

EFEKTIVITAS TERAPI BERMAIN EDUKATIF TERHADAP KECEMASAN ANAK USIA PRASEKOLAH SAAT HOSPITALISASI DI RSUD MADANI

The effectiveness of educational play therapy on anxiety in preschool children during hospitalization at Madani Regional General Hospital

Sinta Gintu^{1*} dan Mikaela Delpin Fristalia²

¹Program Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara, Palu, Indonesia

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara, Palu, Indonesia
e-mail*: sintagintu22@gmail.com

(Naskah diterima: 01/05/2026. Disetujui: 01/05/2026. Dipublikasi: 06/05/2026)

Abstrak. Anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi sering mengalami kecemasan akibat lingkungan rumah sakit yang asing, prosedur medis, serta keterpisahan dari keluarga. Kecemasan yang tidak terkelola dengan baik dapat menghambat proses penyembuhan dan menurunkan kerja sama anak selama perawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi bermain edukatif terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah. Karya ilmiah ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Sampel terdiri dari 5 anak usia prasekolah (3–6 tahun) yang menjalani rawat inap dan mengalami kecemasan. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Preschool Anxiety Scale* (PAS) sebelum dan sesudah intervensi. Terapi bermain edukatif diberikan melalui kegiatan bercerita, menggambar, bermain peran, dan permainan edukatif lainnya. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan rerata skor PAS sebelum dan sesudah intervensi. Hasil pengukuran menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah pemberian terapi bermain edukatif. Rerata skor PAS sebelum intervensi sebesar 42,6 dan menurun menjadi 28,4 setelah intervensi. Penurunan skor tersebut menunjukkan perubahan kategori kecemasan dari sedang–berat menjadi ringan. Secara klinis, anak tampak lebih tenang, kooperatif, dan mampu beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit. Kesimpulannya adalah terapi bermain edukatif efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Terapi bermain edukatif direkomendasikan untuk diintegrasikan sebagai intervensi nonfarmakologis rutin dalam asuhan keperawatan anak.

Kata kunci: anak prasekolah; hospitalisasi; kecemasan; terapi bermain edukatif

Abstract. *Preschool children who undergo hospitalization often experience anxiety due to an unfamiliar hospital environment, medical procedures, and separation from their families. Anxiety that is not well managed can hinder the healing process and reduce children's cooperation during treatment. This study aimed to determine the effectiveness of educational play therapy in reducing anxiety levels among preschool children during hospitalization at Madani Regional General Hospital, Central Sulawesi Province. This scientific work employed a case study design with a nursing care approach. The sample consisted of five preschool children aged 3–6 years who were hospitalized and experienced anxiety. Anxiety levels were measured using the Preschool Anxiety Scale (PAS) before and after the intervention. Educational play therapy was provided through storytelling, drawing, role-playing, and other educational play activities. Data analysis was conducted descriptively by comparing the mean PAS scores before and after the intervention. The results showed a decrease in anxiety levels following the implementation of educational play therapy. The mean PAS score before the intervention was 42.6 and decreased to 28.4 after the intervention. This reduction indicated a change in anxiety category from moderate–severe to mild. Clinically, the children appeared calmer, more cooperative, and better able to adapt to the hospital environment. In conclusion, educational play therapy is effective in reducing anxiety levels among preschool children during hospitalization. Therefore, educational play therapy is recommended to be integrated as a routine non-pharmacological intervention in pediatric nursing care.*

Keywords: anxiety; educational play therapy; hospitalization; preschool children



PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan respon psikologis yang sering dialami anak usia prasekolah ketika menjalani hospitalisasi (Hasani, 2024). Pada tahap perkembangan, anak masih memiliki ketergantungan tinggi terhadap orang tua serta kemampuan kognitif yang terbatas untuk memahami kondisi sakit, prosedur medis, dan lingkungan rumah sakit yang asing. Situasi tersebut dapat memicu perasaan takut, tidak aman, dan cemas, yang ditunjukkan melalui perilaku menangis, menolak tindakan, atau menjadi sangat bergantung pada orang tua selama perawatan (Bata, 2023).

Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif terhadap proses penyembuhan anak. Anak yang cemas cenderung kurang kooperatif terhadap tindakan keperawatan dan medis, mengalami gangguan tidur dan nafsu makan, serta berisiko mengalami trauma psikologis jangka panjang (Marbun, 2025). Oleh karena itu, pengelolaan kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi menjadi bagian penting dalam asuhan keperawatan anak yang holistik dan berorientasi pada kenyamanan klien (Pranatha, 2023).

Data menunjukkan bahwa kecemasan pada anak selama hospitalisasi masih cukup tinggi. Secara global, *World Health Organization* melaporkan prevalensi gangguan kecemasan pada anak dan remaja mencapai sekitar 6,5% (Kowalchuk, 2022). Berbagai studi melaporkan bahwa sebagian besar anak usia prasekolah yang dirawat di rumah sakit mengalami kecemasan pada tingkat sedang hingga berat (Aliyah, 2021). Provinsi Sulawesi Tengah, termasuk di RSUD Madani, ditemukan bahwa lebih dari setengah anak usia 3–6 tahun yang menjalani rawat inap mengalami kecemasan berat selama hospitalisasi (Kambira, 2020).

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan kecemasan anak adalah terapi bermain edukatif (Anwar, 2023). Bermain merupakan aktivitas alami anak yang berfungsi sebagai media ekspresi emosi, komunikasi, serta adaptasi terhadap lingkungan (Marbun, 2025). Terapi bermain edukatif memungkinkan anak memahami situasi perawatan dan prosedur medis melalui cara yang menyenangkan, sesuai dengan tahap perkembangan, sehingga dapat mengurangi rasa takut dan meningkatkan rasa aman selama dirawat (Oktarini, 2024).

Meskipun efektivitas terapi bermain edukatif telah banyak dibuktikan melalui penelitian, penerapannya di rumah sakit belum berjalan optimal (Wahyuningsih, 2024). Pada praktik keperawatan sehari-hari, intervensi bermain masih sering dianggap sebagai kegiatan tambahan, bukan bagian integral dari asuhan keperawatan anak. Keterbatasan sumber daya, kurangnya pelatihan perawat, serta belum tersedianya program terapi bermain yang terstruktur menjadi faktor penghambat dalam pelaksanaannya (Gunasyah, 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan penerapan dan pengkajian lebih lanjut mengenai efektivitas terapi bermain edukatif sebagai bagian dari asuhan keperawatan anak. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penulisan karya ilmiah akhir ners dengan fokus pada efektivitas terapi bermain edukatif terhadap kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah, dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain edukatif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama menjalani perawatan di rumah sakit.

METODE

Metode yang digunakan dalam karya ilmiah akhir ini adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Penelitian dilaksanakan di ruang perawatan anak RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah pada tanggal 5–8 November 2025. Variabel utama dalam studi ini adalah tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi, dengan intervensi berupa terapi bermain edukatif.

Subjek penelitian terdiri dari anak usia 3–6 tahun yang menjalani perawatan inap dan mengalami kecemasan selama hospitalisasi dengan jumlah 5 anak. Teknik pemilihan subjek menggunakan purposive sampling sesuai kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan adalah *Preschool Anxiety Scale* (PAS), yang diisi melalui observasi dan laporan orang tua. Intervensi terapi bermain edukatif diberikan melalui kegiatan bercerita, menggambar, bermain peran, dan permainan edukatif lainnya yang disesuaikan dengan kondisi dan tahap perkembangan anak.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengkajian keperawatan komprehensif, observasi perilaku anak, wawancara dengan orang tua, serta pengukuran tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif komparatif dengan membandingkan tingkat kecemasan anak sebelum dan setelah pemberian terapi bermain edukatif. Evaluasi keberhasilan intervensi didasarkan pada perubahan respons fisiologis dan perilaku anak serta skor kecemasan yang diperoleh. Aspek etika penelitian diterapkan dengan mengedepankan prinsip *informed consent*, kerahasiaan identitas klien, serta penghormatan terhadap hak dan kenyamanan anak dan keluarga selama proses asuhan keperawatan berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penerapan asuhan keperawatan dengan intervensi terapi bermain edukatif dilakukan pada lima anak usia prasekolah (3–6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di ruang perawatan anak RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah. Seluruh klien menunjukkan masalah utama berupa ansietas (kecemasan) akibat hospitalisasi. Mayoritas klien didampingi oleh orang tua selama perawatan dan menunjukkan respons emosional negatif sebelum intervensi, seperti menangis, rewel, menolak tindakan keperawatan, serta ketergantungan tinggi pada orang tua.

Pengukuran tingkat kecemasan sebelum intervensi dilakukan menggunakan *Preschool Anxiety Scale* (PAS). Hasil pengukuran menunjukkan bahwa seluruh klien mengalami kecemasan sedang.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Sebelum Diberikan Terapi Bermain Edukatif

Inisial Klien	Skor	Keterangan
An.B	43	Kecemasan sedang
An. H	45	Kecemasan sedang
An. R	50	Kecemasan sedang
An. A	45	Kecemasan sedang
An. S	50	Kecemasan sedang

Berdasarkan Tabel 1, hasil pengukuran tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum diberikan terapi bermain edukatif menunjukkan bahwa seluruh klien berada pada kategori kecemasan sedang. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebelum intervensi, anak mengalami kecemasan yang cukup bermakna selama hospitalisasi, ditandai dengan respons seperti gelisah, ketegangan emosional, ketergantungan pada orang tua, serta kesulitan beradaptasi dengan lingkungan dan tindakan keperawatan di rumah sakit.

Setelah dilakukan terapi bermain edukatif selama masa perawatan, dilakukan evaluasi ulang tingkat kecemasan menggunakan instrumen yang sama. Terapi bermain edukatif diberikan melalui kegiatan bercerita, menggambar, bermain peran, puzzle, dan boneka tangan, disesuaikan dengan kondisi dan minat anak.

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Setelah Diberikan Terapi Bermain Edukatif

Inisial Klien	Skor	Keterangan
An.B	23	Kecemasan ringan
An. H	27	Kecemasan ringan
An. R	21	Kecemasan ringan
An. A	25	Kecemasan ringan
An. S	26	Kecemasan ringan

Berdasarkan Tabel 2, pengukuran tingkat kecemasan setelah diberikan terapi bermain edukatif, seluruh klien menunjukkan penurunan tingkat kecemasan ke kategori kecemasan ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa setelah intervensi, anak tampak lebih tenang, kooperatif, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, dengan berkurangnya respons cemas seperti menangis berlebihan, ketegangan, dan penolakan terhadap tindakan keperawatan.

Secara keseluruhan, penerapan terapi bermain edukatif memberikan pengaruh yang positif terhadap penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama menjalani hospitalisasi. Setelah intervensi diberikan, terjadi perubahan tingkat kecemasan yang bermakna, di mana seluruh klien yang sebelumnya berada pada kategori kecemasan sedang mengalami penurunan menjadi kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bermain edukatif efektif digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan kecemasan dan meningkatkan kemampuan adaptasi anak usia prasekolah terhadap lingkungan rumah sakit.

Pembahasan

Hasil penerapan terapi bermain edukatif pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah intervensi diberikan. Anak tampak lebih tenang, kooperatif, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan rumah sakit yang sebelumnya dirasakan asing dan menakutkan. Respons perilaku seperti menangis berlebihan, menolak tindakan keperawatan, serta ketergantungan yang tinggi pada orang tua berangsur menurun setelah anak dilibatkan dalam aktivitas bermain edukatif. Temuan ini mengindikasikan bahwa terapi bermain edukatif efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam mengatasi kecemasan anak selama hospitalisasi (Goren, 2023). Hasil tersebut juga memperlihatkan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis anak sama pentingnya dengan penanganan masalah fisik selama perawatan di rumah sakit (Fibiyanti, 2024).

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori perkembangan anak prasekolah yang menyatakan bahwa bermain merupakan media utama anak dalam mengekspresikan emosi, memahami pengalaman, dan mengembangkan mekanisme koping yang adaptif (Ningsih, 2022). Menurut teori psikodinamik dan kognitif, bermain memungkinkan anak menyalurkan konflik batin dan mengurangi kecemasan melalui simbolisasi pengalaman yang menakutkan. Terapi bermain edukatif juga berperan dalam meningkatkan rasa kontrol anak terhadap situasi hospitalisasi yang sebelumnya dirasakan tidak pasti dan mengancam (Sari, 2025). Dengan memahami prosedur perawatan melalui permainan, anak tidak lagi memandang tindakan medis sebagai hukuman atau ancaman. Hal ini mendukung *konsep family centered care* dan *atraumatic care* dalam keperawatan anak (Siahaan, 2024).

Hasil studi kasus ini juga konsisten dengan berbagai penelitian sebelumnya yang melaporkan efektivitas terapi bermain edukatif dalam menurunkan kecemasan anak saat hospitalisasi. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2021) dan Oktarini (2024), menunjukkan bahwa aktivitas seperti bercerita, bermain peran, menggambar, dan permainan edukatif mampu menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan. Kesamaan hasil ini memperkuat bukti bahwa terapi bermain merupakan intervensi yang aman, mudah diterapkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak prasekolah. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Yanti (2021) juga menegaskan bahwa keterlibatan aktif perawat dalam proses bermain meningkatkan hubungan terapeutik dengan anak. Dengan demikian, terapi bermain edukatif layak direkomendasikan sebagai bagian dari intervensi standar dalam asuhan keperawatan anak.

Implikasi dari hasil penelitian ini bagi praktik keperawatan adalah perlunya integrasi terapi bermain edukatif secara sistematis dalam pelayanan keperawatan anak di rumah sakit. Perawat diharapkan tidak hanya berfokus pada tindakan medis, tetapi juga memperhatikan aspek emosional dan psikologis anak selama hospitalisasi. Penerapan terapi bermain edukatif dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan, mempercepat adaptasi anak, serta mendukung keberhasilan tindakan keperawatan lainnya. Selain itu, rumah sakit perlu menyediakan fasilitas dan media bermain yang memadai serta meningkatkan kompetensi perawat melalui pelatihan terapi bermain terapeutik. Dengan pendekatan ini, asuhan keperawatan anak dapat diberikan secara holistik, humanistik, dan berbasis bukti.

KESIMPULAN

Melalui penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi bermain edukatif efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Terapi bermain edukatif direkomendasikan untuk diintegrasikan sebagai intervensi nonfarmakologis rutin dalam asuhan keperawatan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan, dan bantuan baik secara moral maupun material selama proses penyusunan karya ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada institusi, pembimbing, serta seluruh responden yang telah berkontribusi sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Semoga segala bantuan dan kebaikan yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Esa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi : Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*.
- Anwar. (2023). *Intervensi Psikologi: Panduan Praktis Terapi untuk Berbagai Kasus Psikologi*. UMM Press.
- Bata. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Anak*. CV. Science Techno Direct.
- Fibiyanti. (2024). Efektifitas terapi bermain puzzle dalam menurunkan kecemasan anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi. *Ners Muda*, 5(1), 98–106. <https://doi.org/10.26714/nm.v5i1.13987>
- Goren. (2023). The impact of music, play, and pet therapies in managing pain and anxiety in paediatric patients in hospital: a rapid systematic review. *Paediatrics & Child Health*, 28(4), 218–224. <https://doi.org/10.1093/pch/pxad010>
- Gunasyah. (2024). Penerapan Terapi Bermain Plastisin (Playdough) Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Dengan Demam Thypoid di Ruang Melati Rumah Sakit Tk. II Dustira Cimahi. *Jurnal Kesehatan An-Nuur*, 1(2). <https://doi.org/10.71023/jukes.v1i2.9>
- Hasani. (2024). *Keperawatan Anak Sehat dan Sakit Akut*. PT. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Hidayati. (2021). Efektivitas terapi bermain terhadap tingkat kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 61–67.
- Kambira. (2020). *Pengaruh terapi bermain terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang*

dirawat di Ruang Catelia RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah.
<https://repository.uwn.ac.id/id/eprint/336>

- Kowalchuk. (2022). Anxiety Disorders in Children and Adolescents. *American Family Physician*, 106(6), 657–664.
- Marbun. (2025). *Buku Ajar Keperawatan Anak (Kurikulum AIPViKI)*. CV. Eureka Media Aksara.
- Ningsih. (2022). *Keperawatan Anak*. Media Sains Indonesia.
- Oktarini. (2024). Efektivitas terapi bermain bercerita terhadap tingkat kecemasan hospitalisasi anak usia pra sekolah. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 7(2), 55–60. <https://doi.org/10.36341/jka.v7i2.4139>
- Pranatha. (2023). *Keperawatan Anak*. Yayasan Kita Menulis.
- Sari. (2025). *Terapi Non-farmakologis*. Progres Ilmiah Kesehatan.
- Siahaan. (2024). *Keperawatan Anak (Konsep dan Implikasi)*. CV. Ayrada Mandiri.
- Wahyuningsih. (2024). Pengaruh hospitalisasi terhadap tingkat kecemasan pada anak pra-sekolah di Rumah Sakit Permata Medika Semarang. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 8(1), 121–128. <https://doi.org/10.57214/jka.v8i1.704>
- Yanti. (2021). Pengaruh terapi bermain terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(1), 111–116.