdala* pada sistem limbik, sistem ini akan menstimulasi pelepasan hormon *corticotropic releasing hormone* (CRH) dari Hipotalamus. Peningkatan CRH akan menstimulasi pelepasan *adenocorticotropim hormone* (ACTH) kedalam darah. Peningkatan kadar ACTH akan menyebabkan peningkatan kortisol (sering dikenal dengan hormon stres) darah, karena ACTH merangsang kelenjar adrenal untuk menyekresikan kortisol (Sukadana et al., 2020).

#### 4.3 Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Setelah Dilakukan Terapi Bermain *Puzzle* Pada Saat Hospitalisasi

Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* kecemasan anak usia prasekolah didominasi oleh kecemasan ringan yaitu sebanyak 63 responden (32,8%) dibandingkan dengan kecemasan berat sebanyak 1 responden (0,5%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 41 responden (21,4%), tidak ada kecemasan sebanyak 59 responden (30,7%), sangat tidak cemas sebanyak 17 responden (8,9%) dan, cemas sebanyak 11 responden (6,8%) cemas ini tidak disebutkan secara jelas apakah kecemasan ringan, kecemasan sedang, atau kecemasan berat. Kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah setelah diberikan terapi bermain *puzzle* mengalami penurunan kecemasan dari tingkat kecemasan sedang-berat menjadi kecemasan ringan-tidak ada kecemasan sehingga terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan setelah diberikan terapi bermain *puzzle*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yulianto et al., 2021) yang menyatakan bahwa ada pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah di ruang perawatan anak RSUD Kabupaten Pringsewu. Hal ini menunjukkan bahwa dengan diberikan terapi bermain dengan permainan *puzzle*, rata-rata anak akan cenderung mengalami penurunan tingkat kecemasan yang lebih banyak dibandingkan dengan anak yang tidak mendapatkan perlakuan berupa teknik bermain dengan *puzzle*.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kaluas, 2015) yang menyatakan bahwa ada penurunan respon kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Hal ini dibuktikan oleh respon kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi di RS. Tk. III R.W. Mongisisdi Manado saat dilakukan terapi bermain *puzzle* pada 17 responden sangat efektif dalam menurunkan kecemasan dimana nilai mean sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* yaitu 34,71 dan sesudah terapi bermain *puzzle* yaitu 28,71.

Bermain merupakan cara koping yang efektif untuk mengurangi kecemasan yang dialami anak. Bermain merupakan suatu kegiatan yang memfasilitasi anak dalam menunjukkan keterampilannya, memberikan ruang untuk anak mengekspresikan dirinya, meningkatkan kreatifitas, melatih anak untuk bersikap dan berperilaku sesuai usia. Bermain dapat digunakan sebagai terapi karena bermain merupakan symbol verbalisasi bagi anak sehingga anak dapat mengatasi permasalahannya. Terapi bermain membantu pelepasan stress dan cemas yang sedang dirasakan anak dikarenakan bermain memiliki manfaat sebagai sarana pengalihan perhatian (distraksi) yang mengakibatkan anak menjadi rileks. Hal ini menyebabkan anak yang awalnya mengalami kecemasan menjadi tidak cemas lagi (Fitriani et al., 2017).

#### 4.4 Pengaruh Terapi *Puzzle* Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi

Setelah dilakukan analisis pemberian terapi bermain pada anak memberikan pengaruh yang positif dari tingkat kecemasan anak sedang-berat menjadi normal/ tidak cemas. Dari *review* 9 artikel di atas terlihat semuanya saling mendukung dan memiliki keterkaitan antara satu jurnal dengan jurnal lainnya, seperti adanya kesamaan tujuan dari kesembilan jurnal penelitian tersebut yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Hasil dari seluruh penelitian adalah ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi, selain itu kesembilan jurnal penelitian tersebut terbukti saling mendukung pernyataan pengaruh terapi bermain *puzzle* yang dapat menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi.

Terapi bermain *puzzle* merupakan permainan merangkai potongan-potongan gambar yang berantakan menjadi suatu gambar yang utuh. Manfaat dari terapi bermain *puzzle* ini

dapat menurunkan tingkat kecemasan, *puzzle* juga dapat membantu perkembangan psikososial anak, perkembangan mental dan kreativitas anak. Keuntungan dari terapi bermain *puzzle* ini selain menurunkan kecemasan pada anak, anak juga dapat bersosialisasi dengan anak lainnya dari pada anak hanya berdiam diri di ruangan dan tampak apatis terhadap lingkungan sekitarnya (Yusnita, 2020). Terapi bermain *puzzle* dapat mengurangi kecemasannya, melatih memorinya, mengasah keterampilan motorik halus anak, dan melatih keterampilan sosial. Anak dapat melatih memorinya dalam bermain *puzzle* pada saat anak mencoba mengingat kembali potongan gambar, pola, atau kata-kata yang telah dicoba. Melatih memori pada anak, bermain *puzzle* juga dapat melatih motorik halusnya, saat bermain *puzzle* anak-anak diminta untuk memasang atau memindahkan potongan kecil atau besar dari gambar-gambar, melingkari huruf atau kata-kata, memutar kenop atau memasukkan potongan *puzzle* ke dalam lubang tertentu sesuai bentuknya. Aktivitas ini akan mengasah keterampilan motorik halus, yang sangat diperlukan untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Sukadana et al., 2020).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada anak usia prasekolah adalah: Yang pertama usia yaitu semakin muda usia anak kecemasan hospitalisasi akan semakin tinggi, anak usia prasekolah lebih mungkin mengalami stress akibat perpisahan karena kemampuan kognitif anak yang terbatas untuk memahami hospitalisasi (Fitriani et al., 2017). Yang kedua jenis kelamin juga dapat mempengaruhi kecemasan dan stress pada anak, dimana anak perempuan pada usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Yang ketiga yaitu pengalaman hospitalisasi pada anak akan mempengaruhi kecemasan yang dialami oleh anak, anak yang memiliki pengalaman menjalani hospitalisasi memiliki kecemasan lebih rendah dibanding anak yang belum memiliki pengalaman hospitalisasi, atau bisa juga dikarenakan Tindakan atau prosedur medis yang pernah didapat sebelumnya mungkin menyebabkan trauma walaupun anak pernah dirawat tetapi memiliki pengalaman tidak menyenangkan sehingga anak tetap mengalami kecemasan (Fatmawati et al., 2019).

Kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah, gangguan kecemasan ini melibatkan struktur anatomi di dalam otak, aspek yang menjelaskan gangguan kecemasan adalah adanya pengaruh hormon *epinephrin*. Hormon *epinephrin* merupakan hormon adrenalin, hormon ini akan dilepaskan dalam respon terhadap stress melalui sintesis katekolamin seperti *epinephrin*. Anak yang mengalami stress atau cemas hormon *epinephrine* dalam tubuhnya akan meningkat karena terjadi peningkatan oksigen dan glukosa ke otak dan otot dengan meningkatkan denyut jantung. Anak yang mengalami cemas dapat diberikan terapi bermain *puzzle* untuk menurunkan hormon *epinephrin* yang meningkat, setelah diberikan terapi bermain *puzzle* diharapkan adanya penurunan tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah (Christiana, 2018).

Pengaruh terapi bermain *puzzle* pada anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan hospitalisasi yaitu setelah diberikan terapi bermain *puzzle* anak akan merasa nyaman dan bahagia anak serta cara ini juga efektif untuk meluapkan kecemasan anak atau mengistirahatkan pikiran anak yang menjalani hospitalisasi dengan cara menyalurkan kelebihan energi atau ketegangan (psikis) anak melalui suatu kegiatan yang menyenangkan dan dapat menurunkan kecemasan yang dirasakan. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Yusnita, 2020) yaitu kecemasan anak setelah diberikan penerapan terapi bermain *puzzle* mengalami penurunan yang ditandai dengan anak menjadi lebih senang, tidak ada perasaan cemas (takut), anak tidak takut dengan perawat, anak mau ditinggal sendiri, dan anak tidak mudah menangis.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil *literature review* yang dilakukan terdapat 9 artikel mengenai pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap kecemasan akibat dampak hospitalisasi pada anak usia prasekolah, dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain *puzzle*. Tingkat kecemasan yang dialami pada anak usia prasekolah pada saat hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* mengalami kecemasan sedang hingga berat, dan setelah diberikan terapi bermain *puzzle* tingkat kecemasan anak mengalami penurunan menjadi tidak cemas hingga ringan. Hal ini membuktikan bahwa adanya pengaruh terapi bermain *puzzle* untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* tingkat kecemasan sedang yaitu 69 responden atau 36,1%, dan kecemasan

berat yaitu 49 responden atau 25,7%. Setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* tingkat cemas pada anak usia prasekolah menurun yaitu tidak cemas sebanyak 59 responden atau 30,7%, dan kecemasan ringan sebanyak 63 responden atau 32,8%. Terapi bermain *puzzle* dapat menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah dikarenakan bermain *puzzle* memiliki manfaat distraksi dan mengalihkan fokus anak kepada kesenangan bermain *puzzle*.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Ns Retna Tri Astuti, M. Kep sebagai dosen penguji skripsi, Ns Septi Wardani, M. Kep sebagai dosen pembimbing skripsi pertama, dan Ns. Reni Mareta, M. Kep selaku pembimbing skripsi kedua yang telah memberikan dukungan, saran, dan masukan untuk perbaikan penulisan ini.

## Referensi

- [1] Afrida, R. N. (2019). Pengaruh Bermain Teraupetik Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Di Ruang Anak Rs Bhayangkara Anton Soedjarwo Pontianak. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.53399/knj.v2i2.46>
- [2] Ananda, Y. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Pra Sekolah Di TK Inti Gugus Tulip III Padang Tahun 2018. In *Jurnal Keperawatan Abdurrah* (Vol. 2, Issue 2).
- [3] Aprina. (2019). Terapi Bermain Puzzle pada Anak Usia 3-6 tahun terhadap Kecemasan Pra Operasi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 291. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1561>
- [4] Christiana, I. (2018). Hubungan Terapi Bermain Puzzle Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Akibat Hospitalisasi Di RSUD Blambangan Tahun 2017. *Healthy*, 6(2), 104–115.
- [5] Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. (2019). Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah. *Journal of Health Sciences*, 12(02), 15–29. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i02.996>
- [6] Fitriani, W., Santi, E., Rahmayanti, D., Studi, P., Keperawatan, I., & Kedokteran, F. (2017). Terapi Bermain Puzzle Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Hematologi Onkologi Anak. In *Dunia Keperawatan* (Vol. 5, Issue 2).
- [7] Fransiska, D. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Pada Saat Hospitalisasi Di Ruang Anak Rs Bhayangkara Sartika Asih. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 13(2), 78–81. <https://doi.org/10.36051/jiki.v13i2.87>
- [8] Handajani, D. O., Yunita, N., & Maulidatif, E. (2019). *Apakah Ada Pengaruh Terapi Bermain Puzzle terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi di RS Bhakti Rahayu Surabaya ?*

- [9] Hariyadi. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun) di RSUD Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo. *Tunas Riset Kesehatan*, 9(4), 369–373. <http://2trik.jurnalelektronik.com/index.php/2trik>
- [10] Islaeli. (2020). The effect of play puzzle therapy on anxiety of children on preschooler in Kota Kendari hospital. *Enfermeria Clinica*, 30, 103–105. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.11.032>
- [11] Kaluas, I. (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. *Ejurnal Keperawatan (e-Kp)*, 3(2), 1–8. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/7969>
- [12] Manalu, L. O., Somantri, B., & Barokah, R. R. (2018). Bermain Terapeutik Puzzle Berpengaruh Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Sebelum Pemberian Obat Intravena (Bulus). *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(3), 239.
- [13] Millera, C. J., Smithc, S. N., Pugatcha, M., & Miller, C. J. (2020). *Desain eksperimen dan kuasi eksperimen dalam penelitian implementasi*. 283.
- [14] Purnamasari, I. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Papa Anak Usia Prasekolah (3-6 tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi Di RSUD Embung Fatimah Batam. In *Journal of Hospital Administration and Management* (Vol. 2, Issue 1). <https://journal.univawalbros.ac.id/index.php/jham/article/view/233>
- [15] Sapardi, V. S. (2021). Pengaruh Terpi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 34–40. <http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar/article/view/240>
- [16] Sukadana, G., Triana, K. Y., & Anak, D. K. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Toddler The Effect Of Playing Puzzle Therapy Towards Anxiety Level Due To The Hospitalization Of Toddlers. *Caring*, 4, 40–44.
- [17] Sulaeman, T. K. A. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruang Anak RSUD Kota Kotamobagu. *Jurnal Kesehatan*, 2(2), 18–26. <https://journal.iktgm.ac.id/index.php/nursing/article/view/48/29>
- [18] Utami, Y. (2014). Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak. *Jurnal Ilmiah WIDYA*, 2(2), 9–20. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=250294&val=6690&title=DAMPAK HOSPITALISASI TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK>
- [19] Yulianto, A., Idayati, I., & Sari, S. A. (2021). Bermain (Puzzle) Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), 39. <https://doi.org/10.52822/jwk.v6i1.172>

- [20] Yusnita. (2020). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Pra Sekolah Dengan Kejang Demam Untuk Mengurangi Kecemasan. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 8(1), 22. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v8i1.76>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)