

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Stres Hospitalisasi**

##### **2.1.1 Pengertian Stres Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah**

Hospitalisasi adalah keadaan dimana seorang anak harus tinggal sementara di rumah sakit untuk menerima perawatan dan terapi yang dibutuhkan, dan merupakan situasi yang menimbulkan krisis bagi anak yang sedang menjalani perawatan medis di rumah sakit (Sari et al., 2023). Rumah sakit dapat menimbulkan tekanan mental bagi anak seperti lingkungannya, suasananya, sikap dari tenaga kesehatan saat memberikan perawatan, dan pakaian perawatnya. Anak-anak akan mengalami distres psikologis seperti marah, takut, sedih, dan bersalah ketika pemicu stres di rumah sakit muncul. Hal ini bisa terjadi karena, anak merasakan lingkungan yang baru berbeda jauh dengan lingkungan rumahnya, berpisah dengan keluarga secara utuh berada di rumah, dan merasakan sakit karena penyakit yang dialaminya, sehingga berdampak pada kondisi psikologisnya (Wong et al., 2018).

##### **2.1.2 Faktor-faktor yang Menyebabkan Stres Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah**

Menurut Wong et al., (2018) bahwa perpisahan, kehilangan kendali, cedera fisik, dan nyeri adalah stresor utama dari tinggal di rumah sakit. Reaksi anak terhadap stres hospitalisasi dipengaruhi oleh usia mereka, pengalaman sebelumnya saat menghadapi penyakit, perpisahan dengan tempat tinggal, tingkat

keparahan diagnosis, dan keterampilan koping mereka. Beberapa faktor yang bisa memicu stres ketika anak menjalani hospitalisasi yaitu (Utami, 2019):

#### 1. Lingkungan Rumah Sakit

Rumah sakit sering kali menimbulkan ketakutan pada anak-anak dan orang tua yang disebabkan oleh lingkungan yang baru, kehadiran orang-orang yang tidak dikenal, berbagai suara dari peralatan medis, serta aroma khas yang ada di rumah sakit.

#### 2. Berpisah dengan orang yang sangat berarti

Berada jauh dari suasana rumah, ketidak akrabannya terhadap barang-barang yang biasa digunakan, dan perubahan rutinitas sehari-hari dapat menyebabkan seseorang merasakan tekanan dan stres.

#### 3. Kurangnya Informasi

Faktor ini adalah salah satu fakta bahwa anak dan orang tuanya tidak memiliki cukup informasi tentang proses hospitalisasi. Hal ini bisa terjadi karena proses hospitalisasi adalah proses yang tidak dialami oleh semua orang. Menjalani proses hospitalisasi adalah hal yang mencemaskan karena rumit dengan berbagai prosedur yang dilakukan.

#### 4. Kehilangan Kebebasan dan Kemandirian

Ketika dirawat di rumah sakit, sebagai keluarga dan pasien dianjurkan untuk mengikuti dan menjalani prosedur medis yang ada, seperti tirah baring, dan pemasangan infus. Hal inilah yang dapat mengganggu kebebasan dan kemandirian anak, karena pada tumbuh kembang anak-anak usia prasekolah sedang dalam tahap perkembangan yang harus diberi kebebasan, sedangkan

ketika di rumah sakit hal ini dapat sedikit mengganggu perkembangan anak dalam melakukan eksplorasi.

#### 5. Pengalaman yang berkaitan dengan Pelayanan Kesehatan

Stres hospitalisasi yang dialami anak akan berkurang apabila anak lebih sering dirawat dirumah sakit karena anak lebih tau cara beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, ketika sudah pernah dirawat di rumah sakit.

#### 6. Perilaku atau Interaksi dengan Petugas Rumah Sakit

Perilaku atau interaksi dengan petugas rumah sakit khususnya perawat, karena anak-anak masih mengalami keterbatasan dalam perkembangan berfikir, bahasa yang digunakan, dan cara berkomunikasi. Perawat juga mengalami hal yang sama saat berkomunikasi dengan pasien anak, karena juga harus bisa masuk kedalam pikiran anak-anak, supaya anak bisa menumbuhkan rasa percaya dengan perawat, dan memahami apa yang disampaikan oleh perawat.

#### 2.1.3 Dampak Hospitalisasi

Dampak dari hospitalisasi adalah anak akan mengalami stress, kehilangan kontrol dirinya, cepat marah dan agresif, kehilangan otonomi yang pada akhirnya akan menarik diri dari hubungan interpersonal seperti kepercayaan diri yang kurang (Fuadah et al., 2020). Pada kecemasan yang tinggi anak akan memberikan reaksi yang pertama adalah kepanikan, kemudian anak akan menghindari dari hal yang membuatnya takut. Saat menghindari anak akan menangis bahkan menjerit, atau berusaha berlari sehingga tindakan perawatan tidak bisa dilakukan secara maksimal ketika anak sedang tidak kooperatif (Apriani

& Putri, 2021). Menurut Wong et al., (2018) perilaku utama anak-anak dalam menghadapi stresor terbagi menjadi 3 fase yaitu:

1. Fase pertama, adalah fase protes dimana anak akan bertindak agresif saat berpisah dengan orang tuanya. Anak akan menangis dan memanggil orang tuanya, menarik perhatian orang lain dan akan menjadi sangat sedih, sehingga anak sulit untuk ditenangkan;
2. Fase kedua, adalah fase putus asa. Anak akan berhenti untuk menangis dan mengalami depresi. Anak akan menjadi tidak terlalu aktif, tidak tertarik untuk bermain atau makan, dan menjauh dari orang lain;
3. Fase ketiga, adalah fase pelepasan. Pada titik ini tampak bahwa anak akhirnya menyesuaikan diri dengan kehilangan. Anak-anak bisa bermain bersama orang lain, dan bisa membangun hubungan yang baru. Hal ini menunjukkan kepasrahaan seorang anak, bukan merupakan tanda dari kesenangan. Perilaku yang diobservasi pada fase ini adalah anak menunjukkan peningkatan minat pada lingkungan yang baru, dapat berinteraksi dengan orang lain/ pemberi asuhan yang dikenalnya dengan tenang, anak terlihat bahagia.

#### 2.1.4 Pencegahan stres hospitalisasi

Menurut Wong et al., (2018) ada beberapa cara untuk meminimalkan stres hospitalisasi pada anak yaitu:

##### 1. Mencegah atau Meminimalkan Perpisahan pada Anak

Perawat diharuskan memahami sikap anak terhadap perpisahan dengan lingkungan, dan orang-orang yang biasa ditemuinya. Perawat harus memberikan dukungan melalui kehadiran mereka meskipun anak menolak orang asing dan mengalami fase protes dan putus asa. Menghabiskan waktu dengan anak

menggunakan sentuhan, kontak mata, suara bernada tenang, dan pilihan kata yang tepat untuk membangun hubungan dan berkomunikasi dengan empati dikenal sebagai kehadiran. Anak-anak masih kurang bisa menoleransi ketidakhadiran orang tua mereka. Karena itu, kunjungan dari orang tua harus sering dilakukan, misalnya orang tua berkunjung tiga kali dalam sehari untuk waktu yang singkat, daripada berkunjung sekali sehari dalam waktu yang lama).

Apabila orang tua diharuskan pergi saat anak tidur, orang tua harus memiliki alternatif dalam mengomunikasikan pada anaknya, seperti contoh orang tua seorang anak laki-laki usia 5 tahun memasang tanda berupa gambar bolak-balik. Pada salah satu sisi terdapat gambar telepon, dan disisi lain bergambar hamburger. Hal ini menunjukkan jika gambar yang menghadap anak, adalah orang tua sedang pergi menelepon atau sedang mencari makan.

## 2. Meminimalkan Kehilangan Pengendalian

Kehilangan rasa kendali bisa terjadi karena perpisahan, pembatasan gerak, perubahan rutinitas, dan pemaksaan ketergantungan. Meskipun beberapa hal tersebut tidak dapat dihindari, banyak diantaranya dapat meminimalkan melalui perencanaan perawatan yang disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing individu.

### a. Meningkatkan kebebasan bergerak pada anak

Anak-anak dengan usia lebih muda paling sensitif terhadap pembatasan gerak. Namun, untuk beberapa tindakan perawatan harus mempertahankan jalur intravena, sehingga pembatasan gerak perlu untuk dilakukan. Tetapi hal itu dicegah apabila anak mau untuk bekerja sama. Faktor lingkungan juga dapat menghalangi kebebasan anak untuk bergerak. Menempatkan anak dalam boks

bermain dapat membatasi anak bergerak dalam menstimulasi sensorik tertentu. Untuk itu memberi anak kebebasan mekanis untuk bergerak, memindahkan mereka di gendongan, kursi roda, brankar, atau tempat tidur, dapat dilakukan sebagai upaya memberikan kebebasan bergerak pada anak.

b. Mempertahankan rutinitas anak

Perubahan dalam aktivitas harian anak adalah aspek yang sering diabaikan dari perubahan rutinitas. Hari-hari anak sebelum dirawat di rumah sakit, terutama selama sekolah, memiliki jadwal khusus untuk makan, berpakaian, pergi ke sekolah, bermain, dan tidur. Namun, ketika anak dihospitalisasi jadwal ini hilang. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh perawat untuk mempertahankan rutinitas anak adalah dengan membuat jadwal bersama yang disepakati oleh orang tua dan anak. Jadwal yang telah disepakati dapat disimpan di ruangan anak yang tersedia jam dinding atau jam tangan yang digunakan anak. Apabila ada perubahan pada terapi pengobatan atau perawatannya, misalnya memulai terapi fisik dalam 2 hari, maka tambahkan hal tersebut pada jadwal, supaya anak bisa mempersiapkan diri.

c. Mendorong kemandirian

Anak yang berusia lebih tua akan mengalami perasaan kehilangan yang luar biasa karena peran ketergantungan pada pasien yang dirawat di rumah sakit. Menghargai individualitas dan kesempatan untuk membuat keputusan sendiri harus menjadi fokus perawat.

d. Meningkatkan pemahaman

Ketakutan, kecemasan anak terhadap tindakan dapat dikendalikan apabila mengetahui apa yang akan terjadi. Tugas perawat dalam memberikan informasi dengan jujur dapat membantu anak mengurangi stres hospitalisasi.

e. Memberi kesempatan anak untuk bermain

Bermain sangat penting bagi kesejahteraan mental, emosional, dan sosial anak. Oleh karena itu, bermain adalah salah satu alat paling efektif untuk meredakan stres pada anak. Pada semua ruangan dan fasilitas rumah sakit tidak ada tempat yang paling nyaman untuk mengurangi stres hospitalisasi bagi anak selain ruang bermain atau ruang aktivitas. Anak-anak menganggap bahwa ruangan ini sementara bisa menjauhkan diri dari rasa takut terhadap perpisahan, kehilangan kontrol diri, dan rasa nyeri. Suasana yang didapatkan pada ruangan bermain ini membuat mereka nyaman, dan mereka mengetahui bahwa ruangan ini aman dari prosedur pengobatan ataupun terapi yang dapat menimbulkan nyeri.

Aktivitas pengalihan seperti bermain dipilih berdasarkan usia, keinginan, dan keterbatasan yang dialami anak. Alat bermain yang mereka butuhkan pastinya sudah atas persetujuan dan pengawasan orang tua. Anak-anak kecil menyukai berbagai hal yang menarik mata mereka terlebih dahulu seperti mainan yang kecil, mainan berwarna-warni yang dapat dimainkan di atas tempat tidurnya. Permainan yang dapat dimainkan sendiri bersama orang tua dan dikenal oleh anak adalah *puzzle*, buku cerita, menyusun balok-balok Lego.

### 2.1.5 Alat Ukur Stres Hospitalisasi

Tingkat stres hospitalisasi pada anak dapat terlihat dari perilaku yang muncul dari seorang anak. Alat ukur stres hospitalisasi pada anak menurut Saputro & Fazrin (2017) ada beberapa diantaranya:

#### 1. *Children Manifest Anxiety Scale (CMAS)*

Pengukuran skala kecemasan anak yang diciptakan oleh Janet Taylor yaitu *Children Manifest Anxiety Scale (CMAS)*. Pengukuran skala ini terdiri dari 50 pertanyaan yang nantinya peserta akan menjawab “ya” atau “tidak” sesuai dengan keadaannya.

#### 2. *Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)*

Alat pengukuran ini untuk mengukur kecemasan pada anak-anak yang berusia 8-18 tahun yang terdiri dari 41 pertanyaan. Pada instrumen ini respondennya adalah orang tua atau pengasuh yang nantinya mereka akan diminta untuk memberikan penjelasan terkait perasaan anak dalam 3 bulan terakhir.

#### 3. *The Pediatric Anxiety Rating Scale (PARS)*

PARS adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat stres pada anak-anak dan remaja berusia 6-17 tahun. PARS terdiri dari 2 bagian: daftar pemeriksaan gejala untuk mengidentifikasi gejala yang muncul pada satu minggu terakhir, dan bagian kedua adalah tujuh item keparahan yang bertujuan untuk mengevaluasi tingkat keparahan gejala dan skor total PARS. Gejala yang termasuk dalam penilaian biasanya ditemukan pada pasien dengan gangguan seperti fobia dan gangguan panik.



#### 4. *Preschool Anxiety Scale*

Diciptakan oleh Spence yang mencakup pernyataan dari anak tahun 1994 dan laporan orang tua pada tahun 2000. Pada pengukuran ini terdapat 28 pertanyaan yang masing-masing menggunakan pernyataan tidak sama sekali, jarang, kadang-kadang, cukup sering, dan sangat sering.

### **2.2 Konsep Anak Usia Prasekolah**

#### 2.2.1 Pengertian Anak Usia Prasekolah

Anak usia prasekolah adalah anak-anak yang berusia 4 hingga 6 tahun. Pada masa pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun psikologis anak sebelum memasuki pendidikan yang formal, anak usia prasekolah perlu memasuki pendidikan prasekolah untuk membantu anak belajar beradaptasi dengan lingkungan yang baru (Dr. Rita Eka Izzaty et al., 2017). Pada usia ini, anak-anak berada pada masa keemasan (*golden age*) dalam perkembangan dirinya. Hal ini merupakan fondasi bagi perkembangan anak pada masa perkembangan berikutnya (Kuswanto & Na'imah, 2019).

#### 2.2.2 Perkembangan Anak Usia Prasekolah

Pendidikan prasekolah berperan dalam mengembangkan keterampilan kognitif, motorik, dan eksekutif (memori kerja) pada anak-anak yang merupakan aspek krusial dalam membentuk kecerdasan intelektual dan emosional yang optimal. Anak-anak memiliki kesempatan mengeksplorasi diri saat berada di lingkungan prasekolah, baik diluar maupun didalam lingkungannya. Hal paling penting adalah memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berinteraksi dengan teman sebaya mereka, karena hal ini dapat mendukung perkembangan

sosial dan emosional mereka secara signifikan. Berikut ini ada beberapa perkembangan pada usia anak prasekolah (Ns. Arif Rohman Mansur, 2019):

#### 1. Perkembangan psikososial

Membangun rasa inisiatif *versus* rasa bersalah adalah target perkembangan psikososial anak prasekolah karena pada usia ini mereka sangat tertarik dalam mempelajari hal-hal baru. Anak-anak usia prasekolah merasa bangga ketika telah berhasil dalam melakukan kegiatan yang telah dilakukan. Selain itu, anak akan merasa bangga dengan orang yang mendukung upaya serta ikut membantu kegiatan mereka. Dalam usia ini anak-anak juga ingin menjadi lebih mandiri, dan menginginkan kontrol yang lebih besar atas tindakan mereka, seperti memilih apa yang mereka makan, mengenakan pakaian pilihannya sendiri, dan aksesoris serta baju yang akan mereka kenakan setiap hari.

#### 2. Perkembangan kognitif

Tempat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) sangat penting bagi perkembangan kognitif anak. Tempat ini mempersiapkan bahan dan lingkungan dengan hati-hati (meminimalkan alat yang berbahaya untuk anak), dan memanfaatkan waktu yang tersedia untuk belajar. Anak-anak prasekolah sangat ingin belajar, dan permainan adalah cara terbaik yang dapat dilakukan untuk mengajar mereka. Untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan kognitif mereka, berikut ada beberapa keterampilan yang dapat dilakukan:

##### a. Permainan mencocokkan memori gambar

Anak usia prasekolah dapat menggunakan permainan kartu sederhana atau permainan pencocokan memori untuk melatih intelektualnya dengan menyelesaikan masalah dan menemukan solusi.

b. Teka-Teki

Teka-teki memberikan anak kesempatan untuk meningkatkan keterampilan memecahkan masalah dengan cara tidak langsung membuat anak untuk mempertimbangkan bagian mana yang sesuai atau tidak. Permainan ini mengajarkan anak untuk menyelesaikan masalah dan membuat anak berpikir lebih logis. Permainan ini juga mengajarkan anak untuk bersabar, karena hanya ada satu cara untuk memecahkan teka-teki tersebut, apakah sepotong ini cocok atau tidak.

c. Sortifikasi dan klasifikasi

Sortifikasi membantu anak-anak belajar lebih banyak, bahwa ada persamaan dan perbedaan antara beberapa hal. Menyortir dan mengklasifikasikan item, seperti menyortir mainan berdasarkan warna, jenis, atau ukuran.

d. Pengurutan

Anak-anak yang berada pada usia prasekolah biasanya menggunakan aktivitas mereka untuk memahami peristiwa dan mengingat urutan. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan meminta anak untuk menggambar urutan yang benar dari rutinitas paginya.

3. Perkembangan moral dan spiritual

Anak-anak diusia prasekolah dapat mengembangkan moralitas dan memahami konsep moral. Standar moral anak dipengaruhi oleh nilai-nilai yang dipegang orang tua atau orang dewasa lain. Anak-anak mengikuti peraturan untuk mendapatkan hadiah atau menghindari hukuman. Sangat wajar bagi anak untuk mengalami rasa bersalah ketika melakukan kesalahan karena sejak usia

prasekolah mereka menghadapi tugas psikososial inisiatif *versus* rasa bersalah. Pembentukan moral anak-anak dibentuk dari teman-temannya dan peristiwa yang dialaminya setiap hari, misalnya dari bermain dengan teman-temannya di sekolah, atau dari acara televisi kesukaan mereka. Dengan peristiwa yang dialaminya setiap hari dapat digunakan dalam memproyeksikan orang tua atau pengasuh terhadap “Tuhan” seperti: “jika Ibu marah, Tuhan mungkin juga marah”. Keyakinan agama dalam keluarga dapat memengaruhi kebiasaan makan anak, cara orang tua mendisiplinkan anak, dan bagaimana cara pandang orang tua terhadap anak.

#### 4. Perkembangan motorik kasar

Keterampilan motorik kasar (fisik) melibatkan gerakan tubuh yang luas dan mempergunakan otot untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti berjalan, berlari, berdiri, melompat, serta keterampilan koordinasi mata-tangan seperti olahraga bola (contohnya, melempar, menangkap, menendang), berenang, dan mengendarai sepeda.

#### 5. Perkembangan motorik halus

Banyak aspek perawatan diri, seperti makan, membersihkan gigi, dan memakai sepatu membutuhkan keterampilan motorik halus. Perkembangan motorik halus memengaruhi keterlibatan lanjutan anak-anak dalam seni rupa, menggambar, dan menulis. Anak-anak berusia 4 tahun terus mengasah keterampilan saat makan seperti dapat menggunakan peralatan makan garpu dan sendok. Anak usia ini juga dapat menggunakan alat tulis yang lebih besar seperti krayon yang dipegang dengan gaya seperti menulis bukan lagi hanya memegang dengan kepalan tangan. Pada usia 4-5 tahun anak-anak akan meningkatkan

keterampilan sebelumnya dan lebih mengasah keterampilan motorik halusnya, misalnya mereka sudah mulai bisa membuka dan memasang kancing pakaian mereka sendiri, belajar menggambar tongkat sederhana, dan menyalin bentuk seperti huruf besar, persegi, dan lingkaran. Berikut beberapa kegiatan yang dapat meningkatkan motorik halus anak yaitu:

- Menggunting Kertas

Sebelum memulai aktivitas menggunting kertas, orang dewasa diharuskan untuk mengajarkan anak-anak cara memegang gunting yang benar, karena posisi memegang gunting yang benar dapat membantu untuk menguatkan otot-otot jari tangan.

- Melipat Kertas

Kegiatan ini dapat menguatkan otot telapak tangan dan jari-jari tangan, terutama saat anak melipat dan menekan lipatannya.

- Menghubungkan titik-titik

Aktivitas ini dapat menguatkan otot lengan anak. Ada baiknya aktivitas ini dilakukan diatas meja agar otot lengannya dapat bekerja lebih fleksibel.

- Meronce

Kegiatan meronce sangat berguna untuk menguatkan dan kelenturan otot tiga jari yaitu jari jempol, telunjuk, dan jari tengah, supaya anak bisa memegang pensil dengan benar.

- Menempelkan bentuk

Sebelum memulai kegiatan menempel, anak akan melakukan kegiatan menggunting terlebih dahulu, atau lebih mudahnya orang dewasa sudah menyiapkan bentuknya kemudian anak tinggal menempel. Selanjutnya, anak-

anak akan menempelkan bentuk-bentuk tersebut diatas sehelai kertas untuk dihias dan diwarnai.

- Perkembangan sensorik

Permainan sensorik dapat memberikan anak-anak pengalaman belajar yang kreatif dan kesenangan. Anak-anak akan belajar berpikir kreatif dan memecahkan masalah. Caranya adalah dengan menggunakan barang-barang yang ada di rumah. Anak akan lebih memahami dengan menggunakan barang yang selalu digunakannya. Permainan ini memengaruhi kemampuan sosial, kognitif, dan linguistik anak.

## 6. Perkembangan emosional

### a. Pada usia 4 tahun

- Anak mampu menggunakan kata-kata untuk menggambarkan perasaan seperti Bahagia, sedih, marah, dan bersemangat,
- Anak bisa merasakan rasa penyesalan dan memahami bahwa harus meminta maaf ketika melakukan kesalahan, meskipun orang tua dan orang dewasa lainnya perlu bersabar dalam mengingatkannya,
- Anak merasa baik hati dan menunjukkan bahwa dia memahami harus berbagi dengan orang lain, namun tetap ingatkan bahwa tidak harus berbagi setiap saat

### b. Pada usia 5 tahun

- Anak sudah bisa menggunakan kata-kata untuk menggambarkan perasaan yang lebih kompleks seperti frustrasi/kegagalan, jengkel dan merasa malu,
- Anak mulai berbohong, ketika dia merasa bersalah, malu, atau takut,
- Anak mampu mengelola emosi yang kuat seperti kemarahan, frustrasi, dan kekecewaan dengan lebih baik.

c. Pada usia 6 tahun

- Anak sudah mampu menggunakan kata-kata yang menggambarkan rasa bersalah dan cemburu,
- Anak bisa merasakan rasa untuk membantu teman, keluarga, atau orang terdekat lainnya, sehingga ia akan lebih banyak membantu.
- Anak akan berusaha keras untuk mengikuti aturan agar tidak mengalami masalah.

## **2.3 Konsep Bermain**

### **2.3.1 Pengertian Terapi Bermain**

Bermain adalah metode kegiatan terorganisir yang disesuaikan dengan usia digunakan untuk menumbuhkan dan meningkatkan Kesehatan anak secara keseluruhan. Bermain dapat meningkatkan komunikasi, hubungan sosial, dan pemahaman komunikasi (Padila et al., 2022). Bermain adalah salah satu kegiatan yang dilakukan oleh anak dalam proses tumbuh kembangnya, dan untuk anak yang dirawat di rumah sakit, bermain menjadi media anak untuk mengungkapkan isi hati, merelaksasikan diri, dan rasa ketidaknyamanan yang dirasakan (Ibrahim et al., 2020).

### **2.3.2 Tujuan Terapi Bermain**

Tujuan dari terapi bermain adalah untuk menciptakan lingkungan yang aman dimana anak-anak dapat mengekspresikan diri mereka, memahami sesuatu hal bisa terjadi, mempelajari norma masyarakat, mengatasi kesulitan mereka, dan memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk mengungkapkan perasaan yang dirasakan, dan mencoba hal-hal baru. Selain itu, karena dengan terapi bermain diharapkan anak mampu melanjutkan fase pertumbuhannya secara maksimal,

sehingga anak-anak mampu beradaptasi dengan lebih baik terhadap tekanan yang dihadapi dalam kehidupannya (Setiawati & Sundari, 2019).

### 2.3.3 Fungsi Terapi Bermain

Menurut Ns. Nurlaila et al., (2018) bahwa fungsi terapi bermain di rumah sakit yaitu:

1. Memberikan distraksi dan ketenangan pada pikiran anak;
2. Membantu anak untuk mudah beradaptasi dengan lingkungan yang baru;
3. Mengurangi rasa sakit yang ditimbulkan oleh perpisahan dengan lingkungan yang aman dan nyaman, dan perasaan ingin kembali ke rumah;
4. Menumbuhkan hubungan positif dengan orang lain;
5. Metode untuk memenuhi tujuan terapeutik;
6. Sebagai tempat dimana anak-anak dapat ikut berpartisipasi dengan aktif dan menghindari kehilangan kontrol.

### 2.3.4 Waktu Bermain yang Efektif

Menurut (Saputro & Fazrin, 2017) durasi yang disarankan untuk terapi bermain pada anak yang sedang dirawat di rumah sakit adalah antara 15 hingga 20 menit. Waktu tersebut memungkinkan orangtua dan anak untuk memperkuat ikatan mereka tanpa menyebabkan kelelahan bermain pada anak. Sejumlah pakar merekomendasikan bahwa terapi bermain dapat dilakukan dalam periode waktu 30 hingga 35 menit, yang mencakup berbagai tahapan seperti persiapan, pembukaan, kegiatan, dan penutup yang dilalui dalam 3 fase oleh anak-anak yaitu:

#### a. Fase pembukaan

Fasilitator akan bersikap terbuka dengan anak dan mengajak anak untuk bermain di ruangan telah disepakati sebelumnya. Peran fasilitator pada fase



pertama ini adalah menyediakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anak untuk menunjukkan ekspresinya.

b. Fase anak bermain

Pada fase ini anak akan melakukan kegiatan bermain sesuai dengan yang disukainya. Disini, fasilitator berperan sebagai teman bermainnya. Selain itu juga mengobservasi pola perilaku yang anak tampilkan.

c. Fase penutupan

Seorang anak yang telah siap untuk menyelesaikan sesi terapi bermain bisa menunjukkan ekspresi mulai kurang berminat pada permainan sehingga ekspresi yang ditunjukkan bisa berupa lesu, bahkan merengek-rengok,

Namun demikian, durasi pemberian terapi bermain bisa disesuaikan, idealnya dilakukan selama 15 hingga 30 menit per sesi dan dapat diulang sebanyak 2 hingga 3 kali dalam seminggu. Tujuan dari pelaksanaan terapi ini adalah memberikan anak mekanisme untuk mengatasi stres dan kecemasan.

### 2.3.5 Terapi Bermain Mozaik

#### 2.3.4.1 Definisi Bermain Mozaik

Bermain mozaik adalah jenis permainan yang kegiatannya menempel dan mengelem (Solihat & Hidayat, 2023). Mozaik adalah karya yang dibuat dari potongan kertas yang disusun pada media gambar tertentu. Pembelajaran mozaik untuk anak usia prasekolah dapat meningkatkan kemampuan motorik halus anak. Selain itu, anak juga dapat meningkatkan kemampuan sosial emosionalnya, dan anak akan terlatih untuk terbiasa bersabar dalam menyelesaikan tugasnya (Wahyudi & Nurjaman, 2018). Menurut Rahim et al., (2020) mozaik adalah pola, gambar, atau hiasan yang dibuat dengan menempelkan bahan atau unsur kecil (dalam bentuk,

ukuran, dan bahan) secara berdempetan pada bidang yang sudah disediakan, sehingga nantinya akan membentuk sebuah gambar atau pola.

#### **2.3.4.2 Tujuan Bermain Mozaik**

Tujuan bermain mozaik menurut Solihat & Hidayat (2023) adalah sebagai penstimulus perkembangan fisik motorik halus anak. Selain itu, anak juga akan merasa lingkungan belajarnya menjadi lebih nyaman dan menyenangkan. Ada beberapa tujuan bermain mozaik menurut Rahim et al., (2020) diantaranya:

1. Dapat meningkatkan kreativitas dengan berbagai media;
2. Meningkatkan ketelitian dan kesabaran bagi anak;
3. Meningkatkan konsentrasi;
4. Meningkatkan motorik halus anak; dan
5. Meningkatkan pemahaman pada anak tentang keserasian dan warna.

#### **2.3.4.3 Manfaat Bermain Mozaik**

Bermain mozaik memberikan manfaat berupa peningkatan terhadap kemampuan motorik halus anak dengan merangsang pergerakan jari dan pergelangan tangannya. Dengan meningkatkan perhatian anak terhadap proses pembelajaran, mereka mampu mengoordinasikan antara gerakan tangan dan mata untuk meningkatkan perkembangan motorik halus yang mencakup gerak motorik, kefokuskan anak, dan emosional (Wahyudi & Nurjaman, 2018). Menurut Sidabutar & Siahaan (2019) bahwa pada setiap kegiatan bermain mozaik memiliki manfaatnya masing-masing yaitu:

1. Menggunting
  - Menggerakkan gunting dan mengikuti alur dari guntingan kertas adalah kegiatan yang bagus untuk melatih kemampuan motorik halus anak. Pada

kegiatan menempel, dapat melatih jari-jari anak dengan cara membuka perekat dan menempelkannya pada tempat yang sudah ditentukan;

- Meningkatkan koordinasi tangan-mata dan kefokuskan anak. Pada usia ini, pertumbuhan otak sangat cepat, jadi hal ini bisa membantu dalam meningkatkan pertumbuhan otak;
- Meningkatkan kepercayaan diri pada anak. Setelah berhasil menggunting dan menempel, sebagai orang dewasa akan memberikan *reward* pada anak, sehingga anak akan merasa ketagihan untuk melakukan kegiatan ini lagi, dan akan lebih percaya diri;
- Mulai menulis. Anak akan lebih mudah belajar menulis setelah kegiatan motorik halus dari belajar menggunting dan menempel;
- Mengasah kognitif. Koordinasi tangan dan mata dalam kegiatan menggunting dan menempel akan meningkatkan kerja otak, yang akan menyebabkan keterampilan kognitif anak menjadi lebih baik.

## 2. Menempel

- Meningkatkan motorik halus;
- Meningkatkan kreativitas;
- Meningkatkan konsentrasi pada anak; dan
- Anak menjadi lebih percaya diri.

#### 2.3.4.4 Cara Bermain Mozaik

Berikut Langkah-langkah bermain mozaik menurut Muharrar & Verayanti (2013) yaitu:

1. Memilih pola gambar yang akan digunakan;
2. Menyiapkan alat dan bahan (gunting, kertas, lem, dan pola gambar yang telah dipilih);
3. Mengenalkan nama-nama alat yang digunakan untuk bermain mozaik, dan cara bermainnya pada anak-anak;
4. Menggunting kertas, menjadi potongan kecil berbentuk segi empat, lingkaran, atau segitiga;
5. Menempelkan potongan kertas yang telah digunting pada pola gambar yang telah dipilih menggunakan lem;
6. Tempelkan potongan gambar yang sesuai dengan pola gambar, sehingga hasil penempelannya menutupi keseluruhan pola gambar;
7. Lakukan berulang-ulang agar motorik halus anak terlatih. Kegiatan bermain mozaik ini mencakup gerakan-gerakan kecil pada jari jari anak seperti memegang kertas-kertas kecil, menggunting, dan menempel benda kecil sehingga koordinasi jari tangan terlatih.

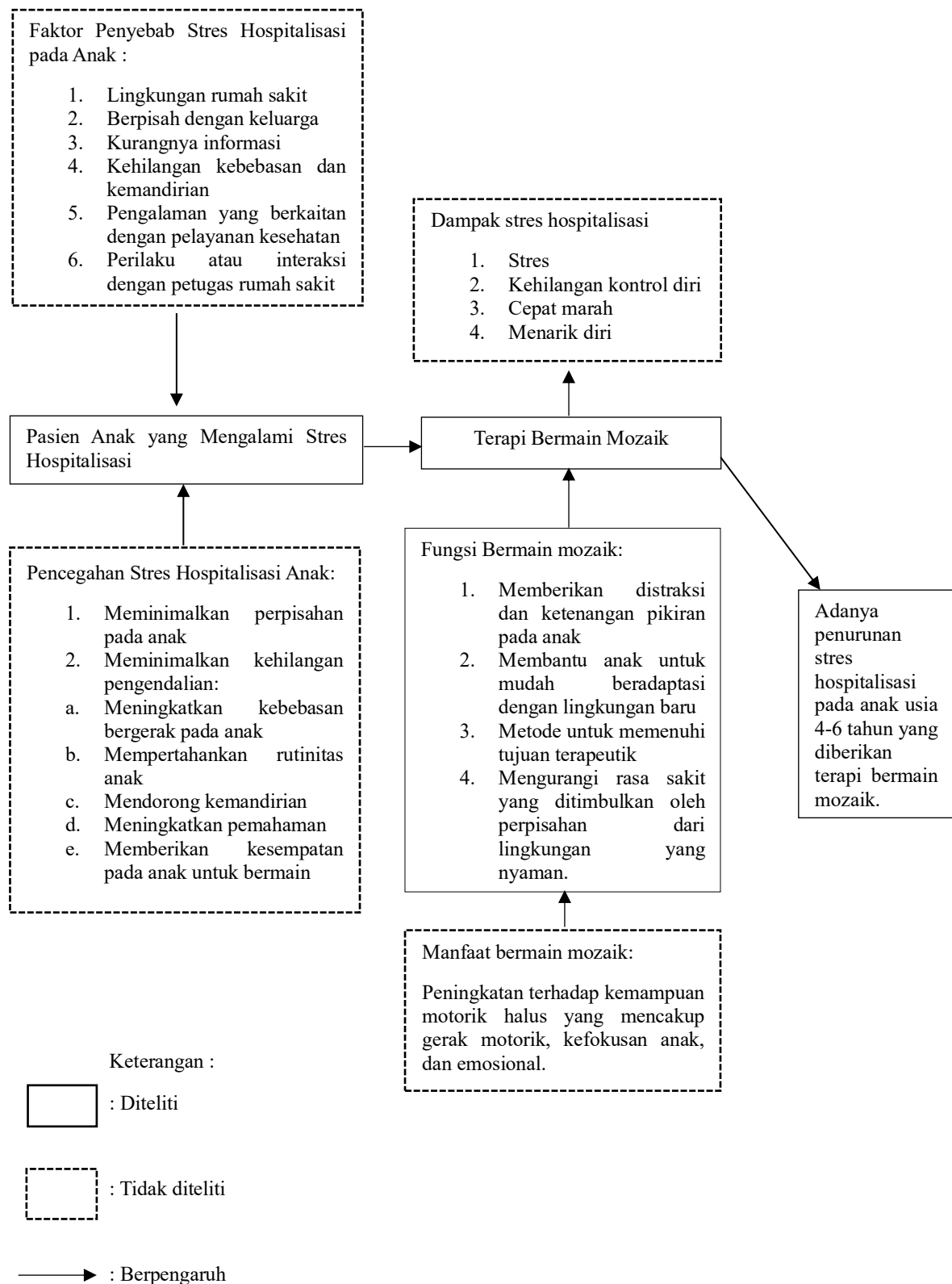


Gambar 2.1 Permainan Mozaik. Sumber : (<https://broonet.com/gambar-mozaik/>)

#### **2.3.4.5 Evidence Base Gambar yang disukai anak**

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Trimulyana et al., (2017) bahwa setiap anak memiliki kesenangan gambar yang mereka senangi. Kesukaan anak dalam gambar dibedakan berdasarkan jenis kelamin. Anak Perempuan cenderung menyukai gambar-gambar seperti bunga dan kupu-kupu, sementara anak laki-laki lebih tertarik pada gambar hewan dan kendaraan.

## 2.4 Kerangka Konseptual



Gambar 2.2 Kerangka Konseptual Pengaruh Terapi Bermain Mozaik terhadap Tingkat Stres Hospitalisasi pada Anak Usia 4-6 Tahun di RSI UNISMA

Dari gambar 2.2 dapat dijelaskan bahwa faktor penyebab stres hospitalisasi pada anak adalah lingkungan rumah sakit, berpisah dengan keluarga, kurangnya informasi, kehilangan kebebasan, dan kemandirian, pengalaman yang berkaitan dengan pelayanan kesehatan, serta perilaku atau interaksi dengan petugas rumah sakit. Hal ini dapat mengakibatkan anak mengalami stress hospitalisasi. Untuk anak yang mengalami stres hospitalisasi dapat dilakukan pencegahan dengan meminimalkan perpisahan, dan meminimalkan kehilangan pengendalian yang salah satunya dengan cara memberikan kesempatan pada anak untuk bermain. Salah satu cara yang dapat diberikan adalah dengan bermain mozaik, dimana terapi bermain mozaik memberikan manfaat pada anak berupa meningkatnya kemampuan motorik halus yang mencakup gerak motorik, kefokusannya, dan emosionalnya. Dengan manfaat tersebut dapat berfungsi sebagai pemberian distraksi dan ketenangan pikiran, membantu anak untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru, untuk memenuhi tujuan terapeutik, dan mengurangi rasa sakit yang ditimbulkan oleh perpisahan dengan lingkungan yang nyaman. Dengan adanya terapi bermain mozaik untuk anak usia 4-6 tahun, dampak stres hospitalisasi seperti stres, kehilangan kontrol diri, cepat marah, dan menarik diri diharapkan dapat menurun.

## **2.5 Hipotesis**

H1 = Adanya pengaruh terapi bermain mozaik terhadap penurunan tingkat stres hospitalisasi pada anak usia 4-6 tahun.

H0 = Tidak adanya pengaruh terapi bermain mozaik terhadap penurunan tingkat stres hospitalisasi pada anak usia 4-6 tahun