

# TERAPI BERMAIN *FIDGET SPINNER* TERHADAP KECEMASAN ANAK PADA PASIEN THALASEMIA YANG MENJALANKAN PROSES TINDAKAN TRANSFUSI DARAH DI RSUD KABUPATEN TANGERANG

Ria Setia Sari<sup>1</sup>, Rita<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Yatsi Tangerang, Indonesia  
Korespondensi E-mail: riasetia233@gmail.com

Submitted: 15 Februari 2021, Revised: 21 Maret 2021, Accepted: 22 Maret 2021

## Abstract

The One of handling on thalassemia is blood transfusion. Thaller is a patient who needs a transfusion. In addition to physiological side effects experienced by patients with thalassemia, undergoing continuous blood transfusions can also cause psychological effects, namely the onset of anxiety. There are several ways to overcome anxiety is to play. One of the games in this research is fidget spinner play therapy. Research Methods: This research uses the Pre-Experimental Design research design and the One-Group Pretest-Posttest Design research design. And the analysis test used is the Wilcoxon test. Samples from this study were taken with a total sampling technique that is as many as 55 respondent. on June 19 - July 10, 2019 in the thalassemia room of general hospital regency Tangerang. Research Results: In Wilcoxon test. Value results (Sig 0,000 <0.05). So it can be concluded "Ha be accepted" that means there is influence of therapy playing fidget spinner towards children anxiety level in thalassemia patients who be doing the process of blood transfusion action in the General Hospital Regency Tangerang. Discussion: At the time of research at the Tangerang District General Hospital in the thalassemia room, before the fidget spinner playing therapy was carried out, there were various children's responses, namely crying when abandoned by parents, not wanting to be far from parents, holding or approaching parents, seen children's facial expressions tense , panic, the child closed their eyes and some even screamed when an intravenous infusion was about to be carried out in the process of a blood transfusion. this happened because of the reaction to the blood transfusion experience, but there were also some respondents who were cooperative with the blood transfusion action carried out by nurses in the thalassemia room.

**Keyword :** Child anxiety, fidget Spinner play therapy, thalassemia

## Abstrak

Salah satu penanganan thalasemia yaitu transfusi darah. Thaller merupakan penderita yang membutuhkan transfusi darah seumur hidupnya. Selain efek samping fisiologis yang dialami penderita thalasemia, menjalani transfusi darah secara terus menerus juga dapat menimbulkan dampak psikologis yaitu timbulnya kecemasan. Terdapat beberapa cara untuk mengatasi kecemasan salah satunya yaitu dengan bermain. Salah satu permainan yang dilakukan pada penelitian ini yaitu terapi bermain *fidget spinner*. Metode Penelitian : Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *Pre Eksperimental Design* dan rancangan penelitian *One-Grup Pretest-Posttest Design*. Serta uji analisis yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*. Sampel dari penelitian ini diambil dengan teknik *total sampling* yaitu sebanyak 55 responden. Hasil Penelitian : Pada Uji *Wilcoxon*. Hasil nilai (Sig 0.000 < 0.05). Maka dapat disimpulkan "Ha diterima" artinya ada pengaruh terapi bermain *fidget spinner* terhadap tingkat kecemasan anak pada pasien thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah di RSUD Kabupaten Tangerang. Pembahasan: Pada saat penelitian di RSUD Kabupaten Tangerang di ruang thalasemia, sebelum dilakukan terapi bermain *fidget spinner*, ada beragam respon anak yaitu menangis ketika ditinggalkan oleh orang tua, tidak mau jauh dari orang tua, memegang atau mendekati orang tua, terlihat ekspresi wajah anak tegang, panik, anak menutup mata bahkan ada yang menjerit ketika akan dilakukan infus intravena pada proses tindakan transfusi darah. hal ini terjadi karena reaksi terhadap pengalaman transfusi darah namun ada juga beberapa responden yang kooperatif pada tindakan transfusi darah yang dilakukan oleh perawat di ruang thalasemia.

**Kata Kunci:** Kecemasan anak, terapi bermain fidget spinner, thalasemia

## Pendahuluan

Berdasarkan data dari Badan Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO) tahun 2014, Angka kejadian penyakit thalasemia di dunia sekitar 250 juta penduduk dunia (4,5%) membawa penyakit genetik thalasemia, sedangkan 80-90 juta di antaranya

membawa penyakit genetik thalasemia Beta. Penderita penyakit thalasemia di Indonesia tergolong masih tinggi dan termasuk dalam negara yang berisiko tinggi, karena setiap tahunnya 3.000 bayi yang lahir berpotensi terkena penyakit thalasemia.

Pada penderita thalasemia satu-satunya harus menjalani pengobatan yaitu dengan transfusi darah secara terus-menerus atau rutin untuk mengatasi masalah gejala penderita thalasemia. Penderita thalasemia baik sedang maupun berat sangat membutuhkan transfusi darah. Untuk mempertahankan kadar hemoglobin dan sel darah merah nya para penderita (Sembiring, 2010). Selain efek samping fisiologis yang dialami penderita Thalasemia, menjalani transfusi darah secara terus menerus juga dapat menimbulkan dampak psikologis yaitu timbulnya kecemasan.

Bermain adalah salah satu aspek terpenting dalam kehidupan anak dan alat paling efektif untuk mengurangi cemas pada anak. Bermain juga penting untuk kesehatan mental, emosional, dan sosial anak. Fungsi aktivitas bermain di rumah sakit yaitu untuk membantu anak merasa lebih nyaman dilingkungan asing, dan memberikan pengalihan atau relaksasi (Nurlaila dkk, 2018).

Adapun pada penelitian internasional Mengenai Intervensi bermain untuk mengurangi kecemasan dan emosi negatif pada anak-anak yang dirawat di rumah sakit. Intervensi bermain di rumah sakit telah banyak digunakan untuk mempersiapkan anak-anak untuk prosedur medis invasif dan rawat inap. Efektivitas intervensi bermain di rumah sakit, khususnya, menggunakan aktivitas bermain untuk meringankan beban psikologis dirawat di rumah sakit anak-anak. Intervensi bermain yang diberikan yaitu bermain seperti boneka dan mainan. Libatkan anak-anak dalam kegiatan bermain yang sesuai (mis. mainan, permainan papan, buku cerita, seni, dan kerajinan tangan, dll.) sesuai dengan usia dan kemampuan (William H. C. Li, dkk, 2016).

Riset lain tentang penurunan tingkat kecemasan anak dengan terapi bermain *puzzle*, Setelah diberikan terapi bermain *puzzle* kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi mengalami penurunan (30%). Anak sudah tidak terlihat tegang lagi ketika berada di ruang perawatan. Hal ini dapat disebabkan karena anak merasa senang setelah melakukan terapi bermain *puzzle* sehingga anak merasa nyaman berada di lingkungan rumah sakit (Winda, dkk, 2017).

Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, yaitu ruang thalasemia dimana ruangan ini belum memiliki sarana untuk prosedur bermain yaitu ruang khusus untuk kegiatan anak bermain anak untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi beberapa tindakan terhadap mereka.

Beberapa tindakan yang dilakukan pada ruangan thalasemia diantaranya pemasangan infus untuk dilakukannya transfusi darah, pengambilan darah vena untuk mengetahui kadar hb penderita, tanda-tanda vital.

Adapun jenis thalasemia yang terdata di Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang seperti ( $\alpha$  berjumlah 12 orang,  $\alpha$  NTDT berjumlah 1 orang,  $\beta$  berjumlah 235 orang,  $\beta$  NTDT berjumlah 1 orang,  $\beta$ +Ovalositosis 1 orang,  $\beta$  Intermedia berjumlah 3 orang,  $\beta$ +AIHA berjumlah 2 orang,  $\beta$ -HbE berjumlah 187 orang,  $\beta$ -HbE NTDT sejumlah 3 orang,  $\beta$ -HbE Intermedia sejumlah 4 orang, tidak ada data (Mayor) sejumlah 68 orang, dan Mayor TI Stunded berjumlah 1 orang). Dengan jenis Thalasemia yang berbeda-beda ini ada yang tidak harus transfusi darah dan ada juga yang harus transfusi darah secara rutin dan berkala. Di Ruang Thalasemia jadwal pemberian transfusi dilakukan sesuai dengan kondisi penyakit yang dialami oleh tiap individu namun rata-rata dalam sebulan anak harus mendapatkan transfusi darah minimal dua kali. Sebelum pelaksanaan transfusi, dilakukan pemeriksaan darah pada pasien dan pasien diminta untuk menunggu sampai hasil pemeriksaan laboratoriumnya keluar, untuk mengetahui hasil hemoglobin penderita.

Walaupun anak penderita thalasemia melakukan transfusi darah seumur hidupnya, dan secara berkali-kali tetap saja anak masih belum tenang, masih merasa takut dengan tindakan invasif seperti transfusi darah karena anak dilakukannya penusukan jarum suntik yang mereka anggap akan merusak tubuhnya. Kemudian anak yang tidak akan mengalami kecemasan dan harus ditemani oleh keluarganya, tetap saja anak merasa cemas sehingga membutuhkan hiburan seperti bermain *Fidget spinner*. Dan didukung juga dari beberapa penelitian diatas seperti terapi bermain origami, terapi bermain mewarnai, *puzzle*, dan lain lainnya.

*Fidget spinner* merupakan mainan kecil yang berputar diantara dua jari. Bentuknya seperti baling-baling dengan bantalan peluru di tengahnya. Mainan ini disukai karena dapat menciptakan pola memutar yang memukau, semakin unik desainnya maka akan semakin indah juga pola yang dihasilkan. Mainan *Fidget spinner* yang diputar-putar dengan jari ini memiliki banyak manfaat, ahli psikologi dari *University of Central Florida*, Mark Rapport, menyatakan bahwa manfaat dari gerakan *Fidget spinner* itu bisa begitu berguna sebagai terapi untuk mengalihkan rasa nyeri dan stress (Nazla, 2018).

Kepopuleran mainan *fidget spinner* ini di gandrungi oleh anak-anak, remaja hingga orang dewasa. Kepopuleran mainan ini tak lepas dari anggapan bahwa *fidget spinner* mampu mengurangi stress dan kecemasan. *Fidget Spinner* juga memberikan efek hipnotik yang dapat mengurangi stress dan kecemasan pada seseorang, ini membuat bermain *fidget spinner* diyakini dapat memberikan kenyamanan di tengah situasi yang penuh tekanan. Selain itu juga bisa meningkatkan konsentrasi, melancarkan peredaran darah serta melatih fungsi otak kanan & kiri (Nazla, 2018).

Hasil observasi menemukan beragam respon anak yaitu menangis ketika ditinggalkan oleh orang tua, tidak mau jauh dari orang tua, memegang atau mendekati orang tua, terlihat ekspresi wajah anak tegang, panik, anak menutup mata bahkan ada yang menjerit ketika akan dilakukan infus intravena pada proses tindakan transfusi darah. hal ini terjadi karena reaksi terhadap pengalaman transfusi darah namun ada juga beberapa responden yang kooperatif pada tindakan transfusi darah yang dilakukan oleh perawat di ruang thalasemia. Penyebab kecemasan juga beragam, mulai dari rasa cemas terhadap petugas kesehatan dan tindakan medis, cemas karena nyeri yang dialami.

Fenomena-fenomena yang telah diuraikan diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang terapi bermain untuk mengukur dan menurunkan kecemasan anak akibat dilakukannya tindakan infus vena dalam proses transfusi darah. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pemberian terapi bermain *fidget spinner* terhadap kecemasan anak pada pasien thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah di RSUD Kabupaten Tangerang.

## Methods/ Metode Penelitian

Desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *pre experimental design* yaitu yang digunakan untuk mengetahui kecemasan pada anak thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah, sebelum dan sesudah diberikannya terapi bermain *fidget spinner*, dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*.

Penelitian ini dilakukan di Ruang Thalasemia RSUD Kabupaten Tangerang. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 19 Juni–10 Juli 2019. Pada penelitian ini populasi yang dijadikan sebagai responden peneliti adalah pasien penderita thalasemia yang berusia 6-12 tahun yang menjalankan proses tindakan transfusi darah. Sampel dari penelitian ini diambil dengan teknik *total sampling* dengan jumlah yang ada saat dilakukannya proses tindakan transfusi darah yaitu sebanyak 55 responden.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner yang terdiri dari 2 bagian yaitu data demografi dan kecemasan anak. Dalam alat ukur kecemasan menggunakan *Zung Self Rating Anxiety Scale* (SAS) kuesioner yang berisikan pertanyaan mengenai kecemasan anak ketika dilakukannya pemasangan intravena seperti infus pada saat proses tindakan transfusi darah pasien thalasemia. Kuesioner ini diadopsi dari Rahma Mustika Yeli (2015). Penelitian sebelumnya menggunakan teknik *content validity* yang membuktikan instrumen lebih valid yang sudah diuji kelayakannya dilakukan oleh orang ahli dalam keperawatan anak dari Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara yaitu Ibu Roxsana Devi Tumanggor S.Kep.,Ns,M.Nurs dengan hasil *content validity index* (CVI) adalah 0,87. Nilai validitas dapat dikatakan valid apabila nilai maksimum diatas 0,7. Uji reliabilitas pada instrumen ini dilakukan pada 10 orang anak usia sekolah yang pernah diinfus di ruang rawat inap Rumah Sakit Islam Malahayati pada tanggal 18 Maret sampai 8 April 2015. Uji reliabilitas untuk instrumen dianalisis menggunakan analisis *KR-20* dimana hasil analisisnya adalah 0,88 dan dianggap reliabel maka

kuesioner ini layak untuk digunakan. Sehingga dikatakan kuesioner ini sudah dinyatakan valid dan reliabel

Kuesioner dibagikan dua kali yaitu sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain. Setelah data terkumpul dilakukan editing, coding, processing, cleaning. Data dianalisis menggunakan uji statistik *wilcoxon*. Penelitian ini sudah lolos uji etik melalui sidang etik di RSUD Kabupaten Tangerang No. 445/051-KEP-RSUTNG dan lolos etik melalui sidang etik di STIKes Yatsi Tangerang No.010/LPPM-STIKes Yatsi/VII/2019.

## Hasil

**Tabel 1**  
**Distribusi frekuensi karakteristik**

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1.	<b>Umur</b>		
	6 Tahun	15	27,3%
	7 Tahun	13	23,6%
	8 Tahun	9	16,4%
	9 Tahun	6	10,9%
	10 Tahun	4	7,3%
	11 Tahun	3	5,5%
	12 Tahun	5	9,1%
	<b>Jumlah</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	21	38,2%
	Perempuan	34	61,8%
	<b>Jumlah</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>
3.	<b>Kunjungan Transfusi Darah</b>		
	< 4x (Dalam Sebulan)	55	100%
	> 4x (Dalam Sebulan)	0	0%
	<b>Jumlah</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan dari hasil penelitian diketahui bahwa antara 55 anak yang berkisar 6-12 tahun, sebagian besar yaitu umur 6 tahun sebanyak 15 responden (27,3%). Berdasarkan karekteristik jenis kelamin mayoritas perempuan yaitu sebanyak 34 responden (61,8%) dan kunjungan transfusi darah mayoritas < 4x (dalam sebulan) adalah sebanyak 55 responden (100%) karena rata-rata responden berkunjung dalam 3 minggu sekali hanya 2x kunjungan untuk melakukan transfusi darah.

**Tabel 2**  
**Distribusi Kecemasan Sebelum Terapi Bermain : Fidget spinner**  
**Sebelum (Pre test)**

Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Cemas	18	32,7%
Cemas	37	67,3%
Jumlah	55	100%

Berdasarkan distribusi kecemasan sebelum diberikan intervensi terapi bermain *fidget spinner* paling tinggi terdapat 37 (67,3%) responden yang mengalami cemas.

**Tabel 3**  
**Distribusi Kecemasan Setelah Terapi Bermain : *Fidget spinner***

Kecemasan	Sesudah ( <i>Post test</i> )	
	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Cemas	46	83,6%
Cemas	9	16,4%
Jumlah	55	100%

Berdasarkan kecemasan sesudah diberikan intervensi terapi bermain *fidget spinner* sebagian besar terdapat 46 responden (83,6%) yang tidak mengalami cemas.

**Tabel 4**  
**Analisis Uji *Wilcoxon* Kecemasan Terapi Bermain *Fidget spinner***

Kecemasan	n	Mean	SD	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Z hitung	P value
Sebelum	55	11,11	1,718	47	0	8	-5,993	0,000
Sesudah	55	8,18	2,047					

Berdasarkan hasil analisa uji *Wilcoxon* bahwa terdapat nilai mean sebelum dilakukan terapi bermain *fidget spinner* adalah 11,11 dimana hasil mean lebih besar dari pada nilai mean sesudah dilakukan terapi bermain *fidget spinner* yaitu 8,18. *Standart deviasi* sebelum diberikan terapi bermain *fidget spinner* adalah 1,718 dan sesudah dilakukan terapi bermain *fidget spinner* yaitu 2,047. Terdapat 47 responden yang menjalankan proses transfusi darah dengan skor kecemasan sesudah < dari skor sebelum terapi bermain *fidget spinner* (*Negative Ranks*) yang menunjukkan adanya penurunan dari nilai pretest ke nilai posttest. Terdapat 0 responden dengan skor kecemasan sebelum > dari skor kecemasan sesudah terapi bermain *fidget spinner* (*Positive Ranks*) yang menunjukkan tidak ada peningkatan dari nilai pretest ke nilai posttest. Serta terdapat kesamaan (*Ties*) nilai pretest dan posttest yaitu 8 responden.

Data hasil statistik *Wilcoxon* didapatkan nilai p-value 0,000 ( $p < 0,05$ ). Maka "Ha diterima" yang artinya bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain *fidget spinner* pada anak thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah.

## Pembahasan

### Kecemasan anak sebelum dilakukan intervensi terapi bermain *fidget spinner*.

Pada saat penelitian di RSUD Kabupaten Tangerang di ruang thalasemia, sebelum dilakukan terapi bermain *fidget spinner*, ada beragam respon anak yaitu menangis ketika ditinggalkan oleh orang tua, tidak mau jauh dari orang tua, memegang atau mendekati orang tua, terlihat ekspresi wajah anak tegang, panik, anak menutup mata bahkan ada yang menjerit ketika akan dilakukan infus intravena pada proses tindakan transfusi darah. hal ini terjadi karena reaksi terhadap pengalaman transfusi darah namun ada juga beberapa responden yang kooperatif pada tindakan transfusi darah yang dilakukan oleh perawat di ruang thalasemia.

Hal ini sejalan dengan teori Kecemasan merupakan suatu respon emosional terhadap adanya suatu berbahaya, kecemasan sangat berkaitan dengan keadaan yang tidak pasti dan perasaan yang tak berdaya. Kondisi yang dialami secara subjektif akan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal. Kecemasan suatu reaksi yang berlebihan terhadap kondisi seperti ketakutan, kegelisahan, kekhawatiran terhadap ancaman nyata yang dirasakan oleh seseorang (Saputro H dan Fazrin I,2017).

Berdasarkan data diatas penelitian ini juga sejalan dengan penelitian mengenai terapi bermain *puzzle* terhadap tingkat kecemasan anak. Penelitian yang dilakukan di rumah sakit Rajawali di ruang Otje ini secara objektif anak-anak usia 3-6 tahun sebelum dilakukan terapi

bermain tampak ketakutan, menangis dan selalu minta digendong oleh ibunya. Anak-anak bersikap marah, selalu minta pulang, memberontak, berteriak bahkan menyuruh perawat untuk menjauhkan semua peralatan medis sehingga anak sulit untuk diberikan tindakan keperawatan dan selalu meminta agar perawat yang datang menghampirinya untuk tidak mendekati mereka (Lisbet, dkk,2018).

Peneliti berasumsi bahwa hal ini disebabkan karena anak harus menghadapi lingkungan rumah sakit baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial yang penuh dengan stressor ditandai juga anak terlihat takut pada perawat yang datang karena prosedur keperawatan yang menimbulkan nyeri maupun tidak, kedua hal ini dapat menyebabkan kecemasan dan ketakutan bagi anak selama dirawat di rumah sakit.

Penelitian ini pun sejalan dengan hasil lainnya yaitu saat dilakukan observasi sebelum dilakukannya tindakan terapi bermain anak yang mengalami kecemasan, anak terlihat diam, tegang, dan takut pada orang asing. Ketegangan yang mereka rasakan merupakan respon fisik yang dapat dirasakan oleh anak dimana saat cemas ketegangan akan meningkat. Peneliti berasumsi bahwa adanya prosedur atau tindakan keperawatan baik yang menimbulkan cemas, selama perawatan di rumah sakit anak akan menimbulkan respon yang berlebihan. Cemas terhadap hospitalisasi yang mereka rasakan dapat berupa cemas akibat perpisahan dan takut diabaikan. Untuk itu perlu adanya upaya untuk mengurangi rasa cemas pada anak melalui pendekatan dengan orang tua dan memberikan terapi bermain kepada anak (Winda F, dkk,2017)

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukannya terapi bermain bahwa anak yang sedang menjalankan perawatan medis menunjukkan respon seperti cenderung diam ketika diajak bicara, tegang, takut atau menangis ketika didekati oleh orang yang belum dikenal. Respon tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu ketakutan akan orang atau lingkungan asing, perawat berbaju putih, perpisahan dengan orang tua serta hilangnya kebebasan bermain membuat mereka mengalami kecemasan. Peneliti berasumsi bahwa ketika belum diberikannya terapi bermain anak akan berfokus pada hal yang sedang dilakukan pada dirinya sehingga anak akan mengalami kecemasan atau ketakutan selama menjalani tindakan medis (Marni, dkk,2018).

Menurut hasil penelitian menyatakan bahwa saat anak menjalani hospitalisasi anak akan menemukan berbagai macam permasalahan yang harus diselesaikan, seperti masalah perpisahan, penyesuaian lingkungan dan orang-orang yang merawat. Peneliti berasumsi bahwa respon tersebut juga menggambarkan bahwa anak belum bisa beradaptasi dengan hal-hal yang baru dirasakan. Dan anak yang merasakan sakit saat dilakukan tindakan medis akan timbul respons yang berlebihan dan biasanya anak cenderung merasa takut dan cemas dengan prosedur-prosedur tindakan yang dilakukan oleh perawat maka dari itu pentingnya diberikan pengalihan untuk mengurangi rasa sakit, khawatir dan cemas pada anak dengan terapi bermain (Al-Ihsan, dkk, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil sebelum dilakukan tindakan terapi bermain anak berada pada fase protes. Anak masih belum merasa nyaman berada di rumah sakit. Mereka menolak kenyataan bahwa mereka harus berada di rumah sakit dengan menerima berbagai macam terapi. Belum lagi, mereka harus beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, rutinitas, dan orang-orang yang baru. Maka dari itu peneliti berasumsi bahwa pentingnya melakukan pengalihan rasa cemas anak selama menjalani tindakan terapi supaya anak merasa nyaman dan tidak cemas ketika tindakan dilakukan dengan cara mendekati dengan membina saling percaya dan melakukan terapi bermain pada anak (Nida, dkk,2016).

Sejalan dengan hasil penelitian bahwa sebelum dilakukan tindakan terapi bermain anak akan merasakan cemas atau khawatir dengan keadaan yang dirasakan selama hospitalisasi. Anak akan mengekspresikan perasaannya dengan menangis, menyerang dengan marah dan menolak bekerja sama dengan perawat. Hal ini peneliti mempersepsikan bahwa anak belum mampu menilai dan menerima penyakit dan pengalaman baru dengan lingkungan asing. Lingkungan yang baru pun akan menimbulkan stressor yang ditandai dengan adanya cemas dan takut terhadap lingkungan sekitar rumah sakit (Saputro, H & Fazrin, I ,2017).

Berdasarkan penelitian hasil pada penelitian di Puskesmas Peukan Baro Kabupaten Pidie sebelum diberikannya terapi bermain sebagian besar anak tidak kooperatif terhadap tindakan keperawatan seperti saat diinjeksi, dipasang termometer, saat perawat datang dengan

membawa obat, saat diambil darah untuk dicek laboratorium sebagian besar anak mengeluarkan respon seperti menangis, meronta-ronta, memeluk orang tua, mengajak pulang, berteriak, merasa takut pada dokter, perawat dan petugas kesehatan lainnya (Noverita, dkk,2017).

Peneliti menyatakan bahwa lingkungan dan fasilitas pelayanan kesehatan merupakan penyebab kecemasan bagi anak baik lingkungan fisik fasilitas pelayanan kesehatan seperti ruang pengobatan, alat-alat kesehatan, bau yang khas dirumah sakit, pakaian putih petugas kesehatan itu sendiri sehingga muncul perasaan berlebihan seperti takut, cemas, tegang, nyeri dan perasaan tidak menyenangkan lainnya sering dialami oleh anak saat menjalani perawatan dirumah sakit.

Menurut penelitian internasional di Turki yang menjelaskan bahwa sebelum dilakukannya terapi bermain anak yang menjalankan perawatan medis seperti tindakan bedah akan menyebabkan stres baik anak-anak dan keluarga mereka. Stres ini umumnya direfleksikan sebagai kecemasan, ketakutan, atau kemarahan. rasa sakit, kehilangan kendali. Kecemasan sebelum operasi adalah gambaran yang berkembang dengan ketegangan, lekas marah, kecemasan, dan meningkat aktivitas sistem saraf otonom. Dan peneliti menyatakan mengenai dengan kecemasan yang dialami anak saat dilakukan tindakan medis anak perlu diberikan terapi bermain supaya anak mampu mengeksplor kemampuannya saat menjalani perawatan dirumah sakit. anak berhak untuk tumbuh kembang dengan baik selama dirinya sakit dengan memberikan terapi bermain pada anak (Aynur, et. Al,2016).

Berdasarkan penelitian dari brazil mengungkapkan bahwa anak yang menjalani tindakan invasif akan merasa cemas dan rasa tidak nyaman. Respon kecemasan dan penolakan terhadap prosedur tindakan yang akan dilakukan, mereka menganggap ahwa tindakan itu adalah serangan bagi dirinya. Stres dan kecemasan yang dialami anak selama prosedur medis akan mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis dan respon menghalangi untuk penanganan prosedur medis akan mempengaruhi pemulihan anak dari penyakit (Rosalia, et.al,2017).

Peneliti berasumsi bahwa adanya prosedur atau tindakan keperawatan baik yang menimbulkan nyeri maupun tidak yang dirasakan, selama perawatan dirumah sakit anak akan menyebabkan kecemasan. Untuk itu perlu adanya upaya untuk mengurangi rasa cemas pada anak melalui terapi bermain yang melibatkan orang tua dan tenaga kesehatan (perawat).

### **Kecemasan anak sesudah dilakukan intervensi terapi bermain *fidget spinner***

Setelah dilakukan terapi bermain *fidget spinner* tidak ada lagi respon seperti ekspresi wajah tegang, panik, memegangi orang tua, menjerit dan menangis dan tidak ada lagi yang fokus terhadap tindakan yang dilakukan. Rata –rata respon anak baik dan sangat kooperatif. Hal ini terjadi karena dengan bermain *fidget spinner* dapat memberikan rasa senang dan mengalihkan rasa cemas karena pada dasarnya anak sudah mengetahui alat yang sudah tidak asing bagi mereka dan sudah terbiasa memainkan mainan tersebut. Maka ketika diberikan nya terapi bermain *fidget spinner* saat dilakukan proses tindakan transfusi anak senang dan fokus bermain serta memutarakan mainan tersebut sampai terapi selesai.

Terapi bermain adalah sebuah terapi yang diberikan untuk meminimalkan rasa ketakutan, kecemasan serta mengenal lingkungan asing dirumah sakit bagi anak, belajar mengenal perawatan dan prosedur yang dilakukan serta staf rumah sakit yang ada. Dengan bermain anak dapat meningkatkan dan melanjutkan pertumbuhan perkembangannya dengan baik, bila anak merasa senang dengan yang dilakukannya maka anak akan mencoba mengulang aktivitas tersebut, dan sebaliknya jika anak tidak suka dengan yang tidak disukainya maka tidak akan dilanjutkan permainan tersebut. Terapi bermain pun selain menjadi salah satu alternatif untuk metode pengalihan juga sebagai edukasi bagi anak (Saputro H dan Fazrin I, 2017).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh bahwa terapi bermain pada anak tidak hanya akan memberikan rasa senang pada anak, tetapi juga akan membantu anak mengekspresikan perasaan dan pikiran cemas, takut, sedih, tegang, nyeri dan anak akan lebih kooperatif terhadap tindakan keperawatan yang diberikan sehingga diharapkan dapat mempercepat proses penyembuhan. Peneliti berasumsi bahwa setelah dilakukan nya terapi bermain dapat menurunkan stressor yang berlebih pada anak dan dapat mempercepat tindakan medis dalam penyembuhan penyakit pada anak (Noverita, dkk ,2017).

Menurut hasil penelitian tindakan non farmakologis dalam hal ini dapat dilakukan sebagai proses perawatan yang dapat meminimalkan stresor dan ketakutan anak terhadap perawatannya. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan yaitu metode bermain karena dengan adanya terapi bermain, anak dapat berimajinasi, mengeksplorasi perasaan dan emosi anak. Terapi bermain bisa memberikan dampak yang positif terhadap tingkat kecemasan anak artinya dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan anak. Hasil pengamatan ketika perawat memasuki ruang perawatan, maka akan menempel di memori otak anak bahwa petugas kesehatan berdasarkan pakaian seragam yang dikenakannya terlihat berbeda sekali ketika anak diajak oleh peneliti melalui pendekatan permainan terapeutik maka anak lebih tertarik bahkan anak mau memulai permainan ketika petugas kesehatan tersebut keluar dari ruangan perawatan. Hal ini membuktikan bahwa anak akan lebih kooperatif ketika dilakukan pendekatan kepada anak melalui metode bermain (Lisbet, dkk,2018).

Sejalan dengan hasil penelitian lainnya bahwa fase kecemasan ini dapat diminimalisasi dengan cara memberikan permainan terapeutik kepada anak. Permainan terapeutik ini merupakan koping bagi mereka untuk menghadapi hal-hal yang baru dan membuat stres. Perawat dapat membantu anak untuk beradaptasi dengan kecemasan mereka akan tindakan keperawatan ataupun medis lainnya dan meluruskan kesalah pahaman yang dimiliki anak-anak tentang hospitalisasi. Permainan terapeutik memiliki beberapa tujuan, yaitu aktivitas pembelajaran, aktivitas pengalihan, dan aktivitas ekspresif. Selain merupakan aktivitas pengalihan dari kecemasan, pada terapi ini pun terjadi proses *reframing* yang merupakan teknik lain untuk menurunkan kecemasan yaitu mengajarkan klien untuk mengontrol pikiran negatif mereka dengan cara mengubah pandangan mereka ke arah yang lebih positif (Nidaa' A'diilah dan Irman Somantri, 2016).

hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lainnya setelah diberikan terapi bermain origami anak menunjukkan perasaan senang dan bangga dimana anak dapat membuat mainannya sendiri. Perasaan senang dan bangga tersebut dapat membuat anak dapat beradaptasi dengan lingkungan. Peneliti berasumsi bahwa hal ini menunjukkan pada perasaan nyaman akan merangsang pengeluaran hormon endorphin dalam tubuh anak dan ketika meningkatkan hormon endorphin dalam tubuh akan mempengaruhi suasana hati dan dapat menurunkan kecemasan terhadap *stressor* kecemasan anak selama hospitalisasi dan membuat anak merasa nyaman ketika sedang dilakukan tindakan medis oleh perawat (Al-Ihsan, dkk,2018).

Menurut hasil penelitian Setelah diberikan tindakan terapi bermain anak mampu berinteraksi dengan anak lain. Kebanyakan anak sudah tidak terlihat tegang lagi ketika berada di ruang perawatan. Hal ini dapat disebabkan karena anak merasa senang setelah melakukan terapi bermain *puzzle* sehingga anak merasa nyaman berada di lingkungan rumah sakit. Pelaksanaan terapi bermain *puzzle* dilaksanakan secara bersama-sama dengan anak lain (Winda, dkk,2017). Peneliti mempersepsikan hal tersebut dibuktikan bahwa pada terapi bermain yang diberikan pada anak saat menjalani perawatan di rumah sakit mampu memberikan relaksasi terhadap *stressor* anak serta menjadikan sebagai edukasi yang membuat anak senang untuk berinteraksi dengan teman-temannya dan adanya penurunan tingkat kecemasan anak yang signifikan.

Senada dengan hasil penelitian ini setelah diberikan terapi bermain anak mengalami penurunan kecemasan dan anak sudah mulai mampu menunjukkan respon yang baik kepada peneliti dan tidak menunjukkan gejala kecemasan yang diperhatikan. Peneliti berasumsi bahwa bermain juga bersifat terapeutik pada anak, melalui bermain anak-anak mampu mengkomunikasikan kebutuhan, rasa takut, dan keinginan mereka kepada pengamat yang tidak dapat diekspresikan karena keterampilan mereka. Dan dapat mengembangkan kemampuan fisik, intelektual, emosional, dan sosial pada anak saat sedang menjalankan perawatan di rumah sakit (Marni, dkk,2018).

Pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang terpapar pada jurnal internasional bahwa terapi bermain yang telah diberikan kepada anak untuk mengurangi efek stres pada anak yang dirawat, berbagai metode seperti terapi bermain musik menunjukkan kartun digunakan. Bercerita juga merupakan metode stres edukasi dan ketika digunakan sebagai teknik kognitif. Terapi bermain merupakan pengobatan non-farmakologis dan metode untuk mengurangi rasa sakit dan kecemasan anak-anak yang dirawat di rumah sakit (Lata Kanchan, et. al (2015).

Peneliti mempersepsikan bahwa hal ini dapat membantu mengurangi penderitaan anak yang dirawat di rumah sakit dan membantu mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka,



meminimalkan stres dan bertindak sebagai terapi pengalih perhatian anak terhadap tindakan medis yang membuat anak tidak nyaman, takut dan cemas.

Berdasarkan penelitian internasional di Iran yang senada setelah dilakukan terapi bermain seperti melukis anak melakukan dengan efektif untuk mengurangi agresif perilaku anak. Terapi melukis adalah alat yang sangat berharga bagi berkomunikasi dengan anak-anak yang tidak dapat mengekspresikannya perasaan dengan alasan seperti; ketakutan, kecemasan. Peneliti berasumsi bahwa dalam terapi bermain anak bisa menyampaikan pikiran, perasaan dan ketidakpuasan pada anak terhadap lingkungan rumah sakit, dan mereka mengekspresikan emosi mereka dengan suasana aman dan nyaman. Pada penjelasan penelitian diatas menyatakan bahwa setelah dilakukan terapi bermain pada anak terdapat penurunan yang signifikan dan dapat meminimalkan rasa cemas, rasa takut atau khawatir dan tidak nyaman saat dilakukan nya tindakan-tindakan medis (Khodabakhshi, et. Al,2016).

### **Pengaruh terapi bermain *fidget spinner* terhadap kecemasan anak pada pasien thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah.**

Data hasil dari statistik Uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ). Maka  $H_0$  diterima yang artinya bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain *fidget spinner* pada anak thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah. Selama dirawat di rumah sakit anak banyak cara untuk meminimalkan rasa cemas yang dapat dilaksanakan dengan cara tehnik non farmakologi seperti distraksi. Teknik distraksi sangat efektif digunakan untuk mengalihkan rasa cemas pada anak, yaitu salah satu bentuknya adalah dengan cara bermain (Nazla, 2018).

Bermain adalah salah satu aspek terpenting dalam kehidupan anak dan alat paling efektif untuk mengurangi cemas pada anak. Bermain juga penting untuk kesehatan mental, emosional, dan sosial anak. Fungsi aktivitas bermain di rumah sakit yaitu untuk membantu anak merasa lebih nyaman dan memberikan pengalihan atau relaksasi pada anak saat tindakan medis yang dilakukan (Nurlaila dkk, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian beberapa peneliti lainnya menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan anak antara sebelum dilakukan terapi bermain dengan sesudah dilakukan terapi bermain di Puskesmas Peukan Baro Kabupaten Pidie. Permainan yang akan diberikan kepada anak sebaiknya harus disesuaikan dengan kondisi anak, sebelum dilakukan tindakan terapi bermain respon setiap anak berbeda-beda, namun setelah dilakukan tindakan terapi bermain anak menunjukkan ekspresi yang senang dan adanya pengurangan kecemasan yang signifikan. Karena terapi bermain mampu membuat anak merasa nyaman dan anak bisa mengekspresikan perasaannya (Noverita,2017)..

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Winda (2017) dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi bermain *puzzle* memberikan pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani kemoterapi di ruang Hematologi Onkologi Anak RSUD Ulin Banjarmasin. Terapi bermain dapat disarankan sebagai salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan kecemasan pada anak. Karena dengan bermain anak bisa mengembangkan kreatifitas dan mengekspresikan perasaan yang tidak bisa disampaikan melalui bermain.

Sesuai dengan hasil penelitian lainnya Hasil tersebut menunjukkan bahwa *p-value* 0,001 < 0,05 berarti  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi bermain origami terhadap kecemasan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di RSUD Idaman Banjarbaru. Ada perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain, karena secara umum terapi bermain dapat menurunkan ketakutan dan mengurangi stresor dominan pada anak saat persiapan anak dalam menghadapi perawatan dirumah sakit seperti prosedur yang menyakitkan bagi dirinya (Lisbet, 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian internasional yang dilakukan di Turki oleh Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak dalam pemberian distraksi memiliki hasil yang signifikan yaitu ada efek atau pengaruh distraksi bermain terhadap tingkat kecemasan pada pasien anak yang pra operasi bahwa praktik terapi bermain ini menurunkan kecemasan anak-anak. Peneliti berasumsi bahwa hal ini menunjukkan pada terapi non farmakologi mampu membuat anak merasakan rileks dan nyaman pada anak saat akan dilakukannya proses

tindakan medis, sehingga adanya penurunan kecemasan yang signifikan pada anak. Berdasarkan data-data diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa efek program dari terapi bermain saat perawatan di rumah sakit dalam penelitian ini memberikan dampak yang positif pada responden. Kegiatan bermain ini dapat memberikan efek rileks pada responden karena aktivitasnya yang mengasyikan atau menyenangkan, perkenalan responden dengan alat serta warna-warni lampu yang terdapat pada mainan tersebut menarik untuk dimainkan (Aynur Aytakin,2016).

Saat dilakukan penelitian pada anak pasien thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah di RSUD Kabupaten Tangerang di ruang thalasemia sebagian besar anak pasien thalasemia yang menjalankan transfusi setiap tiga minggu sekali dan masing-masing pasien transfusi darah ada yang dua hari kunjungan dan ada yang sehari kunjungan saja untuk melakukan transfusi darah. Secara umum semua responden kooperatif, mayoritas responden sudah mengetahui dan bisa memainkan alat mainan yang peneliti berikan karena mainan tersebut sudah tidak asing lagi untuk anak-anak, sebagian besar responden senang ketika diberikannya mainan tersebut.

Awalnya sulit untuk membina rasa percaya terhadap peneliti pada anak yang sulit untuk didekati oleh peneliti, tetapi berkat bantuan orang tua dan perawat di ruangan thalasemia serta setelah ditunjukkan dan dijelaskan kepada anak mengenai cara bermain alatnya yaitu dengan memutar dan adanya lampu yang menarik pada mainan tersebut maka anak mulai menunjukkan respon yang baik kepada peneliti dan mau melakukan terapi bermain *fidget spinner* sampai selesai terapi.

## Kesimpulan

Terdapat pengaruh terapi aktivitas bermain *fidget spinner* terhadap tingkat kecemasan anak pada pasien thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah di RSUD Kabupaten Tangerang yang dilihat dari hasil uji statistik yaitu menunjukkan hasil uji *Wilcoxon* yang terdapat nilai *p-value* dari data tersebut adalah 0.000 ( $P < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan yaitu antara kecemasan sebelum dan sesudah terapi aktivitas bermain *fidget spinner* pada anak thalasemia yang menjalankan proses tindakan transfusi darah. Secara umum semua responden kooperatif, mayoritas responden sudah mengetahui dan bisa memainkan alat mainan yang peneliti berikan karena mainan tersebut sudah tidak asing lagi untuk anak-anak, sebagian besar responden senang ketika diberikannya mainan tersebut. Saran Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan fasilitas yang berhubungan dengan terapi bermain karena penting sebagai salah satu intervensi dalam memberikan asuhan keperawatan untuk membantu menurunkan dan mengalihkan kecemasan khususnya anak pasien thalasemia yang akan menjalani transfusi darah.

Penelitian ini bisa digunakan keluarga agar selalu melakukan terapi bermain kepada anak dan selalu menemani anak ketika anak sedang melakukan terapi bermain untuk membantu menurunkan atau meminimalkan rasa cemas pada anak yang sedang melakukan proses tindakan transfusi darah. Bagi dunia keperawatan Perawat diharapkan dapat terus meningkatkan pengetahuan tentang terapi bermain *fidget spinner* untuk mengurangi dan meminimalkan tingkat kecemasan pada anak yang menjalani perawatan di Rumah Sakit.

## Daftar Pustaka

- Al-ihsan, M., Santi, E., & Setyowati, A. (2018). Terapi bermain origami terhadap kecemasan anak usia prasekolah. *Dunia Keperawatan*, 6(1), 63–70.  
<https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/5086>
- A'diilah, N., & Somantri, I. (2016). Efektifitas Terapi Mendongeng terhadap Kecemasan Anak Usia Toddler dan Prasekolah Saat Tindakan Keperawatan. *JKP-Volume 4 Nomor 3*, 248-254.
- Aytakin, A., Doru, O., & Kucukoglu, S. (2016). The Effects of Distraction on Preoperative Anxiety Level in Children. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, Vol 31, No 1, 56-62.

- Fitriani, W., Santi, E., & Rahmayanti, D. (2017). Terapi Bermain Puzzle Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3- Tahun) Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Hematologi Onkologi Anak. *Dunia Keperawatan*, 65-74 .
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- H. C. Li, W., Chung, J. O., Ho, K. Y., & Chau Kwok, B. M. (2016). Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children. *BMC Pediatrics*.
- Kanchan, L., Chandra, S. M., & Aarti, S. ( 2015). A Randomized Clinical Trial to Evaluate the Effectiveness of Storytelling by Researcher on the Hospitalization Anxiety of Children Admitted in Pediatric Ward of Selected Hospitals of District Patiala, Punjab. *International Journal of Science and Research (IJSR) Volume 4 Issue 10*.
- Koolae, A. K., Vazifehdar, R., Bahari, F., & Akbari, M. E. (2016). Impact of painting therapy on aggression and anxiety of children with cancer. *Caspian Journal of Pediatrics*, 135-41.
- Manalu, L. O., Somantri, B., & Barokah, R. R. (2018). Bermain Terapeutik Puzzle Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Sebelum Pemberian Obat Intravena (Bolus) . *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Vol .6, No.3, 239-252*.
- Marni, Ambarwati, R., & Hapsari, F. N. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah . *Jurnal Keperawatan GSH Vol 7 No 1*.
- Medeiros da Silva a, R. D., Austregésilo, S. C., Ithamara, L., & de Limaa, L. S. (2017). Therapeutic Play To Prepare Children For Invasive Procedures: a Systematic Review. *Jornal de Pediatria*, 6-16.
- Noverita, Mulyadi, & Mudatsir. (2017). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 3– 5 Tahun Yang Berobat Di Puskesmas . *Jurnal Ilmu Keperawatan* .
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi dengan Penerapan Terapi Bermain . *Jurnal Konseling Indonesia* , 9 – 12.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya*. Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).
- Sembiring, S. P. (2010). *Thalasemia*. Medan: MorphostLab E-BookPress.
- Nurlaila. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Anak*. Yogyakarta: LeutikaPrio.
- World Health Organization. World Health Statistic 2014. Geneva: WHO, 2014



