

TERAPI BERMAIN LILIN DAN MUSIK TERHADAP KECEMASAN ANAK AKIBAT HOSPITALISASI

Marthalena Simamora*, Adventy Riang Bevy Gulo, Jek Amidos Pardede, Raisya Aulia Putri
Program Studi Ners, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Jl. Kapten Muslim No.79, Helvetia Tengah, Kec.
Medan Helvetia, Kota Medan, Sumatera Utara 20124, Indonesia
*marthasimamoraasm@gmail.com

ABSTRAK

Rawat inap (hospitalisasi) merupakan situasi krisis yang dihadapi anak ketika anak dirawat di rumah sakit untuk memulihkan kesehatan anak dengan menjalani berbagai jenis perawatan seperti pemeriksaan kesehatan, pemasangan infus dan pemberian obat sampai anak dikatakan sembuh dan diperbolehkan pulang, hal ini dapat mengakibatkan ketakutan dan kecemasan bagi anak serta mempengaruhi perubahan psikologis anak. Terapi bermain lilin adalah jenis permainan keterampilan bermain yang cocok untuk anak usia pra sekolah dan dapat memberikan kesempatan anak untuk berkreasi dengan imajinasinya sendiri, yang tujuannya untuk mengalihkan perhatian anak pada permainan sehingga anak tidak fokus. terlalu banyak pada kondisinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan lilin dan terapi musik terhadap kecemasan anak prasekolah yang menjalani rawat inap di RSUP H. Adam Malik Medan. Penelitian ini menggunakan eksperimen semu dengan pendekatan one group pre and post test design. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia pra sekolah pada bulan Januari-Maret 2019 dengan rata-rata 69 pasien setiap bulannya dengan sampel yang diambil sebanyak 19 responden. penelitian ini menggunakan Paired t-test. Hasil penelitian ini didapatkan tingkat kecemasan anak sebelum intervensi sebesar 39,32 dan setelah intervensi sebesar 34,37 yang menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan anak pra sekolah setelah diberikan intervensi dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Ada pengaruh yang signifikan bermain lilin dan terapi musik terhadap kecemasan anak menjalani rawat inap di RSUP H. Adam Malik Medan.

Keywords: hospitalisasi; kecemasan; terapi bermain lilin; terapi music

CANDLE PLAY AND MUSIC THERAPY ON CHILDREN'S ANXIETY DUE TO HOSPITALIZATION

ABSTRACT

Hospitalization is a crisis situation faced by children when children are hospitalized to restore children's health by undergoing various types of treatments such as health checks, infusion and administration of drugs until the child is said to be cured and allowed to go home, this can lead to fear and anxiety for children and affect children's psychological changes. Candle play therapy is a type of skill play game that is suitable for pre-school age children and can provide children's opportunities to creativity with their own imagination, the purpose of which is to divert children's attention to the game so that the child does not focus too much on his condition. The purpose of this study was to determine the effect of candle play and music therapy on the anxiety of pre-school children undergoing hospitalization in General Hospital H. Adam Malik Medan. Design of this study used quasi-experimental with one group pre and post test design approach. The population in this study were pre-school children in January-March 2019 with an average of 69 patients each month with a sample of 19 respondents taken with. this study uses the Paired t-test.: The results of this study found that children's anxiety level before intervention was 39.32 and after intervention was 34.37 which showed that there was a decrease in anxiety levels of pre-school children after being given an intervention with a p value = 0.000 ($p < 0.05$). There was a significant effect of candle playing and music therapy on the anxiety of children undergoing hospitalization in General Hospital H Adam Malik Medan.

Keywords: candle play and music therapy; children's anxiety; hospitalization

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis yang dihadapi oleh anak ketika anak dirawat di rumah sakit. Keadaan ini terjadi karena anak yang harus beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit yang merupakan lingkungan yang baru baginya. Jika anak tidak dapat beradaptasi dengan baik maka hal tersebut dapat menimbulkan ketakutan dan rasa cemas bagi anak dan dapat mempengaruhi perubahan psikologis pada anak (Saputro, Heri & Frazin, 2017). Berdasarkan data *World Health Organization* (2012) bahwa 3-10% anak dirawat di Amerika Serikat baik anak usia toddler, pra sekolah ataupun anak usia sekolah, sedangkan di Jerman sekitar 3-7% dari anak toddler dan 5-10% anak pra sekolah yang menjalani hospitalisasi (Nasbar, 2017). Di Indonesia sendiri jumlah anak yang dirawat pada tahun 2014 sebanyak 15,26% (Susenas, 2014 dalam Nasbar, 2017). Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Nasional (Susenas) tahun 2014 jumlah anak usia prasekolah di Indonesia sebesar 20,72% dari jumlah total penduduk Indonesia dan 45% diantaranya mengalami kecemasan (Dewi, 2018).

Kecemasan atau ansietas merupakan keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan perasaan subjektif seperti ketakutan, gelisah, dan berkeringat tanpa objek yang pasti karena itu semua merupakan pengalaman yang baru. Respon anak terhadap kecemasan berbeda pada setiap anaknya yang dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin dan pengalaman sakit sebelumnya (Widianti, 2011). Menurut Soetjningsih (2013), anak pra sekolah dimulai dari usia 3-6 tahun. Pada usia ini anak biasanya mengalami *separation anxiety* atau bisa juga disebut dengan kecemasan perpisahan karena anak harus meninggalkan lingkungan yang aman, nyaman dan penuh kasih sayang seperti biasa yang dirasakannya seperti lingkungan rumah, teman sebaya, dan permainannya (Dayani, 2015). Untuk mengatasi masalah kecemasan pada anak ada banyak cara yang dapat dilakukan termasuk dengan terapi bermain dan terapi musik. Pada terapi bermain anak tidak hanya melompat, melempar, atau berlari, tetapi mereka menggunakan emosi, perasaan dan pikirannya saat bermain (Soetjningsih, 2013). Tujuan dari terapi bermain ini sendiri adalah untuk mengalihkan perhatian anak pada permainan sehingga anak tidak terlalu fokus pada kondisinya saat ini dan akan melupakan rasa nyeri ataupun sakit yang dirasakan oleh anak selama anak dirawat di rumah sakit (Dayani, 2015).

Pada usia pra sekolah jenis permainan yang tepat salah satunya adalah terapi *skill play*, dimana jenis permainan ini juga mampu untuk mengasah kemampuan motorik anak (Fradianto, 2014). Terapi bermain lilin merupakan jenis terapi bermain *skill play* yang dapat memberikan kesempatan anak untuk berkreaitivitas dengan imajinasi mereka sendiri (Setiawan dkk, 2014). Permainan ini juga dapat dilakukan diatas tempat tidur anak, sehingga tidak mengganggu proses pemulihan kesehatan anak (Dayani, 2015). Selain terapi bermain lilin, terapi musik juga dapat digunakan sebagai terapi untuk menurunkan kecemasan pada anak. Terapi musik dapat dijadikan suatu wadah penyampaian ekspresi dan komunikasi secara tidak langsung. Dengan musik kita dapat menenangkan anak yang mengalami kecemasan. Keterampilan yang anak dapatkan dari musik adalah kepercayaan diri yang lebih besar. Tidak hanya itu, terapi musik juga dapat meningkatkan fungsi mental seseorang dan meningkatkan rasa sejahtera serta mempercepat proses penyembuhan (Djohan, 2009 dalam Sitohang, 2016). Musik mozart dapat bermanfaat dalam pendidikan dan kesehatan. Musik mozart dapat mengurangi stres, depresi, dan juga kecemasan (Suryana, 2012).

Survei pendahuluan yang dilakukan di RSUP H. Adam Malik Medan didapatkan data jumlah anak yang menjalani hospitalisasi adalah 520 anak dan anak yang berusia 3-6 tahun sebanyak

207 anak. Wawancara yang dilakukan dengan orang tua anak tentang reaksi anak saat masuk dan dirawat di rumah sakit anak menunjukkan reaksi seperti rewel selama di rumah sakit, takut saat bertemu dengan petugas kesehatan, dan menangis saat akan diberikan obat. Dari reaksi anak yang disebutkan di atas peneliti melakukan wawancara dengan perawat terkait terapi apa yang dilakukan oleh rumah sakit khususnya perawat untuk menurunkan kecemasan anak yang dirawat di rumah sakit. Perawat mengatakan pernah dilakukan terapi bermain di rumah sakit untuk mengurangi kecemasan anak di rumah sakit seperti rekreasi keluar ruangan, mewarnai dan bermain puzzle, tetapi bukan suatu kegiatan yang dilakukan secara rutin melainkan kegiatan yang dilakukan sewaktu-waktu jika ada sebuah program dari suatu lembaga maupun kegiatan mahasiswa yang sedang praktek kerja lapangan. Hasil dari terapi bermain yang dilakukan oleh lembaga maupun kegiatan mahasiswa tersebut dapat mengurangi kecemasan anak. Ada beberapa jenis terapi bermain termasuk terapi bermain lilin dan terapi musik, namun belum ada yang mencoba untuk mengkombinasikan kedua terapi tersebut. Dari data di atas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi bermain lilin dan terapi musik terhadap kecemasan pada anak pra sekolah yang menjalani hospitalisasi.

METODE

Desain penelitian adalah *Quasi experiment* dengan menggunakan *One group pre-post design*. Populasi penelitian adalah seluruh anak usia pra sekolah berusia 3-6 tahun yang menjalani hospitalisasi di RSUP H. Adam Malik Medan. Sampel penelitian berjumlah 19 orang yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah : Lama hari rawat 1-3 hari, Anak yang dalam kondisi umum stabil (tidak kritis), Anak yang baik pendengarannya, Dapat berkomunikasi dengan baik (verbal). Penelitian ini menggunakan alat ukur lembar kuesioner *Spence Children Anxiety Scale* (SCAS) untuk mengukur tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang diadopsi dari Saputro (2017). Kuesioner SCAS ini sudah dilakukan uji validitas dan uji reabilitas dengan nilai $\alpha : 0,891$.

HASIL

Tabel 1.
Karakteristik Responden (n=19)

Karakteristik	f	%
Usia		
3 Tahun	2	10,5
4 Tahun	6	31,6
5 Tahun	5	26,3
6 Tahun	6	31,6
Jenis kelamin		
Laki-laki	10	52,6
Perempuan	9	47,4

Tabel 1 dapat menunjukkan bahwa karakteristik anak pra sekolah yang menjalani hospitalisasi di RSUP H. Adam Malik mayoritas berusia 4 tahun dan 6 tahun sebanyak 31,5% dan jenis kelamin anak mayoritas adalah laki-laki sebanyak 52,6%.

Tabel 2.
 Kecemasan Anak Pra Sekolah Sebelum Dilakukan Terapi Bermain Lilin dan Musik (n=19)

Pre Test	Mean	Min	Max	SD
	39,32	23	49	7,768

Tabel 2 dapat dilihat bahwa rata-rata kecemasan anak pra sekolah sebelum dilakukan terapi bermain lilin dan musik dengan nilai mean 39,32, minimum 23, maksimum 49 dan SD 7,768.

Tabel 3.
 Kecemasan Anak Pra Sekolah Sesudah Dilakukan Terapi Bermain Lilin dan Musik (n=19)

Post Test	Mean	Min	Max	SD
	34,37	19	48	8,077

Tabel 3 dapat dilihat bahwa rata-rata kecemasan anak pra sekolah sebelum dilakukan terapi bermain lilin dan musik dengan nilai mean 34,37, minimum 19, maksimum 48 dan SD 8,077.

Tabel 4.
 Pengaruh Terapi Bermain Lilin dan Musik terhadap Kecemasan Anak Pra Sekolah (n=19)

Tingkat Kecemasan	<i>Descriptive Statistic</i>			
Anak	Mean	SD	t	p-value
Sebelum	39,32	7,768	4,856	0,000
Sesudah	34,37	8,077		

Tabel 3 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata (mean) kecemasan anak pra sekolah sebelum intervensi terapi bermain menggunakan lilin dan musik sebesar 39,32 dan SD 7,768, sedangkan nilai rata-rata (Mean) kecemasan sesudah terdapat 34,37 dan SD 8,077. Dari hasil uji statistik menggunakan *Paired T-test* didapatkan $t = 4,856$ dengan $P = 0,000$ ($P < 0,05$), menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain lilin dan musik.

PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi

Hasil penelitian tingkat kecemasan anak usia pra sekolah setelah dilakukan intervensi adalah kecemasan sedang mean 39,32 (tabel 2). Hal ini diketahui dari hasil kuesioner yang diisi oleh orang tua responden yang paling banyak memilih pernyataan “saya melihat wajah anak saya pucat ketika perawat menghampirinya” dan pernyataan “anak saya menangis apabila saat bangun tidur saya tidak disampingnya”. Hal ini disebabkan karena ketakutan atau kegelisahan yang dirasakan anak saat perawat ingin melakukan tindakan, ini diungkapkan oleh orang tua responden saat pengisian kuisisioner.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dayani (2015) dengan judul tera bermain *Clay* terhadap kecemasan pada anak menyatakan bahwa sebagian besar anak takut apabila bermain *Clay* terhadap kecemasan pada anak menyatakan bahwa sebagian besar anak takut apabila berpisah dengan orang tuanya, dan takut bertemu dan berbicara dengan orang asing termasuk dengan perawat dan dokter selama bermain *Clay* terhadap kecemasan pada anak menyatakan bahwa sebagian besar anak takut apabila berpisah dengan orang tuanya, dan takut bertemu dan berbicara dengan orang asing termasuk dengan perawat dan dokter selama dirawat di

rumah sakit. Hal ini timbul akibat kurang nyamannya anak jika tidak melihat orang tuanya meski hanya sebentar.

Hasil penelitian ini juga di dukung oleh teori Saputro (2017), yang mengatakan bahwa respon anak yang mengalami kecemasan akan tampak gelisah, kurang koordinasi dan menarik diri dari hubungan interpersonal merupakan suatu respon psikologis anak terhadap kecemasan. Oleh karena itu, anak tidak akan nyaman jika harus berpisah dari orang tuanya. Menurut asumsi peneliti ketika anak berpisah dengan orang tuanya ia akan merasa takut sehingga bertemu dengan orang asing pun seperti dokter atau perawat akan menimbulkan reaksi tidak nyaman yang diperlihatkan oleh anak, dan hal ini adalah suatu respon psikologis terhadap kecemasan saat anak dirawat dirumah sakit.

Tingkat Kecemasan Sesudah Intervensi

Hasil penelitian tingkat kecemasan anak usia pra sekolah setelah dilakukan intervensi (tabel .3) berada di tingkat kecemasan sedang namun sudah mengalami penurunan sebesar 4.95. Hal ini diketahui dari hasil kuesioner yang di isi kembali oleh orang tua responden setelah terapi selesai dilakukan dengan memilih pernyataan “saya melihat wajah anak saya pucat ketika perawat menghampirinya” dan pernyataan “anak saya menangis apabila saat bangun tidur saya tidak disampingnya”. Hal ini disebabkan karena ketakutan atau kegelisahan yang dirasakan anak saat perawat ingin melakukan tindakan, ini diungkapkan oleh orang tua responden saat pengisian kuisisioner, hal ini dipilih oleh ibu karena ibu merasa pernyataan tersebut sudah berkurang dirasakan oleh anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu Sufyanti (2015), yang menyatakan bahwa setelah dilakukan terapi bermain dan musik dapat membantu orang yang memiliki masalah emosional dalam mengeluarkan perasaan mereka, membuat perubahan positif dengan suasana hati dan anak akan lebih baik dalam mengekspresikan perasaan dan pikirannya. Hasil penelitian ini juga di dukung oleh teori Adriana (2017), yang mengatakan fungsi bermain di rumah sakit antara lain memfasilitasi anak untuk beradaptasi dengan lingkungan yang asing, membantu mengurangi stress akibat perpisahan, memberi peralihan (distraksi) dan relaksasi, membantu anak untuk merasa lebih aman dan nyaman dalam lingkungan yang asing. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena adanya suatu komunikasi yang baik dan juga interaksi bermain yang dilakukan antara pasien, orang tua dan anak yang dapat mengalihkan suasana hati anak dan juga memenuhi kebutuhan bermain anak serta memberi informasi kepada anak tentang peran petugas kesehatan dan manfaat dari tindakan yang dilakukan oleh petugas kesehatan tersebut.

Pengaruh Terapi Bermain Dan Musik Terhadap Kecemasan Anak Pra Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan hasil uji statistik menggunakan uji t pengaruh terapi bermain lilin dan musik terhadap kecemasan anak pra sekolah yang menjalani hospitalisasi didapatkan didapatkan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini yang menunjukkan adanya pengaruh terapi bermain lilin dan musik terhadap kecemasan anak usia pra sekolah yang menjalani hospitalisasi. Data ini diperoleh dari hasil kuisisioner yang diisi oleh orang tua responden setelah diberikan terapi bermain lili dan musik yang menunjukkan perbedaan mean sebelum intervensi sebesar 39,32 dan mengalami penurunan nilai mean setelah diberikan intervensi sebesar 34,37. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Noverita (2017), yang menyatakan ada perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan terapi bermain pada anak pra sekolah di Poliklinik Anak Puskesmas

Peukan Baro Kabupaten Pidie. Dikarenakan permainan yang diberikan kepada anak sudah disesuaikan dengan kondisi anak, dan terapi ini juga dilakukan di atas tempat tidur anak sehingga tidak mengganggu aktivitas anak saat dirawat di rumah sakit.

Menurut Adriana (2017), yang mengatakan bahwa prinsip bermain dirumah sakit adalah tidak boleh bertentangan dengan terapi dan perawatan yang sedang dijalankan, tidak membutuhkan energi yang banyak, melibatkan orang tua atau keluarga dan harus mempertimbangkan keamanan anak. Menurut asumsi peneliti, penelitian ini dilakukan dengan mempertimbangkan prinsip – prinsip bermain dirumah sakit sehingga tidak ada yang melanggar peraturan rumah sakit yang dapat mempersulit proses bermain ataupun terapi medis yang didapatkan oleh anak karena terapi bermain ini dilakukan di atas tempat tidur sehingga tidak akan membuat anak terlalu banyak beraktivitas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh terapi bermain lilin Dan Musik Terhadap Kecemasan Anak Pra Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi dapat disimpulkan Ada pengaruh yang signifikan terapi bermain lilin dan musik terhadap antara kecemasan anak pra sekolah yang menjalani hospitalisasi dengan nilai $p= 0,000$ ($p<0,05$). Disarankan kepada seluruh parawat dan pemberi layanan kesehatan kepada anak agar menerapkan metode bermain dalam memberikan asuhan keperawatan pada anak sehingga anak tetap merasa terpenuhi kebutuhannya dan kecemasannya berkurang saat menjalani hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana, D. (2017). *Tumbuh Kembang Dan Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dayani, N. E. (2015). Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak, *3*(2), 1–15.
- Depkes Ri, D. K. R. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewi, D. A. I. P. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). *Skripsi*.
- Dewi, R. C., Okitiawati, A., & Saputri, L. Dewi. (2015). *Teori & Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak Dan Usia Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Djohan. (2009). *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Galang Press.
- Fradianto, I. (2014). Pengaruh Terapi Bermain Lilin Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rsud Dr. Soedarso Pontianak. *Naskah Publikasi*.
- Haryani, S., & Arif, S. (2012). Pengaruh Terapi Bermain Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-5tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang. *Ejournal*.
- Kaluas, I. Et Al. (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. *Ejournal Keperawatan*, *3*(2), 1–8.

- Nasbar, C. (2017). Skripsi Pengaruh Penerapan Atraumatic Care : Medical Play Terhadap Respon Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Hospitalisasi Di Ruang Rawat Inap Anak Rsud Dr . M . Zein Painan Tahun 2017. *Skripsi*.
- Natalina, D. (2013). *Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Saputro, Heri & Frazin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain Di Rumah Sakit : (E. A. Yalestyarni, Ed.) (1st Ed.)*. Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (Forikes).
- Setiawan, D. Dkk. (2014). *Keperawatan Anak Dan Tumbuh Kembang (Pengkajian Dan Pengukuran)*. Jakarta: Nuha Medika.
- Sihombing, W. R. (2015). Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Anak Prasekolah (4 - 5 Tahun) Di RSU Sarimutiara. *Skripsi*.
- Sitohang, N. A. (2016). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Stres Hospitalisasi Pada Anak Di Rsud.Dr. Pirngadi Medan. *Jurnal Ilmu Kesehatan (Jik)*, 1x(1).
- Soetjningsih, I. N. G. R. (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Egc.
- Sufyanti, Y. A., Sudiana, I. K., Kristiawati, & Indah, D. P. (2006). Efektivitas Penurunan Stres Hospitalisasi Anak Dengan Terapi Bermain Dan Terapi Musik. *Portal Garuda*, 2(2), 1–7.
- Suryana, D. (2012). *Terapi Musik : Music Therapy*. Jakarta: Create Space Independent Platform.
- WHO. (2012). *World Health Statistic 2012*. Amerika: Who.
- Widianti, C. R. (2011). Pengaruh Senam Otak Terhadap Kecemasan Akibat Hopitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. *Tesis*.

